



FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES

DIFERENCIACIÓN DEL SELF, EMANCIPACIÓN FAMILIAR E
INDEPENDENCIA ECONÓMICA EN JÓVENES-ADULTOS
ESPAÑOLES CON CARRERA UNIVERSITARIA

Autor: Gema Torrejón Moya
Director: Alicia Moreno Fernández

Madrid
Mayo 2015

Gema
Torrejón
Moya

**DIFERENCIACIÓN DEL SELF, EMANCIPACIÓN E INDEPENDENCIA ECONÓMICA
EN JÓVENES- ADULTOS ESPAÑOLES CON CARRERA UNIVERSITARIA**



Diferenciación del self, emancipación familiar e independencia económica en jóvenes- adultos españoles con carrera universitaria

Resumen

Lograr la emancipación y la independencia financiera son procesos que están viéndose dificultados tanto por las circunstancias económicas del país como por las características familiares de los jóvenes adultos españoles. Por ello como objetivo principal de nuestra investigación nos planteamos estudiar la posible asociación entre los niveles de diferenciación del self, la emancipación del hogar familiar y la independencia económica alcanzada por jóvenes adultos españoles que han terminados sus estudios universitarios. Además prestamos especial atención a la relación entre los niveles de diferenciación del self y la flexibilidad familiar, factor que ha podido influir en la adaptación del sistema a esta transición del ciclo vital relacionada con la emancipación de los hijos. Para el estudio utilizamos una muestra compuesta por 124 españoles con estudios universitarios de edades comprendidas entre 25 y 29 años. Usamos para nuestra investigación un cuestionario demográfico de elaboración propia, el SDS-I y la escala flexibilidad del instrumento CESF. Para poner a prueba las hipótesis utilizamos tanto el estadístico de contraste t- Student como el análisis estadístico correlación de Pearson. Los resultados obtenidos no permiten establecer una relación entre la diferenciación del self y la flexibilidad del sistema familiar, ni tampoco han encontrado diferencias entre los niveles de diferenciación en personas emancipadas y no emancipadas. Sin embargo hemos obtenido diferencias en el nivel de diferenciación entre personas dependientes e independientes económicamente. Los resultados obtenidos reflejan la pertinencia de hacer una distinción entre vivir fuera de casa y tener independencia económica, ya que el haber obtenido diferencias significativas en una variable y no en la otra podría estar indicando que ambos factores tienen una relación diferente con el nivel de diferenciación del self alcanzado. Animamos a futuros investigadores a continuar profundizando con esta línea iniciada superando nuestras limitaciones.

Palabras clave: España, crisis económica, emancipación, independencia económica, Diferenciación del Self, Flexibilidad familiar.

Abstract

For young Spanish adults to accomplish emancipation and financial independence, the process is difficult because of the economic circumstances of the country, as well as their family situation. This is why the objective of this investigation will be to study the possible association between the different levels of self differentiation, parental home emancipation and the accomplished economic independence by young Spanish adults with university studies finished. Special attention was paid to the levels between the relationship of self differentiation and family flexibility, which could influence the adaptation of the system to the life cycle transition related to emancipation of children. The study

used 124 Spaniards with finished university studies between the ages of 25 and 29 years. For the research, a specific demographic questionnaire was generated, as well as the SDS-I and flexibility CESF scale instrument. To test the hypothesis, we use both the t-Student statistic as the Pearson correlation statistical analysis. The results obtained did not allow a relationship between self-differentiation and the flexibility of the family system, nor have they found differences between the differentiation levels in emancipated people and non-emancipated. On the other hand, we have obtained differences in the differentiation levels between economically dependent and independent people. The results show the relevance of distinguishing between living away from home and having economic independence, because we have obtained significant differences in one variable and not the other one could indicate that both factors have a different relationship with the level of self differentiation achieved. We encourage future researchers to continue along the same lines beyond our limitations.

Keywords: Spain, economic crisis, economic independence, Self-Differentiation, family Flexibility.

Introducción

El paso a la vida adulta se ha visto habitualmente marcado por tareas tradicionales como dejar el hogar paterno, encontrar un trabajo seguro, casarse o convivir con la pareja y tener hijos (Fustenberg y Sironi, 2012). Un enfoque similar se ha compartido desde perspectivas del ciclo vital familiar que han establecido que el periodo en el que emergen los jóvenes adultos debe estar marcado por hitos que tienen el eje principal en la salida del hogar paterno y la asunción de la propia responsabilidad financiera y emocional, destacando como los cambios más importantes que tienen que realizarse en esta etapa: la diferenciación de uno mismo en su familia de origen, el desarrollo de la intimidad en las relaciones con los iguales, el establecimiento de la persona con respecto a un trabajo, una independencia financiera, y por último el establecimiento de un estatus social (McGoldrick, Carter y García- Preto, 2011).

Situándonos en España y poniendo el foco en este contexto cultural concreto es importante destacar que se ha compartido esta visión de tránsito a la vida adulta, viéndose marcada de forma tradicional por hitos que requieren que los hombres y mujeres adquieran la estabilidad económica y laboral suficiente para vivir por sí mismos. Estos acontecimientos han establecido trayectorias tradicionales necesarias para asumir responsabilidades adultas desde un modelo socialmente estable y esperable (Gentile, 2013).

Por tanto desde las expectativas normativas, dos requisitos fundamentales para el paso a la adultez y la autonomía personal son, por un lado, asumir la propia independencia financiera y por otro, poder emanciparse de las familias de origen, dos factores por tanto relacionados y necesarios entre sí en muchos casos. Siguiendo a March y centrándonos de forma definatoria en estas variables, es

importante aclarar que por emancipación la mayor parte de los autores consideran que es aquella situación en la que los jóvenes han abandonado de forma definitiva el hogar paterno al margen del grado de independencia económica que hayan alcanzado de sus progenitores (como se citó en Ballesteros, Megías y Rodríguez, 2012). De esta forma se consideran emancipados aquellos que viven fuera del domicilio familiar, tanto si son independientes como dependientes económicamente de sus familias de origen. Por otro lado, consideramos que independencia económica es aquella situación en la que el individuo posee recursos materiales suficientes para no depender económicamente de nadie y sustentarse a sí mismo sin ayuda (Ballesteros, Megías y Rodríguez, 2012).

Sin embargo y a pesar de lo que normativamente se espera, lo que se encuentra en la realidad actual, es que se ha experimentado en las últimas décadas un considerable retraso en los procesos emancipatorios de los jóvenes adultos (Barraca, 2000), alcanzado un retardo de hasta seis años (Melo y Miret, 2010). Este fenómeno en aumento, no se trata de un fenómeno unicausal o sencillo, sino una situación compleja donde confluyen diferentes factores que afectan al resultado. De este modo se ha visto que el retraso de la emancipación está influenciado tanto por factores económicos y sociológicos que han repercutido en amplios sectores de población, como por factores familiares que tienen un fuerte efecto en frenar la salida de casa (Barraca, 2000).

Es importante que contextualicemos el fenómeno del retraso emancipatorio en el contexto de la crisis económica que se está viviendo, haciendo un especial énfasis en factores como las altas tasas de paro que la situación está generando. Esta circunstancia está afectando gravemente a los jóvenes españoles y no siempre mejora con elementos como el aumento de la cualificación formativa. Esta situación resulta determinante para explicar los retrasos producidos en los procesos de emancipación de este colectivo, debido entre otras cosas a las dificultades para obtener los medios económicos suficientes para salir de casa.

Aunque la situación financiera está teniendo amplias repercusiones a nivel mundial, no se puede olvidar que ha sido más incisiva en algunos países de Europa, entre los que se encuentra España, afectando especialmente a la esfera del desempleo que ha alcanzado cifras mayores que las de otros países desarrollados (Medina, Herrarte y Vicéns, 2010). Es por esto que podemos decir que la situación estatal está influyendo de forma negativa sobre el grado de autonomía y libertad real con la que pueden contar las personas para poder desarrollar su proyecto vital (Granado, 2014).

Por tanto y poniendo el foco en las variables que pueden determinar la posibilidad de llevar a cabo los procesos emancipatorios de las personas, es importante prestar especial atención a la variable de tener o no tener trabajo, ya que va a tener un peso determinante, relevante y significativo en este proceso (Ballesteros, Megías y Rodríguez, 2012). Además de esto, no solo va a ser importante el hecho de poseerlo, sino también la calidad del trabajo que se posee, ya que mucha de la población joven que trabaja lo hace sujeta a unas condiciones de precariedad laboral, contratos temporales e

inestabilidad que está provocando no poder acceder a la adultez desde los estadios tradicionales, por no poder contar con los recursos para poder realizarlo (Silva, 2012). A esto se suma una situación de vulnerabilidad e indefensión generada por esta “flexibilidad” de los contratos laborales y las dificultades en el acceso a la vivienda, debido a los altos costes que exige su adquisición.

En cuanto a los factores relativos a las edades que más se han visto afectadas por la situación, hemos encontrado en la literatura que dentro de los sectores poblacionales más castigados se encuentran la franja de jóvenes de edades comprendidas entre 18 y 30 años (Gentile, 2013). Este sector de población es víctima de esta situación económica, y según los datos obtenidos en las estadísticas de Febrero de 2015, están sufriendo tasas de paro que afectan a 822.455 jóvenes menores de 30 años que tienen los estudios finalizados (Observatorio de la juventud España, 2015). Es fácil ver que este panorama está teniendo graves consecuencias y repercusiones directas en el aumento de la dependencia económica familiar y en el retraso de la constitución de hogares propios, provocando que muchos de los proyectos de independencia de los jóvenes estén quedando truncados (Gentile, 2013). No obstante, dentro de esta franja, la edad es un factor que va a producir procesos diferenciales. Según los datos extraídos del tercer trimestre del 2014 (Observatorio de Emancipación España, 2014) cuanto más aumenta la edad, más probabilidades se suman a que se pueda producir una emancipación de los hogares paternos, obteniéndose tasas de independencia para jóvenes de entre 25-29 años del 44,6% y del 74,8% para jóvenes de entre 30 y 34. Datos parecidos se obtienen de una nota de prensa publicada en Abril del 2014 por el Instituto Nacional de Estadística donde se comunicaba que uno de cada dos jóvenes entre 25 y 29 años todavía siguen viviendo con sus padres (48,5%) frente a uno de cada cinco (20,5%) de edades comprendidas entre 30 y 34 (Instituto Nacional de Estadística, 2014)

Otro factor que ha podido producir también retrasos en la emancipación y la necesidad de ser custodiados económicamente por los padres, es el hecho de haber aumentado los años de formación y las expectativas de aumentar la calidad de vida y laboral a través de mejora de las cualificaciones académicas. Sin embargo la realidad que se vive en España contradice en ocasiones las expectativas que tanto padres como hijos tenían respecto a los aspectos formativos. Carbaña afirma que aunque el hecho de obtener un empleo aumenta de forma generalizada con la edad y con el nivel educativo, la situación laboral de los titulados superiores españoles no se mejora automáticamente una vez finalizados los estudios, no existiendo tampoco una correspondencia adecuada entre el nivel formativo y su cualificación laboral, (como se citó en Gentile, 2013). Además en comparación con otras poblaciones, este suceso que está aconteciendo en España no corresponde con lo que sucede en otros países. Poniendo un ejemplo a este respecto nos parece relevante nombrar un estudio realizado en esta población (Fustenerg y Sironi, 2012). Estos autores explican que efectivamente aunque la población estadounidense también está sufriendo un retraso en la emancipación juvenil debido a condiciones como la precariedad laboral y la situación financiera, también muchas veces el retraso de la emancipación y el paso a la vida adulta se ha visto incrementado por el aumento de la escolarización,

lo que garantiza en gran parte mejores condiciones en el mercado laboral. Pero en España la situación es diferente: los universitarios españoles tienen mayores probabilidades de desempeñar trabajos por debajo de sus cualificaciones formativas, tardan más tiempo en estabilizar sus carreras profesionales y a nivel salarial sus ventajas respecto a las personas que tan sólo han alcanzado estudios de graduado hasta el nivel de secundaria es comparativamente inferior (Gentile, 2013). Por ejemplo, datos en el informe Eurydice evidencian que sólo el 44% de los jóvenes españoles universitarios tiene un trabajo acorde con su nivel educativo, redundando todas estas cuestiones en una generalizada infravaloración de calidad formativa de las nuevas generaciones de titulados, justamente cuando España tiene la juventud mejor formada de toda su historia (Gentile, 2013). Todo esto también puede llevar al planteamiento de que si bien los jóvenes se forman para conseguir mejores empleos, no sólo muchas veces no consiguen su objetivo, sino que en ocasiones entran en la vida laboral de forma más tardía y sin haber cumplido sus expectativas de partida.

Otro aspecto importante a considerar, en lo referente al retraso en la emancipación, es el factor cultural que tradicionalmente ha determinado patrones de emancipación diferentes en los países mediterráneos (España, Italia, Portugal) que en otros lugares de Europa. Este hecho unido a las características familiares de la España actual y a las expectativas de los padres sobre los pasos que sus hijos tienen que dar para poder salir de sus hogares, podría explicar desde otra perspectiva los retrasos en los procesos emancipatorios y/o a la necesidad de seguir dependiendo económicamente de los padres aun habiendo salido de sus hogares.

En un reciente estudio (Ballesteros, Megías y Rodríguez, 2012) se analizaron las diferencias existentes entre los diferentes países en cuanto a la perspectiva de la emancipación. Por ejemplo, en el modelo anglosajón la autonomía y la independencia económica se alcanzan en edades mucho más tempranas por el fácil acceso al trabajo y a la vivienda. El modelo nórdico, por citar otro ejemplo diferencial, se caracteriza por ofrecer una serie de ayudas institucionalizadas que propician una rápida salida del hogar puesto que su concepto de ciudadanía está basado en un modelo de desarrollo personal, ayudando a que estos jóvenes alcancen la emancipación de forma más temprana. En los países continentales, ejemplificado en Francia, el modelo emancipatorio es muy parecido al nórdico, con la diferencia de que es la familia y no el estado la que propicia las bases económicas para salir fuera de casa. Sin embargo en el modelo mediterráneo donde se incluyen España e Italia la emancipación ha sido tradicionalmente más tardía, llevándose a cabo una vez que el individuo ha alcanzado una independencia económica dentro del hogar, momento en el cual se siente preparado para despegar del nido paterno. Esto por tanto en el momento actual supone una situación complicada, ya que la independencia económica es difícil de alcanzar y por tanto la emancipación asociada a ella.

Por otro lado y aludiendo a factores sociológicos, es cierto y bien sabido que España o Italia son países que han ido retrasando sistemáticamente la emancipación de sus jóvenes, en comparación

con la generación de sus padres, y han convertido la vivienda paterna en un lugar seguro para explorar, formarse y conseguir mejoras laborales. Además todo ello se ha visto facilitado por la desaparición de las familias patriarcales, la aparición de las familias negociadoras, y por tanto una mayor facilidad a la hora de comunicarse y convivir en el mismo hogar, cuando confluyen varias generaciones (Meil, 2011). La familia en sociedades como la española, se ha constituido como elemento absolutamente prioritario y fundamental, donde el modelo familiar se caracteriza por las redes entre sus miembros, siendo la solidaridad y el apoyo mutuo el valor central (Rodríguez y Ballesteros, 2013). Por todo ello, el estado de bienestar español tiene a la familia y no al Estado como protagonista, desempeñando la función de soporte y apoyo a los que no pueden cubrir sus necesidades básicas, aspecto que provoca que los jóvenes adultos conserven su posición de dependencia de sus familias de origen durante más tiempo (Melo y Miret, 2010). Debido a las circunstancias actuales en las que el Estado no responde a las necesidades de los ciudadanos, muchos jóvenes españoles se apoyan en este modelo familiar, que constituye una tabla de salvación, permitiendo que se enfrenten a la crisis de una forma menos dramática. Otro aspecto relacionado con algo citado con anterioridad, es que en general el objetivo de estas familias es que sus hijos e hijas superen las condiciones de vida duras que tuvieron sus padres y dispongan de más oportunidades en un contexto de confort emocional y material, para continuar con el nivel de vida que ellos han alcanzado sin tener que retroceder o vivir peor que ellos (Ballesteros y Rodríguez, 2013). Para ello impulsan a sus vástagos a la formación cualificada, puesto que durante algunas décadas se ha considerado un requisito imprescindible para poder asegurarse un futuro y una buena calidad de vida. Sin embargo, como hemos visto anteriormente, esto no es lo que ocurre en la realidad, viéndose truncados muchos de los sueños, proyectos y expectativas tanto de hijos como de padres.

Toda la situación expuesta, dada su complicación, no puede estar exenta de consecuencias importantes a nivel de salud mental y desarrollo del individuo. Por un lado y a nivel psicológico la crisis económica está provocando tanto en población general como en jóvenes mayores tasas de ansiedad, niveles de estrés disparatados, aumento de los índices de depresión, un mayor consumo de tóxicos y una elevación de las tasas de suicidio (Granados, 2014). Concomitante con ello ha amentado la demanda de atención sanitaria para aliviar los problemas de ansiedad, estrés y depresión reactiva, viéndose también incrementadas las derivaciones a los centros de salud mental junto con mayores prescripciones de antidepresivos y otras drogas psicotrópicas. En esta situación, por tanto, contar con redes de apoyo sólidas como la familia puede constituir un soporte importante y un factor de protección a la aparición de síntomas físicos y emocionales (Granados, 2014). Sin embargo y a pesar del efecto beneficioso que puede tener la familia como lugar de seguridad, como soporte emocional y como tabla de salvación, se pueden estar produciendo fenómenos de infantilización e inmadurez que hace más complicado que los jóvenes se puedan enfrentar a las crisis económicas con la madurez emocional, autonomía e independencia personal que ésta requiere (Ballesteros y Rodríguez, 2013). Por

tanto, no se trata de un proceso fácil, anunciándose dura la transición sobre todo porque el colectivo que se tiene que enfrentar a la misma no se encuentra preparado para ello. El modelo de emancipación que se está queriendo fomentar en España y que tanto padres como hijos están adoptando, es aquel donde se prefiere que sigan en casa con garantías de equilibrio y estabilidad material. Pero la trampa que encierra esto bajo la fachada de idealismo, es que se está fomentando una dinámica de sobreprotección que, alimentada por el buen clima familiar que se ha generado en los hogares, está provocando una infantilización de los jóvenes que no tienen ya tan corta edad (Ballesteros, Megías y Rodríguez, 2012). Gil Calvo afirma que el modelo mediterráneo, junto con la situación actual económica, puede estar gestando consecuencias muy negativas para los jóvenes, consecuencias que les lleven a una posición de irreversible inmadurez, a falta de iniciativas, a posturas pasivas, a consumos gratuitos y entretenimientos ociosos, y en suma a que la dependencia del hogar paterno no les deje adquirir una autonomía propia y un goce de independencia, privándoles de la experiencia de movilidad social y la imposibilidad de que aprendan a corresponsabilizarse (como se citó en Ballesteros, Megías y Rodríguez, 2012).

Según Holdsworth, en relación con lo que se decía con anterioridad, los argumentos estrictamente económicos son insuficientes para dar cuenta de la complejidad de la cuestión (como se citó en Melo y Miret, 2010). Por tanto, el tema del retraso a la transición a la vida adulta, y la salida del hogar familiar no se puede contemplar sólo sobre la economía y las dificultades de oportunidades que ocasiona la crisis financiera, sino que también hay que tener en cuenta el contexto familiar donde se toman tales decisiones (Melo y Miret, 2010). Aunque los factores sociológicos, sociodemográficos y económicos pueden tener un fuerte impacto en este proceso, como se ha podido ir entreviendo, no podemos desdeñar la repercusión que pueda estar jugando la familia en interacción con esta situación externa concreta. Un papel que como hemos visto no sólo es un apoyo, sino que también es una entidad que puede estar dificultando la emancipación (Barraca, 2000). Por ello es importante que pongamos también el foco en factores de índole más personal, donde se contemplarán las dificultades en el proceso de emancipación desde el marco de las características familiares que van a obstaculizar este proceso.

Entre los paradigmas que más peso han dado y más han profundizado en el tema de la emancipación de los hijos, el sistémico es el más destacado, siendo imposible desde este enfoque plantear el modelo de la emancipación sin considerar toda la familia en su conjunto. Por tanto desde esta perspectiva se considera que si el hijo retrasa su salida, también estarán actuando factores que afectan a la relación entre los diferentes miembros y contribuyen a su vez a que no se produzca el fenómeno emancipatorio (Barraca, 2000).

Dentro de los sistémicos que más han planteado el problema de la emancipación, es importante mencionar autores como Haley, Pittman o los modelos intergeneracionales (Barraca,

2000). Haley comenzó a percibir la importancia de abordar la etapa de la emancipación, puesto que consideraba que no se le estaba dando importancia al mal funcionamiento de las personas en esta época de la vida, aun cuando la etapa de mayores cambios en una organización se producen cuando alguien se incorpora o bien la abandona (Haley, 1989). Por tanto, según este autor, si la persona logra salir con éxito del hogar, no se tratará de una cuestión que le incumba sólo al individuo, sino que se estará desligando simultáneamente de la familia provocando consecuencias para toda la organización. Así, en el curso normal de una familia, los jóvenes terminan sus estudios, empiezan a trabajar y a bastarse por sí mismos sin haber dejado aún el hogar, y cuando ya se valen por sí solos se encuentran en condiciones para marcharse y fundar una familia (Haley, 1989). Sin embargo, si un joven empieza a orientar su vida de forma extraña y tiene un tropiezo tras otro, cabe preguntarse si algo está funcionando mal en esta etapa de emancipación, encontrándose la organización familiar con dificultades que pueden adoptar diferentes formas según su estructura. Si la desligazón del hijo crea reales trastornos a una familia, una manera de resolverlos es conseguir que los hijos no se vayan, desarrollando los jóvenes algún problema que les inhabilite o les conviertan en un fracaso para tener que seguir necesitando a sus progenitores y éstos a su vez puedan seguir así comunicándose a través del hijo, el cual queda triangulado dando estabilidad al conflicto de sus padres (Haley, 1989).

Otro autor con una visión muy parecida a la de Haley (Barraca, 2000), ha sido Pittman, quien considera que cuando los jóvenes adultos no se van del hogar o fracasan una y otra vez en su esfuerzo por emanciparse, puede ser debido a un intento del individuo de evitar la crisis que debido a su emancipación pueda generarse en el sistema (Pittman, 1990). Por tanto según Pittman los jóvenes que temen dejar el hogar, por un lado tienen miedo de ver el impacto que su marcha puede tener sobre el matrimonio de sus padres, pero también tienen miedo a abandonar un lugar habitual y seguro, ya que el emanciparse también les obliga dejar de centrar su vida en las posibles desdichas de sus padres, y a centrarse en sus propias necesidades y autonomía (Pittman, 1990).

El enfoque intergeneracional, dentro del paradigma sistémico, también ha contemplado los problemas de emancipación que los hijos pueden desarrollar debido a determinados lazos y dinámicas familiares. Aunque si bien ha coincidido con algunos aspectos de los anteriores, la diferencia es que, como dice su nombre, se enfoca no sólo en la familia nuclear, sino en la historia de las generaciones anteriores. Estos teóricos han tratado por tanto de dar un paso adelante en el análisis de las dificultades del proceso emancipatorio, ya que defienden que las familias transmiten unos valores de generación en generación, que acaban afectando a todo el conjunto familiar (Barraca, 2000). Dentro de este modelo, Bowen ha sido el primer autor en destacar y poner un fuerte énfasis en los padres y en la relación del individuo con su familia de origen como agente que dificulta o facilita la salida, poniendo de relieve la necesidad de haber resuelto lazos vinculares más profundos para que el individuo haga una buena separación de su familia de origen (Barraca, 2000).

Dentro de la corriente intergeneracional en general, y la teoría que Murray Bowen desarrolló en particular, es importante hacer alusión al concepto diferenciación del self, ya que es nuclear en el trabajo teórico de este autor y es el concepto clave en torno al cual gira la teoría de Bowen (Lebrero y Moreno, 2014). La diferenciación del self es entendida como una propiedad del individuo que se mantiene más o menos estable a lo largo del desarrollo y que tiende a tener niveles similares dentro de los diferentes miembros de la familia (Skowron, Van Epps, Cipriano- Essel y Woehrlé, 2015). También ha sido relacionada con el concepto psicodinámico de fuerza del ego, con la diferencia de que también incluye aspectos concernientes a las relaciones interpersonales (Winek, 2010). Bowen, para hacer alusión al grado de diferenciación que un individuo ha podido alcanzar a lo largo de su desarrollo, se refirió al proceso a largo plazo en el cual el hijo se va desvinculando de la unión inicial con su madre, al mismo tiempo que se va moviendo hacia su propia autonomía emocional (Bowen, 1991). En este sentido es importante mencionar cómo los niños, al comienzo de su desarrollo y debido a su estado inicial de vulnerabilidad e indefensión, necesitan estar fusionados a sus cuidadores primarios, que es a menudo la madre. Esta figura, en los primeros momentos cubre todas sus necesidades pero a medida que el niño va creciendo, debe ir convirtiéndose en un adolescente con una personalidad propia, formada por pensamientos y emociones únicos y formas de manejarse entre estos dos elementos (Winek, 2010). El concepto de diferenciación por tanto es de máxima relevancia para entender y abordar cómo los individuos se separan de sus familias, cómo cada uno de los miembros se influyen mutuamente por los sentimientos y acciones de los demás y cómo van a ser sus capacidades ante la vida, las cuales pueden tener también un peso diferencial en el modo de afrontar las situaciones de estrés y de resolver las tensiones y vicisitudes que se les presentan como individuos autónomos (Lebrero y Moreno, 2014; Reyes, Mercado y Flores, 2010), ya que el grado de diferenciación que un individuo alcanza, determina la forma en la que resuelve situaciones de ansiedad. El concepto de diferenciación puede también ser entendido en contraste con su opuesto, la fusión emocional. Este estado hacer referencia a la tendencia de la familia no diferenciada de compartir una respuesta emocional. Es por ello que las familias pobremente diferenciadas tendrían como resultado pocos límites interpersonales entre sus miembros, dejando un espacio muy pequeño para la autonomía emocional. De esta forma si un miembro de la familia tratara de moverse hacia la autonomía, podría ser interpretado por el resto de la familia como un abandono por parte del mismo (Winek, 2010).

Siguiendo a Jenkins, Bulbaltz, Schwartz y Jonhson, 2005, la diferenciación del self puede ser entendida tanto como un proceso como un rasgo de personalidad, y representa diferentes niveles de funcionamiento interpersonal e intrapsíquico.

A nivel intrapsíquico la diferenciación del self alude a la capacidad que desarrollan los sujetos para distinguir pensamientos y emociones, y hacer una adecuada elección de qué va a guiar la consecución de la acción. Por tanto los individuos menos diferenciados y fusionados con los otros viven en un mundo de sentimientos (Lebrero y Moreno, 2014; Reyes, Fernández y Flores, 2010),

siendo la proximidad entre los miembros de la familia tan intensa que cada uno conoce sus sentimientos, pensamientos, fantasías y sueños (Velázquez y Garduño, 2011). Es por ello que las personas indiferenciadas pierden la capacidad de pensar con claridad, y actúan o bien de forma impulsiva y reactiva, movidos por la ansiedad o bien toman actitudes excesivamente racionales, que les mantienen a salvo del contacto emocional propio y ajeno (Lebrero y Moreno, 2014). A nivel intrapsíquico la diferenciación también implica adquirir una visión realista de uno mismo, de los propios valores y de las propias necesidades y prioridades, así que cuando se goza de un buen nivel de diferenciación se pueden construir metas vitales propias independientes de los demás, pero que al mismo tiempo no excluyan a los otros y les hagan partícipes sin influenciarse por opiniones contrarias. Así, las personas diferenciadas se harían responsables de sí mismas, sin culpar a los demás de sus decisiones, pero escucharían y aceptarían las opiniones de los otros, aunque se encuentren inmersas en situaciones de tensión, ansiedad o estrés (Lebrero y Moreno, 2014; Reyes, Fernández y Flores, 2010; Skowron, Stanley y Shapiro, 2008). Las personas, poco diferenciadas por lo contrario, culparían a los demás de sus decisiones, pedirían consejos, y no se responsabilizarían de sí mismas, por lo que estarían actuando de forma impulsiva y reactiva, en vez de activa y responsable.

Siguiendo a McGoldrick y Carter, el aspecto interpersonal de la diferenciación del self hace referencia al balanceo y la capacidad para equilibrar las dos fuerzas vitales básicas: la fuerza de la individualidad y la fuerza de la conexión con otros, llevándoles a establecer un sentido fuerte de individualidad dentro de las relaciones con los otros (como se citó en Lebrero y Moreno, 2014). En este sentido las personas en general se sienten por un lado presionadas a formar parte de la familia, a participar incondicionalmente de las dinámicas familiares y sus formas de resolver problemas, pero también se van a encontrar impulsadas a buscar sus propias metas, objetivos y formas de pensar por ellas mismas. Cuando se da un extremo, la persona cede a la presión familiar, se fusiona de forma conflictiva, se genera mucha ansiedad y se impide en última instancia que la persona pueda desarrollar su vida individual. Sin embargo, cuando ocurre el otro extremo, se puede producir que el sujeto se desconecte emocionalmente de la familia con estrategias que pueden contemplar desde la huida del hogar hasta la drástica solución de un internamiento en una unidad de salud mental, ya que en ambos movimientos se está tratando de manejar el alto nivel de ansiedad que genera la fusión. Cuando las personas están pobremente diferenciadas, reaccionan a los dictados familiares o bien rebelándose o bien sometiéndose a los mismos, pero en ambos extremos hay un bajo sentido de sí mismo (Lebrero y Moreno, 2014) y por ende la dificultad de consecución de una vida autónoma.

Volviendo a los factores intrapsíquicos e interpersonales que posibilitan una buena diferenciación, es importante hacer mención a la alta repercusión que tiene en el grado de salud psicológica que el individuo alcance. De hecho es uno de los factores que se consideran más críticos para determinar el ajuste físico y psicológico de las personas (Flores, Ibáñez y Armas, 2009). En este sentido la investigación apoya la relación entre tener unos buenos niveles de diferenciación del self y

gozar de un mejor ajuste psicológico con padecer menores niveles de ansiedad crónicos, menores problemas interpersonales y un menor número de reacciones no violentas (Shapiro, Skowron y Stanley, 2008). Buenos niveles de diferenciación y buenas capacidades de gestión intrapsíquico e interpersonal pueden ayudar por tanto a que las personas tengan un mejor ajuste en situaciones de tensión, transición y cambio. Por tanto, las personas pobremente diferenciadas podrán tener dificultades de ajuste a momentos de transición del ciclo vital como es la salida del hogar paterno.

En referencia a lo anterior es importante mencionar que uno de los factores que más se relaciona con nivel de diferenciación alcanzado es el grado de ansiedad que se ha experimentado en la familia durante los momentos críticos de la vida, y el modo en el que los padres se han enfrentado a esa ansiedad. De hecho, y poniendo de relevancia este factor, la cantidad de ansiedad que un individuo experimenta en un momento crítico, cómo lo resuelve, y cómo se adapta al mismo, es similar al grado de apego no resuelto en la familia, y similar al grado de diferenciación, por lo que el modo de gestionar la tensión ante las crisis es equivalente al nivel de diferenciación alcanzado. Las familias en las que los padres saben afrontar mejor la ansiedad y logran mantener una línea de conducta preordenada están más diferenciadas que aquellas familias en las que los padres tienen una mayor reacción y cambian su manera de vivir en respuesta a esta ansiedad (Bowen, 1991). En este sentido, la forma en la que los sistemas familiares resuelven crisis y transiciones, va a estar muy determinado por su nivel de diferenciación y por la forma de gestionar la tensión. Por tanto las familias con mayor adaptabilidad al estrés y mejor grado de diferenciación son capaces de ir pasando durante las diferentes etapas del ciclo vital sin desarrollar síntomas (Frost, 2015).

Como se ha hablado con anterioridad, dentro de estos momentos de crisis, tensión y ansiedad, muchas de las situaciones del ciclo vital familiar que pueden desestabilizar la homeostasis familiar están relacionadas con las entradas y las salidas de miembros de la familia, pudiendo las salidas de los hijos generar crisis que se afrontarán de mejor o peor forma en función del grado de diferenciación alcanzado por los diferentes miembros de la familia, y la forma de adaptarse a las tensiones que hayan desarrollado (Reyes, Flores, Hernández y Archundia, 2012). Por tanto, el cómo resuelve una persona sus tensiones intra y extra familiares puede afectar al modo en que se enfrenta a la salida del hogar o a la consecución de su independencia y autonomía. Todas las familias experimentan eventos estresantes; sin embargo, la valoración del estresor, el manejo de la tensión y la ocurrencia de algunos acontecimientos difieren en función del sistema familiar (Musitu, Buelga, Lila y Cava, 2001).

Para estudiar los rasgos que caracterizan a la familia, podemos recurrir a la variable funcionamiento familiar que además permite diferenciar unas familias de otras y aventurar cuál será su futuro desarrollo (Musitu, Buelga, Lila y Cava, 2001).

Siguiendo a McCubbin y Thompson el funcionamiento familiar se define como el conjunto de rasgos que caracterizan a la familia como sistema y que explican cómo opera, evalúa o se comporta la

familia regularmente (cómo se citó en Musitu, Buelga, Lila y Cava, 2001). Dentro de estas características familiares, la flexibilidad, también conocida como adaptabilidad, es una de las grandes dimensiones que se tiene en cuenta y se define como la capacidad que tiene el sistema para cambiar reglas, estructuras y roles en respuesta al estrés situacional y propio del desarrollo (Musitu, Buelga, Lila y Cava, 2001), así como la capacidad para adecuarse a los diferentes contextos y etapas evolutivas que va imponiendo el ciclo vital (Campos y Linares, 2002). Una de las características fundamentales para facilitar la adecuada adaptación a las necesidades evolutivas de los hijos, es que haya una buena adaptabilidad o flexibilidad en el subsistema parental, de modo que permita adaptar el afecto y el control a las diferentes etapas que el hijo atraviesa. Por tanto, cuando el subsistema parental es muy rígido una consecuencia que provoca en el sistema familiar es la incapacidad para adaptarse a los cambios evolutivos, lo cual genera que los padres repitan patrones relacionales antiguos que impiden el desarrollo de sus hijos (Martínez, 2014). Por este motivo, las familias muy sobreinvolucradas y rígidas, con dificultad para reajustarse a los cambios del ciclo vital, pueden impedir y dificultar la salida del hogar paterno (Barraca, 2000).

Desde este paradigma y en relación a cómo el individuo gestiona el balance entre la vinculación y la autonomía, se van a tener en cuenta diferentes formas para abordar la separación de los individuos con respecto a sus familias de origen (Reyes, Flores, Hernández y Archundia, 2012). Según Bloss, una posibilidad es que se dé una relación fusional entre padres e hijos que dificulte la salida del hogar provocando que permanezcan con los padres en una patente intención de cuidarlos y obedecerlos (como se citó en Reyes, Flores, Hernández y Archundia, 2012). Esta tendencia se puede disfrazar por ejemplo con la idea de que el hijo no ha tenido suerte para encontrar una pareja, y ha preferido quedarse cerca de sus padres. Sin embargo también el hijo puede casarse y salir del hogar, quedando profundamente fusionado con sus padres, como podría ser el caso de un hijo que pese a haber formado su familia de origen llama y visita diariamente a su madre siendo incapaz de poner los límites adecuados con respecto a su familia de origen. Por último también puede ocurrir que el hijo salga huyendo, pero no para establecer un hogar independiente, sino con la finalidad de aliviar la ansiedad que le generan las relaciones con los miembros de su familia (Reyes, Flores, Hernández y Archundia, 2012). En estas personas por tanto se ha producido una distancia emocional, fruto de una baja diferenciación, en la que se han independizado sin haberse individualizado (Lebrero y Moreno, 2014).

Como decíamos al inicio, y volviendo a la transición del adolescente a la adultez, diferentes perspectivas han coincidido con la necesidad de resolver tareas como la consolidación de la identidad personal, la madurez de las relaciones íntimas y la independencia física y financiera. En esta etapa de transición, el individuo se tiene que enfrentar a la tarea de separarse de su familia de origen y aceptar su responsabilidad emocional y económica (Skowron, Stanley y Shapiro, 2008). Este momento, ha mostrado ser un evento estresante donde la calidad de los vínculos familiares juega un papel muy

importante para que se produzca un equilibrio entre mantener una conexión sana y conseguir la independencia, viéndose que el estrés psicológico durante la fase de emancipación podría deberse a las dificultades de los jóvenes adultos y sus familias en la negociación del balance entre la autonomía y la independencia (Skowron, Stanley y Shapiro, 2008). Llevando esto al terreno actual, no podemos olvidar que la situación económica y laboral que está atravesando España es ansiógena e inestable. En el estudio de Gentile (2013) se afirma que la categoría social que constituyen los jóvenes y adultos jóvenes españoles es relevante de analizar, ya que se están viendo obligados a gestionar las tensiones de un entorno socioeconómico inestable y en un escenario que depende mucho de la incertidumbre con la que se desarrolla el país. Pero también la resolución de esta situación va a estar muy determinada por las capacidades de reacción individuales (Gentile, 2013).

Por ello consideramos que tener en cuenta el nivel de diferenciación del self alcanzado por los individuos podría tener implicaciones importantes para los jóvenes adultos que se encuentran con dificultades para desarrollar sus proyectos vitales, ya que a nivel clínico nos obligaría a girar la mirada hacia el trabajo con las familias de origen. El panorama actual, sin tratar de minimizar sus dificultades, es un escenario donde es fácil ampararse para no salir del nido paterno o dejar de depender económicamente de los padres, circunstancia que a la vez está fomentada por un clima de sobreprotección por parte de las familias que, aunque pueden actuar como soporte, en muchos casos también pueden frenar la autonomía. Por lo que en jóvenes adultos con ciertas características familiares, y que rebasan edades en las que deberían haber comenzado ya proyectos de emancipación y/o independencia económica sería interesante trabajar no sólo las variables personales o asociadas al contexto (por ejemplo búsqueda de empleo), sino también las dinámicas de las familias de origen, ya que las segundas pueden estar dificultando las primeras y por tanto poniendo un freno invisible pero necesario de vislumbrar.

Tomando en consideración los factores externos y socioeconómicos, y los factores internos y familiares que afectan a los procesos de emancipación, el objetivo general de este estudio es conocer los procesos de emancipación de los jóvenes adultos con estudios universitarios y edades comprendidas entre 25- 29 años, teniendo en cuenta factores sociodemográficos, familiares e individuales que pueden estar influyendo.

Como objetivos específicos nos planteamos estudiar la relación que hay entre el nivel de diferenciación alcanzado por el joven adulto y dos factores: por un lado la emancipación, y por otro la independencia financiera alcanzada respecto a su familia de origen. En referencia a este segundo factor nos parece interesante estudiarlo de forma independiente a la emancipación, ya que aunque en los procesos tradicionales la primera ha contemplado la segunda, en España se está también propiciando que en muchas ocasiones los hijos salgan de casa aun dependiendo económicamente de los padres, muchas veces con motivos como continuar sus estudios, o irse a vivir con sus parejas pese

a no contar con recursos económicos para ello (Ballesteros, Megías y Rodríguez, 2012). Por tanto este objetivo pretende observar si la dependencia financiera, más allá de ser un apoyo, también podría ser una manifestación de ciertos grados de apego no resuelto.

Por último, otro objetivo específico que nos planteamos es ver si un nivel alto de diferenciación está a su vez relacionado con un buen funcionamiento familiar, analizando en concreto la flexibilidad familiar, factor que puede ser especialmente importante en el sistema para posibilitar el ajuste de los miembros de la familia a las distintas etapas del ciclo vital, y por tanto podría tener especial relevancia en la etapa en la que se debe facilitar la salida de los hijos del núcleo familiar.

Nosotros establecemos como *primera hipótesis de trabajo* que mayores niveles de diferenciación se corresponderán con una percepción de mayores niveles de flexibilidad en el sistema familiar de origen. De esta forma las familias más capacitadas para cambiar de roles, reglas y estructuras también han podido ser familias capaces de gestionar las situaciones de tensión, crisis y transiciones y estarán compuestas por individuos más diferenciados (Bowen, 1991; Reyes, Flores, Hernández y Archundia, 2012).

Como *segunda hipótesis*, esperamos encontrar que las personas emancipadas tengan mayores niveles de diferenciación del self que las no emancipadas, proviniendo de sistemas familiares que hayan favorecido un proceso de independencia adecuado en los hijos (Barraca, 2000; Reyes, Flores, Hernández y Archundia, 2012).

Nuestra *tercera hipótesis* es que las personas independientes económicamente tendrán mayores niveles de diferenciación del self que las dependientes económicamente. Con respecto a este punto, desde el modelo Boweniano, la diferenciación no se ha contemplado sólo como salida del hogar, sino también como vínculo más allá de la separación física (Bowen, 1991). Por tanto, nos parece pertinente desde este modelo plantear hasta qué punto los lazos financieros que siguen vinculando a los hijos con respecto a sus padres podrían reflejar menores niveles de diferenciación.

Método

Participantes

Para llevar a cabo la investigación establecimos como criterios de inclusión tener entre 25 y 29 años, ser de nacionalidad española y haber cursado estudios universitarios. Accedimos a 131 sujetos de los cuales 7 fueron eliminados por no cumplir los criterios y realizamos finalmente el estudio con 124 sujetos. En cuanto a la elección del rango de edad, la razón por la que se estableció entre 25 y 29 años fue porque se trataba de un sector de población que en función de las estadísticas revisadas, aunque presentaban dificultades de emancipación en un alto porcentaje (55,4%), (Observatorio de la emancipación en España, 2014) también quedaba un sector muy amplio (44,6%) que había podido

realizar la emancipación. La media de edad de los participantes fue de 27 años. Todos los participantes de la muestra tenían estudios universitarios para equiparar la igualdad de oportunidades laborales que sus estudios superiores les hubieran podido proporcionar, habiendo cursado la mayoría Psicología (42%) frente al resto de los participantes que pertenecían a diversas especialidades. La mayor parte de los participantes fueron mujeres (84%), siendo mucho menores el número de hombres participantes (16%). De todos los participantes 107 eran solteros/as, 11 casados/as y 6 eran pareja de hecho. En cuanto al lugar de procedencia la mayoría pertenecían a Málaga (43,5%) y Madrid (28%), frente al resto de los participantes que procedían de diversas ciudades españolas. El 58,9% de los participantes estaba trabajando en la actualidad, frente al 12,9% que estaba parado, 9,7% estaba estudiando y un 18,5% estudiando y trabajando. De toda la muestra obtenida, 82 personas estaban emancipadas de sus hogares y 42 continuaban viviendo con sus familias de origen, siendo la razón mayoritaria de esta situación el hecho de que sus ingresos económicos no eran suficientes para mantenerse por ellos mismos (45,2%), seguido de otros motivos como el hecho de no tener trabajo (11,9%), estar estudiando (7,1%), desear seguir viviendo con sus padres (11,9%) y otros motivos no especificados (23,8%). Por otro lado, 79 eran independientes económicamente de sus padres, frente a 45 personas que seguían dependiendo de sus familias de origen, siendo el principal motivo de la manutención que los ingresos de su trabajo no eran suficientes para mantenerse por sí solos (45%), no tener trabajo (27,5%) y estar estudiando (27,3%). Tras realizar una tabla de contingencia con los participantes de la muestra observamos que 59 eran independientes económicamente y emancipados, 20 independientes económicamente y no emancipados, 23 dependientes económicamente y emancipados frente a 22 no emancipados y dependientes económicamente.

Instrumentos de medida

Cuestionario demográfico

Para realizar el estudio utilizamos en primer lugar un cuestionario demográfico que nos proporcionó diferentes variables de interés. Las dos variables demográficas principales que analizamos fueron la emancipación y la independencia económica. Consideramos como emancipación vivir fuera del hogar paterno. Por independencia económica contemplamos la situación de aquellos hombres y mujeres que costeaban todos o la mayoría de sus gastos y además se consideraban a sí mismos como independientes económicamente.

Para medir la variable dependencia económica se utilizaron dos ítems en el cuestionario demográfico. El primero, que llamamos “ítem subjetivo” trató de evaluar los costes que los padres cubrían (“La ayuda económica que me proporcionan mis padres sirve para cubrir: Todos mis gastos, la mayoría de mis gastos, algunos de mis gastos pero la mayoría me los costeo yo, yo me costeo todos mis gastos”). De estas categorías las dos primeras las consideramos dependientes económicamente y las dos últimas independientes económicamente. El segundo ítem, que llamamos “ítem subjetivo”, se

refirió a como los sujetos se consideraban a sí mismos (Independiente económicamente, dependiente económicamente).

Cuestionario de evaluación del sistema familiar (CESF)

Este cuestionario se basa en el modelo circunplejo de evaluación familiar que Olson y su equipo han desarrollado durante 30 años, habiéndose creado cuatro versiones diferentes de cuestionarios para evaluar el modelo (Martínez y Espinar, 2014). Siguiendo a Olson y Gorall, estas diferentes versiones han sido usadas en más de 700 investigaciones con familias, lo cual lo convierte en un instrumento muy usado y contrastado (como se citó en Martínez y Espinar, 2014). Para nuestro estudio, nosotros usamos una adaptación española del cuestionario FACES III de Olson y su equipo, validación que fue realizada por el grupo Lisis (Musitu, Buelga, Lila y Cava, 2001), con una muestra de 1.225 adolescentes españoles, aunque puede usarse para todas las edades a partir de 12 años. El cuestionario contempla dos subescalas que miden adaptabilidad y cohesión aunque este grupo las ha denominado flexibilidad y vinculación emocional (Martínez y Espinar, 2014).

De estas dos subescalas de diez ítems, nosotros utilizamos la subescala *flexibilidad* (ítems 2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18, 20) que tomamos como medida del funcionamiento familiar de nuestra muestra y como una de las variables independientes de nuestro estudio. La flexibilidad según este modelo se entiende como la capacidad del sistema familiar para cambiar los roles, reglas y estructura de poder en función el estrés situacional y el desarrollo (Musitu, Buelga, Lila y Cava, 2001). Además esta dimensión se subdivide en varias áreas: liderazgo (ítems 2, 6, 12, 18), disciplina (ítems 4 y 10) y reglas y roles (ítems 8, 14, 16 y 20). Para esta subescala, se ha obtenido un alpha de Cronbach de ,68 en muestra española; asimismo se han visto buenos niveles de validez convergente y discriminante en su adaptación (Martínez y Espinar, 2014). Las propiedades psicométricas de la subescala que hemos obtenido en nuestro estudio han sido altas (alpha de Cronbach=,79).

Los participantes del estudio contestaron a las distintas afirmaciones mediante una escala tipo Likert (1 casi nunca, 2 pocas veces, 3 algunas veces, 4 muchas veces, 5 casi siempre) en función de cómo percibían el sistema familiar donde habían crecido. A mayores puntuaciones obtenidas, mayores puntuaciones de flexibilidad reflejaron.

S-DSI (Spanish- differentiation of Self inventory).

La DSI- R (Skowron, y Schmitt, 2003) es una medida de autoinforme usada para medir el constructo de diferenciación de Bowen. Este instrumento creado por Skowron y Friedlander en 1998, y revisado posteriormente por Skowron y Schmitt (Skowron y Schmitt, 2003) contempla cuatro dimensiones de acuerdo al constructo Boweniano de diferenciación del self, y lo usamos para medir el nivel de diferenciación del self de nuestra muestra. Estas cuatro escalas que se crearon para medir el constructo se reparten en 46 ítems, que se dividen a su vez en dos subescalas: la escala intrapersonal

que incluye los factores *posición del yo* (IP) y *reactividad emocional* (ER) y la escala interpersonal que incluye los factores *fusión con los otros* (FO) y *corte emocional* (EC).

El instrumento que usamos para la investigación fue el S- DSI, una validación del instrumento DSI- R en población española con una muestra de 1047 adultos de edades comprendidas entre 25 y 68 años y realizada por Rodríguez-González, M. (comunicación personal, 20 octubre, 2014). De los cuatro factores contemplados en el DSI- R, en la validación española se conservaron tan sólo dos, uno correspondiente a la escala intrapersonal: la *reactividad emocional* (ítems 1,6,8,10,12,14,16,18,20,22,24,25,26) que refiere a la capacidad de conciencia del individuo, su habilidad para regular el afecto sin responder al entorno con labilidad emocional o hipersensibilidad, y otra referente a la dimensión interpersonal, *el corte emocional* (ítems 2, 3, 4, 5, 7, 9, 11, 13, 15, 17, 19, 21, 23) que refiere a cómo el individuo se separa de forma reactiva con los otros para calmar su ansiedad (Jankowski y Hooper, 2012). La razón por la que el instrumento tan sólo usa estas escalas, es porque en el proceso de validación se comprobó que era adecuado sólo utilizar las dos mencionadas en población española, quedando descartadas la otras, ya que presentaban diferencias culturales significativas en las dimensiones que pretendían medir (Skowron, Van Epps, Cipriano- Essel y Woehrle, 2015). De esta forma, las dos dimensiones del SDS-I quedaron repartidas en 26 ítems inversos que fueron sometidos a un proceso riguroso de doble traducción partiendo del test original DSI-R.

Las puntuaciones del SDS-I se distribuyeron normalmente, y se obtuvieron correlaciones moderadas entre las subescalas ($,34$) y alta entre la escala completa y las subescalas (corte emocional $=,79$; reactividad emocional $=,84$). La índices de consistencia interna obtenidos fueron altos, tanto para la escala completa (alpha de Cronbach $=,85$) como para las subescalas (reactividad emocional $=,84$; corte emocional $=,78$). Tras realizar los análisis psicométricos con nuestra muestra, obtuvimos una correlación moderada entre las subescalas ($,38$), y alta entre la escala completa y las subescalas (corte emocional $=,78$; reactividad emocional $=,88$). Los índices de consistencia interna obtenidos fueron altos tanto para la escala completa (alpha de Cronbach $=,87$) como para las subescalas (reactividad emocional $=,88$; corte emocional $=,80$).

Los participantes contestaron en una escala tipo Likert del 1 al 6 (1 totalmente desacuerdo y 6 totalmente de acuerdo) cómo se veían a sí mismos en las diferentes afirmaciones. Para obtener el nivel de diferenciación total sumamos las puntuaciones obtenidas en cada ítem y lo dividimos por el número total de ítems. Para obtener las puntuaciones de cada subescala sumamos los ítems pertenecientes a cada una y lo dividimos por el número total de ítems pertenecientes a cada subescala. Para realizar los análisis invertimos las puntuaciones de los ítems de modo que a mayor puntuación que obtuvieron (tanto en puntuación general como en las subescalas), mayor nivel de diferenciación del self reflejaron.

Procedimiento

Para la realización del estudio, llevamos a cabo un muestreo no probabilístico de conveniencia, poniéndonos en contacto con adultos de edades comprendidas entre 25-29 años, a través de redes sociales, conocidos/as y familiares. Además utilizamos el procedimiento bola de nieve para obtener más muestra. Para la administración de los instrumentos utilizamos una aplicación de la herramienta google drive, difundiendo los cuestionarios a través de internet. Los resultados los recibimos online, quedando almacenados en una tabla Excel que no mostraba ningún dato que pudiera identificar a los participantes. De este modo cumplimos el compromiso de confidencialidad que aseguramos antes de comenzar con la investigación.

Diseño

Estudio correlacional transversal, en el que estudiamos la relación entre diferentes variables en un segmento de población concreto (adultos españoles con carreras universitarias y edades comprendidas entre 25-29 años) en un momento determinado (Enero 2015).

Procedimiento de análisis de datos

Todas las pruebas utilizadas en el estudio fueron pruebas paramétricas, ya que al tomar a más de 30 sujetos en todos los análisis realizados asumimos normalidad e igualdad de varianzas en las variables usadas para los contrastes estadísticos. Además utilizamos la prueba de normalidad Kolmogorov- Smirnov, para comprobar el supuesto y asumimos normalidad tanto en la muestra total como en la muestra utilizada solo con mujeres. Para realizar los contrastes estadísticos trabajamos con un nivel de confianza del 95%, considerando como significativos resultados menores a ,005 ($p < ,005$).

Para poner a prueba la primera hipótesis de trabajo se utilizó el estadístico r- Pearson, mediante el cual comparamos la relación entre la variable diferenciación del self y la variable flexibilidad. Para poner a prueba la segunda hipótesis de trabajo, utilizamos el estadístico t- Student, mediante el cual comparamos los sujetos emancipados y no emancipados y el nivel de diferenciación del self alcanzado. Para poner a prueba la tercera hipótesis de trabajo, comparamos el nivel de diferenciación en sujetos dependientes e independientes económicamente mediante el estadístico t- Student.

Realizamos una tabla de contingencia para ver la correspondencia entre el ítem objetivo y subjetivo de la dependencia económica, utilizando para ello el estadístico χ^2 de Pearson. Tras realizar el estadístico de contraste, obtuvimos como resultado que ambos ítems estaban significativamente relacionados, χ^2 ($n=124$; $gl= 3$; $p < ,001$). Por tanto cualquiera de los dos ítems fue válido para analizar la dependencia económica dada su correspondencia. Utilizamos finalmente el ítem subjetivo (“cómo me veo a mí mismo”) en todos los análisis presentados en el apartado de resultados.

Cuando se utilizó el estadístico t- Student para comparar dos medias independientes, se tomó la t robusta cuando las varianzas no fueron homogéneas. Asumimos este supuesto en todos los resultados que se presentaron en el apartado de resultados. Asimismo siempre que utilizamos el estadístico t- Student se informó de las medias más menos la desviación típica de todos los grupos comparados mediante el siguiente formato: Media \pm Desviación típica. Por último al comparar siempre las medias de todos los grupos se informó del tamaño del efecto (d- Cohen) para informar de la magnitud de la relación entre las variables.

Dado que la mayoría de la muestra global estaba constituida por mujeres, repetimos todos los análisis estadísticos sólo con la población femenina, para observar si eliminando a los hombres de la muestra, se encontraban diferencias en algunos de los contrastes realizados para poner a prueba las hipótesis de trabajo. Cuando trabajamos con la muestra sólo de mujeres tomamos una n= 104 sujetos, de las cuáles 65 mujeres estaban emancipadas frente a 39 que no lo estaban y 67 mujeres eran independientes económicamente frente a 37 que todavía seguían dependiendo económicamente de sus progenitores. Sólo presentamos los resultados significativos obtenidos en el subgrupo de mujeres.

Siempre que se informó de los niveles de diferenciación del self se dieron medidas del nivel de diferenciación del self total, y de las subescalas reactividad emocional y corte emocional.

Resultados

A continuación presentamos los análisis estadísticos realizamos para poner a prueba las hipótesis de trabajo, presentando en primer lugar los resultados pertenecientes a la muestra global y en segundo lugar los obtenidos sólo para el subgrupo de mujeres, indicando únicamente los resultados significativos para los últimos.

Al poner a prueba la *primera hipótesis de trabajo* no se ha encontrado en la muestra global una correlación significativa entre la variable flexibilidad y la variable diferenciación del self total (*Pearson, n= 124; r=,124; p=,168*). Tampoco se han encontrado correlaciones significativas entre la variable flexibilidad y la subescala reactividad emocional (*Pearson, n= 124; r=,161; p=,074*), ni entre la variable flexibilidad y la subescala corte emocional (*Pearson, n= 124; r= ,029; p=,746*). Al calcular estas correlaciones tomando como muestra solo a las mujeres, se han encontrado una correlación positiva entre la variable flexibilidad y la subescala reactividad emocional (*Pearson, n= 104; r= ,196; p= ,004*).

Los resultados de los análisis que se presentan a continuación indican los resultados obtenidos para la *segunda hipótesis de trabajo*. Como se puede observar (ver tabla 2), no existen diferencias entre los sujetos del estudio que se han emancipado (media=4,14 \pm DT=,70) y los que no se han emancipado (media=4,10 \pm DT=,62) en los niveles de diferenciación del self total, *t – Student, t (122) =-,364; p= ,716; d=,06*. No existen diferencias significativas entre los sujetos del estudio

emancipados (3,52±,94) y no emancipados (3,47±,86) en las puntuaciones de la subescala reactividad emocional, *t- Student*, $t(122) = -,316$; $p=,753$; $d=,06$. Tampoco existen diferencias significativas entre los sujetos del estudio emancipados (4,76±,69) y no emancipados (4,72 ±,38) en las puntuaciones de la subescala corte emocional, *t- Student*, $t(122)= -,289$; $p=,773$; $d=,38$. Al analizar los resultados en la muestra tomando para el análisis sólo las mujeres, no obtuvimos diferencias significativas con respecto a la muestra total.

Tabla 2

Comparación entre sujetos emancipados y no emancipados de las familias de origen en la variable diferenciación del self y sus subescalas.

		<i>n</i>	<i>Media</i>	<i>DT</i>	<i>t</i>	<i>GL</i>	<i>p</i>	<i>d</i>
<i>Diferenciación total</i>	<i>Emancipados</i>	82	4,14	,70	-,364	122	,716	,06
	<i>No emancipados</i>	42	4,10	,62				
<i>Reactividad emocional</i>	<i>Emancipados</i>	82	3,52	,94	-3,16	122	,753	,06
	<i>No emancipados</i>	42	3,47	,86				
<i>Corte emocional</i>	<i>Emancipados</i>	82	4,76	,69	-,289	122	,773	,38
	<i>No emancipados</i>	42	4,72	,72				

Al contrastar *la tercera hipótesis de trabajo*, hemos obtenido datos (Ver tabla 3) que indican que la diferenciación del self total es significativamente mayor en sujetos independientes económicamente (4,26±,60) que en los sujetos dependientes económicamente (3,90±,74), *t- Student*, $t(122)= 2,741$; $p=,008$; $d=,53$. Los resultados obtenidos muestran que los sujetos independientes económicamente (3,60±,88) y los dependientes económicamente (3,33±,93) no difieren significativamente en la subescala reactividad emocional, *t- Student*, $t(122) = 1,633$; $p= ,105$; $d=,30$. En cambio, los resultados obtenidos muestran que los sujetos independientes económicamente (4,91±,58) tienen puntuaciones significativamente más altas en la subescala corte emocional que los dependientes económicamente (4,47± ,80), *t- Student*, $t(122) = 3,207$; $p= ,002$; $d=,63$. Al realizar los contrastes estadísticos tomando como muestra sólo a las mujeres encontramos resultados equivalentes a los obtenidos para la muestra global.

Tabla 3

Comparación de sujetos independientes y dependientes económicamente de sus familias de origen en la variable diferenciación del self total y sus subescalas.

		n	Media	S	t	GL	p	d
Diferenciación total	Independientes	79	4,26	,60	2,741	122	,008*	,53
	Dependientes	45	3,90	,74				
Reactividad emocional	Independientes	79	3,60	,88	1,633	122	,105	,30
	Dependientes	45	3,33	,93				
Corte emocional	Independientes	79	4,91	,58	3,207	122	,002*	,63
	Dependientes	45	4,47	,80				

Discusión

El objetivo que nos planteamos para llevar a cabo el estudio presentado, fue la pertinencia de analizar la relación entre los procesos de emancipación de los jóvenes adultos españoles que están viviendo un periodo de crisis económica, y los niveles de diferenciación del self alcanzado, deteniéndonos en la relación entre los niveles de diferenciación de los participantes y la percepción de flexibilidad de su sistema familiar, considerando que podría ser una variable que podría haber facilitado el ajuste de sus familias a la etapa de emancipación.

Para llevar a cabo nuestro objetivo partimos de tres hipótesis que guiaron nuestro trabajo:

La primera hipótesis que nos planteamos fue que esperábamos encontrar una relación positiva entre los niveles de diferenciación alcanzados y la percepción de flexibilidad del sistema familiar en el que habían crecido los participantes.

La segunda hipótesis de trabajo que contemplamos fue comprobar la asociación entre haberse emancipado y haber alcanzado mayores niveles de diferenciación del self.

Por último nuestra tercera hipótesis nos llevó a plantearnos la relación entre la independencia económica alcanzada por los participantes y un mayor nivel de diferenciación alcanzado.

Haciendo referencia a nuestra primera hipótesis los resultados encontrados nos obligan a mantener la hipótesis nula, ya que no hemos podido demostrar que exista una relación significativa entre los niveles de diferenciación del self y la percepción de flexibilidad del sistema familiar en el que ha crecido el individuo. Los motivos por los cuales no hemos encontrado dicha asociación pueden

ser debidos a diferentes factores, aunque por el momento haremos solo alusión a las características de la muestra. En cuanto al número de participantes, si bien 124 sujetos no es un número nada desdeñable, quizá no ha sido suficiente para establecer la relación entre las dos variables. En este sentido tampoco las características de la muestra son homogéneas siendo mucho mayor el número de mujeres (104) frente al número de hombres (20). En referencia a la variable sexo, hemos obtenido una correlación significativa y positiva entre la variable flexibilidad y la subescala reactividad emocional al analizar sólo la muestra de mujeres. Estas diferencias encontradas en la subescala reactividad emocional podrían estar indicando que dentro del sexo femenino contar con una mayor flexibilidad en el sistema familiar puede estar relacionado con tener menos tendencia a reaccionar emocionalmente, tener mayor capacidad de regular el afecto sin responder al entorno con labilidad emocional y contar por tanto con un mayor nivel de diferenciación. No obstante la correlación al haber sido obtenida sólo en la muestra de mujeres, no nos permite aceptar la hipótesis de contraste. También es importante mencionar que si hubiésemos contando con una muestra suficientemente grande de hombres, habría sido interesante estudiar las diferencias de sexo para ver si hay aspectos del funcionamiento familiar que facilitan determinados aspectos de la diferenciación en hombres y en mujeres.

Haciendo alusión a nuestra segunda hipótesis de trabajo, los resultados encontrados no permiten rechazar la hipótesis nula, ya que no hemos encontrado diferencias entre los sujetos emancipados y no emancipados y los niveles de diferenciación del self que han alcanzado. Los motivos por los cuales no hemos encontrado diferencias entre las medias se pueden deber a diferentes motivos que iremos comentando. En primer lugar, haciendo mención a la muestra, es importante resaltar que los dos grupos que comparamos no estaban equilibrados respecto al número de participantes que los formaban. Al obtener la participación de 82 emancipados frente a 42 no emancipados, se pudo generar que no se tuviera muestra suficiente como para alcanzar diferencias. En segundo lugar también el número de participantes está desequilibrado respecto a la variable sexo, y como hemos comentado, sólo contamos con 20 hombres frente a 104 mujeres, lo cual también pudo producir sesgos en los resultados que no hemos podido analizar ya que el número de hombres que componen la muestra es demasiado pequeño para hacer contrastes por grupos y sacar las conclusiones pertinentes. Por otro lado es importante hacer mención que si bien en los datos estadísticos consultados indican que el 55,4% de los españoles tienen dificultades para salir del hogar paterno (Observatorio de la emancipación en España, 2014), el haber centrado nuestro estudio en un sector de la población con estudios universitarios podría estar sugiriendo que este sector tenga mayores medios para conseguir un trabajo y salir de casa. Por último, los resultados encontrados se pueden deber a que los factores sociológicos debidos a la crisis tengan más peso en el motivo de no emancipación de la muestra que los factores familiares. En este sentido el principal motivo por los que los participantes de la muestra siguen viviendo con sus padres es “que los ingresos económicos que sus trabajos le proporcionaban no son suficientes como para mantenerse por ellos mismos” También es importante

mencionar que un 23,8% de los participantes contestaron como motivo de seguir viviendo con sus padres “Otros no especificados” por lo que no tener esta información supone una limitación que nos podría enriquecer nuestras conclusiones.

En referencia a nuestra tercera hipótesis de trabajo los resultados obtenidos nos permiten rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alternativa, afirmando que existen diferencias entre los niveles de diferenciación del self de los sujetos independientes y dependientes económicamente de sus familias de origen. En la línea de lo que esperábamos, los jóvenes adultos que han alcanzado la independencia financiera tienen un mayor nivel de diferenciación del self que aquellos que no, siendo estas puntuaciones mayores tanto en la escala de diferenciación total como en la subescala de corte emocional. Sin embargo no hemos obtenido diferencias entre los dos grupos en la subescala reactividad emocional, por lo que según estos resultados el aspecto de la diferenciación que tiene que ver más con la independencia económica es el corte emocional, y no tanto la reactividad emocional. No obstante sería necesario replicar el estudio con una muestra mayor para establecer conclusiones más precisas. Por otro lado es importante remarcar, que si bien hemos obtenido resultados que indican una relación significativa entre estas dos variables, que apuntan a que puede haber mayores niveles de diferenciación en personas independientes económicamente, sería interesante replicar el estudio con más muestra y grupos más equilibrados, ya que los tamaños del efecto encontrados en la relación entre diferenciación del self total y la dependencia económica son moderados, al igual que los encontrados en la subescala corte emocional.

Además de las posibles explicaciones que hemos argumentado con anterioridad nos gustaría poner la mirada en otros aspectos que pudieran explicar los resultados de nuestros análisis de una forma más concisa.

Haciendo referencia de nuevo a los resultados de nuestra primera hipótesis, pusimos la mirada en la relación entre el nivel de diferenciación alcanzado por el individuo y la capacidad de la familia para adaptarse y ser flexible a los diferentes momentos del ciclo vital. Siguiendo a Bowen (1991) uno de los factores que más se relaciona con el nivel de diferenciación es cómo la familia resuelve la ansiedad que genera un momento crítico de la vida, siendo los momentos de transición del ciclo vital en general y las salidas de sus miembros en particular, los que más desequilibrio generan en el sistema (Barraca, 2000; Haley, 1989; Reyes, Flores, Hernández y Archundia, 2012). Por tanto, esperábamos que el nivel de diferenciación de un individuo estuviera relacionado con la capacidad que ha tenido su sistema familiar para cambiar reglas, estructuras y roles en respuesta al estrés situacional y propio del desarrollo. En este sentido el test que hemos utilizado, aunque puede utilizarse a partir de los 12 años, está formado por algunos ítems (los relativos a los castigos, por poner un ejemplo) que miden características más propias de la etapa del ciclo vital de los adolescentes que la de los jóvenes adultos, no habiendo quizá obtenido una medida adecuada de la capacidad del sistema para adaptarse a otros

momentos del ciclo evolutivo, ni a la edad de los participantes. Además no podemos olvidar que el cuestionario mide la percepción de un miembro de la familia, lo cual no se tiene por qué corresponder con la percepción de otros miembros ni con la flexibilidad real del sistema, por lo que el obtener tan solo la mirada de un solo miembro ha podido generar sesgos. Por otro lado, siguiendo a Frost (2015), una buena forma de saber cómo es la gestión del estrés en una familia, y por ende un mayor grado de diferenciación, es conocer la cantidad de sintomatología que presenta en una situación de cambio, por lo que haber obtenido una medida de síntomas psicopatológicos en relación con el nivel de diferenciación nos hubiera podido dar pistas más certeras de la relación de la flexibilidad y la gestión de la tensión. También el haber obtenido alguna medida del nivel de estrés del individuo y su capacidad para afrontarlo nos podría haber proporcionado una información más precisa de su capacidad para adaptarse al mismo y su posible relación con el nivel de diferenciación, ya que cuanto menor es el nivel de ansiedad crónica mayor es el nivel de diferenciación y mayor flexibilidad se tiene para adaptarse a futuros estresores (Frost, 2015). Además de esto, el haber obtenido una medida de percepción de la flexibilidad no garantiza que el individuo haya vivido como estresante la adaptación a ciertos momentos del ciclo vital, ni que no haya tenido estrategias para adaptarse a la misma. En este sentido siguiendo a Meil (2011), la familia en la sociedad española se ha convertido en un lugar seguro para explorar con seguridad, gracias a que han desaparecido las familias patriarcales y se ha fomentado las familias negociadoras, por lo que es posible que los jóvenes no emancipados de nuestra muestra no estuvieran viviendo como rígida la situación de no emancipación y permanecía con los padres, además de tener en cuenta que muchos de los participantes del estudio ya vivía fuera del hogar familiar. Por lo que en función de todo lo anterior, nos planteamos que si hubiéramos adoptado un enfoque más centrado en el individuo podríamos haber obtenido más datos sobre su vivencia particular en este momento del ciclo vital.

En relación a la asociación entre el nivel de diferenciación y la emancipación que esperábamos encontrar, a nivel teórico tenía sentido partir de esa premisa. Los argumentos apoyaban que las personas con un nivel bajo de diferenciación hubieran tenido dificultades para romper la relación fusional con sus familias de origen, de modo que se hubiera dificultado su salida del hogar (Frost, 2015; Reyes, Flores, Hernández y Archundia, 2012). Siguiendo a Bloss (como se citó en Reyes, Flores, Hernández y Archundia, 2012), esta permanencia en el hogar paterno en ocasiones queda disfrazada con argumentos como no encontrar una pareja y haber preferido quedarse cerca de sus padres. Llevando este supuesto al terreno de la crisis económica nos parecía pertinente tratar de relacionar si junto con las dificultades laborales y sociales también existían en estos adultos aspectos relacionados con una excesiva fusión con sus familias de origen. Sin embargo en contra de nuestra hipótesis y a favor de los resultados encontrados, Bowen también planteaba que se podían encontrar niveles igualmente bajos de diferenciación en aquellos individuos que hubieran salido de sus hogares cortando todo vínculo familiar como en aquellos que siempre permanecían juntos con sus padres. Por

lo que es posible que no haya diferencias en los dos grupos debido a que los niveles de diferenciación del self están más relacionados con el vínculo y la fusión emocional que con la separación física. También, haciendo mención al instrumento, si bien tenemos constancia de que la subescala fusión con los otros no funciona adecuadamente en población española, haber contado con una medida que nos hubiera proporcionado un resultado sobre el grado de implicación emocional y dependencia hacía los demás podría haber sido esclarecedora. No obstante pese a las limitaciones decidimos tomar esa decisión porque nos parecía más pertinente utilizar tan sólo las subescalas validadas.

En cuanto a la tercera hipótesis de trabajo nos pareció pertinente plantearnos el papel que la dependencia económica podía tener al margen de la emancipación, ya que las circunstancias sociales están generando que muchas personas salgan de su casa pese a no haber conseguido la independencia financiera. Siguiendo a Barraca (2000), cuando los padres proporcionan a los hijos ayudas materiales continuas, incluso habiéndose emancipado, es posible que sea un indicador de que la separación sólo haya sido solo aparente, y este reflejando una falta de separación emocional. En este sentido los resultados encontrados sugieren que haber encontrado diferencias en la variable dependencia económica, y no en la emancipación, podría estar indicando una relación diferencial de ambas con respecto al nivel de diferenciación del Self. Por otro lado, no podemos olvidar que el dinero puede ser un instrumento de control dentro de las relaciones que pueden impedir que las personas tomen decisiones y negocien con autonomía (Papp, 1991). Que hayamos observado en nuestro estudio que los sujetos independientes económicamente tienen mayores niveles de diferenciación del self que los dependientes, podría abrir una pequeña ventana que sugiriera que en las familias donde las personas dependen económicamente de sus progenitores el dinero podría ser un factor que se estuviera utilizando para seguir influyendo en sus decisiones, metas y valores. Además esto también podría significar que las personas que dependen económicamente se encuentren realmente en una posición diferente respecto a sus progenitores, teniendo menor capacidad de autonomía, menor margen de maniobra para tomar las riendas de su vida y menor capacidad para establecer relaciones de adulto a adulto con los otros. En cuanto a las diferencias encontradas en la subescala corte emocional y la falta de las mismas asociadas a la reactividad, como decíamos con anterioridad, una posible explicación podría estar asociada al mayor peso del corte emocional en relación con la economía. Además, de todos los sujetos que comunicaron depender económicamente de sus familias, 22 no estaban emancipados y 23 estaban emancipados, por lo que sería posible que en la muestra analizada haya una mayor tendencia a separarse de forma reactiva a la proximidad del otro que reaccionando emocionalmente. Una posible interpretación es que los sujetos emancipados y dependientes económicamente hayan llevado a cabo una emancipación como una forma de separarse de sus familias pese a no contar con los medios necesarios para sustentarse. No obstante, esto es tan sólo una posibilidad que tendríamos que replicar ya que no podemos olvidar por un lado las limitaciones de la

muestra y por otro que más allá de una baja diferenciación pueda haber muchos otros factores que podrían explicar el resultado.

Una de las principales limitaciones que hemos tenido en la puesta en marcha de nuestro estudio, han sido las ya mencionadas características de la muestra, por lo que sería recomendable que en futuras investigaciones se pudiera replicar los resultados contando con un mayor número de participantes y utilizando un muestreo aleatorio, a diferencia del de conveniencia que hemos usado. Esto podría ayudar a obtener grupos más homogéneos en las variables sociodemográficas, y en los diferentes factores de estudio.

Por otro lado la ausencia de instrumentos validados para medir la adaptabilidad de la familia desde el modelo Boweniano también ha limitado nuestra investigación. En Frost (2015) se analiza un modelo de evaluación de la familia al estrés y a los eventos del ciclo vital, pero tiene la desventaja de no estar empíricamente validado siendo su aplicación más pertinente en el uso clínico. También la ausencia de instrumentos que midieran funcionamiento familiar en jóvenes adultos, y que tuvieran propiedades psicométricas tan buenas como el que usamos, ha sido otra fuerte limitación con la que hemos tenido que lidiar. Por último en relación con los instrumentos, no podemos olvidar que no hemos contado con instrumentos validados que nos permitieran medir variables demográficas como la dependencia económica, por lo que utilizar preguntas de construcción propia es un elemento que han podido restar rigurosidad al estudio

Otra dificultad que nos hemos encontrado es que trabajar sólo con la percepción del individuo le resta riqueza a una teoría como la transgeneracional que tiene en cuenta tanto la familia nuclear como otras generaciones previas. Además es importante mencionar la complejidad de la teoría de los sistemas familiares de Bowen, por lo que el poco tiempo con el que se ha contado para realizar el estudio no ha permitido manejar los conceptos con la exhaustividad que merece, ni tampoco realizar una investigación precisa. Por otro lado, la teoría Boweniana en general y el concepto de diferenciación en particular, pese a ser un fenómeno que sabemos que tiene un peso importante en el individuo y las familias, ha sido poco estudiado empíricamente, por lo que la falta de investigaciones también ha sido un factor que ha limitado el estudio.

Sin embargo, pese a las limitaciones consideramos que seguir explorando si puede haber relación en las dificultades de diferenciación asociadas a la dependencia económica, al margen de la emancipación, podría ser de interés para conocer la función que el dinero tiene dentro del sistema familiar, ya que los jóvenes adultos españoles se encuentran en cierto modo atrapados en una situación económica inestable que les lleva a recibir soporte de sus familias. Seguir explorando si hay vínculos no resueltos asociados a esa ayuda, podría guiar nuestro trabajo viendo la relevancia de fomentar en estos pacientes una mayor autonomía emocional que pudiera ser el paso previo a que consiguieran una mayor autonomía financiera.

En este sentido animamos a seguir investigando este sector de la población española que está pasando por unas condiciones personales, familiares y sociales muy concretas. El conocer como está afectando un fenómeno social a factores relacionados con el individuo y su familia creemos que puede ser un recurso valioso que nos proporcione más información de cómo ayudar a potenciar sus recursos personales más allá de la situación social que aceche al país. Además seguir trabajando e investigado en el terreno de la diferenciación del self puede ser muy relevante, dado que se trata de un factor que afecta tanto a la salud del individuo como a la calidad de sus relaciones.

Por ello animamos a futuros investigadores a continuar explorando este fenómeno y a replicar el estudio teniendo en cuenta y superando todas las limitaciones que hemos tenido en su realización. Por un lado, creemos que sería de enorme interés ampliar la muestra de hombres, para observar si existen diferencias de sexo tanto en las variables estudiadas como en los procesos de emancipación que se vive en la realidad actual y por otro replicar el estudio con jóvenes adultos sin estudios universitarios para observar si encontramos resultados diferentes en otros sectores de la población española. También sería de gran utilidad aumentar el número de sujetos estudiados en las cuatro categorías (emancipación, no emancipación, dependencia e independencia económica) de forma que permitiera mejorar y ampliar los contrastes estadísticos entre los diferentes grupos, estableciendo con mayor exhaustividad el peso específico de cada variable, además de observar si se siguen dando los matices diferenciales entre la emancipación y la independencia financiera respecto al nivel de diferenciación del self alcanzado. Por último sugerimos que además de la replicación del estudio con la mejoras indicadas, se siga estudiando la relación entre el nivel de diferenciación del self de los jóvenes adultos que se encuentran con dificultades para emanciparse centrándose en características del individuo como su bienestar subjetivo y sus niveles de ansiedad general y psicopatología.

Bibliografía

Ballesteros, J., Megías, I. y Rodríguez, E. (2012). *Jóvenes y emancipación en España*. Madrid: FAD

Ballesteros, J. y Rodríguez, E. (2013). *Crisis y contrato social. Los jóvenes en la sociedad del futuro*. Madrid: FAD

Barraca, J. (2000). Mis padres no quieren que me marchen. Reacciones de la familia ante la salida de los hijos en J. Barraca. *Hijos que no se van. La dificultad para abandonar el hogar* (pp. 95-132) Bilbao: Desclée de Brouwer, S.A.

Bowen, M. (1991). *De la familia al individuo. La diferenciación del sí mismo en el sistema familiar*. Barcelona: Paidós.

Campos, C. y Linares, J. L. (2002). Que significa ser una pareja en C. Campos y J. L. Linares. *Sobrevivir a la pareja*. (pp. 26-38). Madrid: Planeta

Encuesta Nacional de Hogares, Año 2013. Datos provisionales (Abril, 2014). *Instituto Nacional de Estadística*. Recuperado de <http://www.ine.es/prensa/np837.pdf>.

Flores, J., Ibáñez, E. y Armas P. (2009). Desarrollo de un instrumento de evaluación para el concepto de diferenciación. *Revista electrónica de Psicología Iztacala*, 12(1), 106- 116.

Frost, R. (2015). La evaluación familiar basada en la teoría de Bowen en M. Rodríguez y M. Martínez. *La teoría de Bowen en la teoría sistémica de Bowen: avances y aplicación terapéutica* (pp.97-154) .Madrid: McGraw-Hill.

Fustenberg, F. y Sironi, M. (2012). Trends in the economic Independence of Young adults in the United States: 1973- 2007. *Population and development Review*, 38 (4), 609-630.

Gentile, A. (2013). Emancipación juvenil en tiempos de crisis. Un diagnóstico para impulsar la inserción laboral y la transición residencial. *Estudios de progreso, Fundación Alternativas*, 73, 1-68.

Granado, A. (2014). Crisis económica, políticas, desempleo y salud mental. *Revista de Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 122, 385-404.

Haley, J. (1989). Una orientación familiar. En J. Haley. *Trastornos de la emancipación juvenil y terapia familiar* (pp. 39-61). Buenos Aires: Amorrortu editores.

Jankowski, P. y Hooper, L. (2012) Differentiation of self: A validation study of the Bowen theory construct. *Couple and family psychology. Research and Practice*, 3 (1), 226-243.

Jenkins, S., Buboltz Jr., W. Schwartz, J. y Johnson, P. (2005). Differentiation of self and psychosocial development. *Contemporary Family Therapy*, 27 (2), 251-260.

Lebrero, A. y Moreno, A. (2014). Terapia intergeneracional. En A. Moreno. *Manual de terapia sistémica* (pp: 298-332). Bilbao: Desclée de Brouwer.

Martínez, M. (2014). Terapia estructural. En A. Moreno. *Manual de terapia sistémica* (pp: 264-295). Bilbao: Desclée de Brouwer.

McGoldrick, M., Carter, B. y Garcia- Preto, N. (2011). Overview: The life cycle in its changing context. Individual, family and social perspectives. En M. McGoldrick, B. Carter y N. Garcia- Preto. *The expanded family life cycle* (pp. 1-19). New York: Allyn y Bacon.

Medina, E. Herrarte, A. y Vicens, J. (2010). Inmigración y desempleo en España: Impacto de la crisis económica. *Información Comercial Española*, 854, 37-48.

Meil, G. (2011). *Individualización y solidaridad familiar*. Colección de estudios sociales nº 32. Barcelona: La Caixa

Melo, J. y Miret, P. (2010). Transición a la vida adulta en España: Una comparación en el tiempo y en el territorio utilizando el análisis de entropía. *Revista Española de investigaciones Sociológicas*, 31, 75-101.

Musitu, G., Buelga, S., Lila, M. y Cava, M. (2001). El modelo de estrés familiar en la adolescencia (modelo E.F.A). En G. Musitu, S. Buelga, M. Lila y M. Cava. *Familia y adolescencia* (pp. 93-146). Madrid: Síntesis.

Observatorio de emancipación España, tercer trimestre 2014. *Consejo de la Juventud de España*. Recuperado de <http://www.cje.org/descargas/cje5955.pdf>

Observatorio de la Juventud en España, Febrero 2015. *Instituto de la juventud España*. Recuperado de [http://www.injuve.es/sites/default/files/2015/12/publicaciones/ParoRegistrado%202015-02%20\(16a29a%C3%B1os\).pdf](http://www.injuve.es/sites/default/files/2015/12/publicaciones/ParoRegistrado%202015-02%20(16a29a%C3%B1os).pdf)

Papp, P (1991). Cuestionario para terapeutas matrimoniales. En M. Walters, B. Carter, P. Papp y O. Silverstein. *La red invisible*. (pp.224-276). Buenos Aires: Paidós.

Pittman, F. (1990). Emancipación: El abandono del nido. En F. Pittman. *Momentos decisivos. Tratamiento de familias en situaciones de crisis* (pp. 263-275). Buenos Aires: Paidós.

Reyes, E., Flores, J. Hernández, L. y Archundia, K. (2012). Diferenciación en la familia: Etapa de parejas adultas maduras. *Revista electrónica de Psicología Iztacala*, 15 (2), 505- 534.

Reyes, E., Mercado, X. y Flores, J. (2010). Descripción y análisis del concepto de diferenciación. *Revista electrónica de Psicología Iztacala*, 13 (1), 52-79.

Shapiro, M., Skowron, E. y Stanley, K. (2008). A longitudinal perspective on differentiation of self, interpersonal and psychological well- being in young adulthood. *Contemporary Family Therapy*, 31, 3-18.

Silva, J. (2012). Constructing adulthood in an age of uncertainty. *American Sociological Review*, 77 (4), 505-522.

Skowron, E, y Schmitt, T. (2003). Assessing interpersonal fusion: Reliability and validity of a new diffusion with others subscale. *Journal of Marital and Family Therapy*, 2 (29), 209-222.

Skowron, E., Van Epps, J., Cipriano- Essel, A. y Woehrle, P. (2015). Teoría de Bowen e investigación empírica en M. Rodríguez y M. Martínez *.La teoría sistémica de Bowen: Avances y aplicación terapéutica* (pp.61-94). Madrid: McGraw-Hill.

Velázquez, Y. y Garduño, L. (2011). Relación entre la diferenciación del self y el bienestar subjetivo de jóvenes mexicanos. *Psicología Iberoamericana*, 2 (19), 9-16.

Winek, J. L. (2010). Bowenian Family Therapy en J. L. Winek. *Systemic Family Therapy: From Theory to Practice* (pp. 81-88). Nueva York: Sage publications, Inc.