



FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES

# **LA SATISFACCIÓN MARITAL: SU RELACIÓN CON LA DIFERENCIACIÓN DEL SELF Y LA POSICIÓN EN LA FRATRÍA**

Autor: Ángela Criado Fernández

Tutor profesional: Elisa Hormaechea García

Tutor Metodológico: David Paniagua Sánchez

Madrid  
Mayo, 2018

Ángela  
Criado  
Fernández

**LA SATISFACCIÓN MARITAL: SU RELACIÓN CON LA DIFERENCIACIÓN  
DEL SELF Y LA POSICIÓN EN LA FRATRÍA**



## RESUMEN

La satisfacción marital se define como la frecuencia e intensidad de las discusiones y el compromiso de seguir juntos de ambos miembros de la pareja, así como la evaluación subjetiva y general que los miembros de la pareja hacen de su cónyuge y de su relación. Murray Bowen postuló que la capacidad de una pareja de tener simultáneamente intimidad y autonomía e individualidad, es un factor importante que influye en la satisfacción marital. Esta capacidad llamada diferenciación del self, se define como el grado en que una persona modula de forma adaptativa la vinculación y la autonomía en las relaciones interpersonales y es capaz de equilibrar el funcionamiento emocional y el intelectual. En este estudio se investiga la diferenciación del self en la pareja y su relación con la satisfacción marital. También se estudia si existe relación en la satisfacción marital según la posición ocupada en la fratría. En el estudio participaron 25 parejas con edades comprendidas entre los 51 y 77 años, los cuales respondieron a los siguientes instrumentos: Differentiation of self Inventory-Revised (DSI-R) y Escala de ajuste diádico versión 13 ítems (DAS). Los resultados muestran, de acuerdo con la hipótesis de Bowen, relaciones significativas entre la puntuación total de la escala DSI de las mujeres y la puntuación total de la escala DSI de los hombres, y además entre la puntuación total de la subescala reactividad emocional de las mujeres y la puntuación total de la subescala reactividad emocional de los hombres. Se discuten las implicaciones para la práctica clínica y se plantean sugerencias para futuras investigaciones.

**Palabras clave:** *Satisfacción marital, diferenciación del self posición en la fratría*

## ABSTRACT

Marital satisfaction is defined as the frequency and intensity of the discussions and the commitment of both partners to continue together, as well as the subjective and general assessment that the partners make of their spouse and their relationship. Murray Bowen postulated that the ability of a couple to have simultaneously intimacy and autonomy and individuality is an important factor that influences marital satisfaction. This ability is called differentiation of self, is defined as the degree to which a person modulates adaptively linking and autonomy in interpersonal relationships and is able to balance emotional and intellectual functioning, therefore this study investigates the differentiation of self in the couple and its relationship with marital satisfaction. It is also investigated whether there is a relationship in marital satisfaction according to the position occupied in the fraternity. The study involved 25 couples aged between 51 and 77 years old who responded to the following instruments: The differentiation of self Inventory-Revised (DSI-R) and Dyadic adjustment scale 13 items version (DAS). According to Bowen's hypothesis, the results show significant relationships between the total score of the DSI scale of the women and the total score of the DSI scale of the men and between the total score of the women's emotional reactivity subscale, with the total score of the men's emotional reactivity subscale. Implications for clinical practice are discussed and suggestions are made for future research.

**Keywords:** *Self-differentiation, marital satisfaction and position occupied in the fraternity.*

## INTRODUCCIÓN

La pareja es definida como un sistema relacionamente vivo, que está en constante interacción con el entorno y evolucionando a lo largo del tiempo y en diferentes etapas, lo que podría denominarse como el ciclo vital de la pareja (Campo y Linares, 2002).

La primera etapa comienza cuando ambos miembros de la pareja van construyendo fantasías de iniciar una relación estable, conociéndose mutuamente. En este momento empiezan a elaborar proyectos conjuntamente, a través de diferentes expectativas sobre el futuro de la pareja. La consolidación de la pareja, como segunda etapa, llega con la explicitación del compromiso, puede ir acompañado generalmente con un ritual social; boda, pareja de hecho o mudarse juntos. Los rituales tienen la función de dar sensación de legitimidad social y arraigo a los miembros de la pareja. Es en esta etapa cuando el nuevo sistema debe desvincularse funcionalmente y a su vez aportar contenidos provenientes de las familias de origen. La tercera etapa se produce con la llegada de los hijos, es aquí cuando la pareja ha de integrar y compaginar sus funciones parentales con las conyugales (Campo y Linares, 2002). Cuando los hijos crecen se inicia una nueva etapa, en la cual la pareja debe continuar encontrando el equilibrio entre los sistemas parental y conyugal. La quinta etapa llega con el síndrome del nido vacío, al marcharse los hijos de casa, la pareja debe encontrarse de nuevo, revisando y renegociando sus proyectos y su vínculo. Es la etapa más complicada de todas, posiblemente debido a que es una de las más largas y donde más conflictos se presentan (Campo y Linares, 2002). La última etapa llega con la vejez de los miembros de la pareja, los cuales, deberán afrontar de manera progresiva las pérdidas, su relación con los hijos y el enfrentamiento individual de la vejez, que a veces es muy diferente entre un miembro y otro (Campo y Linares, 2002).

Neuburger (1998) define a la pareja como “dos personas que se encuentran y se eligen por diferentes cualidades; físicas, intelectuales y morales, pero también por razones inconscientes, relacionadas con el pasado de cada uno”. La formación de la pareja permite a los miembros construir una pertenencia y una identidad como miembros de un conjunto, que les asigna seguridad y reconocimiento. Es por tanto una unidad de vida (Neuburger, 1998).

La vida de la pareja y la satisfacción de sus miembros se establece por la capacidad de estos de preservar su diferencia, manteniendo a su vez vínculos con la familia de origen y el mundo exterior. La salud de la pareja viene determinada por la calidad y satisfacción de la relación, así como el grado de ajuste marital (Neuburger, 1998).

La satisfacción marital es definida por Spanier (1988), como la frecuencia e intensidad de las discusiones y el compromiso de seguir juntos de ambos miembros de la pareja, así como la evaluación subjetiva y general que los miembros de la pareja hacen de su cónyuge y su relación, por tanto esta evaluación depende de las percepciones personales de cada miembro (Miranda y Ávila, 2008).

VanLaningham, Johnson y Amato (2001), refieren que la satisfacción de los cónyuges en su relación marital, varía a lo largo de los años de matrimonio, normalmente va disminuyendo esta a lo largo del tiempo, para después volver a aumentar en los últimos años de matrimonio. Relacionaron variables como el tiempo de relación, hijos etapas del ciclo vital familiar y transición entre etapas.

Skowron (2000), quiso examinar en su estudio, la utilidad de la Teoría Familiar Sistémica de Bowen, (1978), para predecir y estudiar la satisfacción y calidad marital. Sus resultados respaldaron la hipótesis de Bowen (1978), de que la capacidad de una pareja de tener intimidad y conexión entre los miembros, así como mantener la autonomía e individualidad, es un factor importante que influye en la satisfacción marital (Skowron, 2000). En esta misma línea Rodríguez-González, Skowron, Cagigal y Muñoz (2016) confirmaron en su estudio en muestras españolas, la asociación significativa entre la diferenciación del Self y la satisfacción marital.

La Teoría Familiar Sistémica de Bowen (1978), que nombraremos posteriormente como TFSB, define a la familia como una unidad emocional y presta atención a los procesos emocionales subyacentes en las relaciones interpersonales. Bowen (1978) define la familia como “una red intergeneracional de relaciones en las que se da la interacción entre dos fuerzas vitales: la autonomía y la vinculación”. La familia por tanto se balancearía entre estas dos fuerzas, uniéndose y separándose (Rodríguez-González y Berlanga, 2014; p. 161). Tanto la autonomía como la vinculación, vienen dadas por elementos del sistema emocional y son instintivos, innatos y propios. Para Bowen (1978) ambas se balancean entre ellas de manera constante, lo que supone un proceso homeostático que con el tiempo se va modificando para conseguir el equilibrio en las relaciones interpersonales.

Para conseguir relaciones funcionales, tanto familiares como interpersonales que puedan adaptarse de manera positiva a las diferentes circunstancias y etapas, es necesario este equilibrio (Rodríguez-González y Berlanga, 2014). Además la TFSB se considera por varios profesionales una de las explicaciones más integrales del desarrollo y mantenimiento de las relaciones maritales (Skowron, 2000; Rodríguez-González y Berlanga, 2014).

Murray Bowen (1978) propone ocho constructos básicos, que están relacionados entre sí: triángulos, proceso emocional de la familia nuclear, proceso de proyección familiar, proceso de transmisión multigeneracional, corte emocional, el proceso emocional en la sociedad, la posición entre hermanos y diferenciación del self.

*Los triángulos:* son un elemento muy importante en la teoría de Bowen (1978). Para él, los triángulos funcionan como la molécula central de todo sistema, ya que son más flexibles que las diadas. Son un elemento predictivo de las relaciones interpersonales, debido a que pueden movilizar los dinamismos emocionales de una familia (Bowen, 1978; Kerr y Bowen, 1988). Los triángulos funcionan de acuerdo al principio de circularidad, también llamado principio de reciprocidad, es decir, la realidad de la relación familiar difiere, de lo que la familia cuenta durante la sesión, de sí misma (Bowen, 1978; Kerr y Bowen, 1988).

El triángulo está formado por dos posiciones internas y una posición externa.

1. En las situaciones en las que la tensión emocional es muy alta, la posición externa será la elegida y la preferida.
2. Cuando la tensión emocional va disminuyendo, esta posición externa se tornara incómoda, ya que producirá una sensación de aislamiento en el triángulo, respecto al resto de miembros que lo forman.
3. Por otro lado, cuando la tensión emocional es moderada, las dos posiciones internas serán las más cómodas, y la externa la más incómoda (Kerr y Bowen, 1988; Rodríguez-González y Berlanga, 2014).

*Proceso emocional de la familia nuclear:* se refiere a cómo funciona emocionalmente la familia nuclear (padres e hijos, normalmente en convivencia), es decir, qué patrones de relación se desarrollan en la familia en periodos largos de elevada tensión.

Bowen (1978) sostiene que existen cuatro patrones de relación que se ponen en funcionamiento en situaciones de tensión (Rodríguez-González y Berlanga, 2014):

1. El distanciamiento emocional de la pareja: la distancia física o psicológica entre los miembros de la pareja reduce la intensidad de la relación y da sensación de resolución. Sin embargo esta distancia emocional no soluciona la fusión, si no que evita que avance el proceso de diferenciación, cristalizándolo.
2. El conflicto marital: se regula la ansiedad en el sistema familiar canalizándolo a través del conflicto entre la pareja, las parejas con bajo nivel de diferenciación del self presentan un mayor grado de conflictividad. Como consecuencia, el emplear todas las energías en el conflicto, se termina convirtiendo en la manera que tienen de buscar afecto en el otro.

3. La alteración del funcionamiento de uno de los miembros de la pareja: un miembro de la pareja busca mantener la homeostasis del sistema familiar, anulándose y adoptando un rol de pasivo y dependiente.
4. La focalización de ambos miembros de la pareja en un tercer elemento: se refiere al mecanismo o patrón relacional que busca estabilizar el sistema a través de la focalización en uno o varios hijos, generando un triángulo, lo que provoca que la ansiedad será soportada por este tercero que probablemente desarrollará algún tipo de síntoma o disfunción.

Estas formas o patrones de relación se ponen en funcionamiento cuando la tensión es elevada y prolongada, en la mayoría de los casos se activan paralelamente, aunque en algunas familias se activa un solo tipo de patrón, por tanto son familias que funcionan de una manera más rígida emocionalmente y se puede decir que tenderán a tener peor pronóstico. Estos patrones de relación buscan conservar la homeostasis del sistema familiar, es decir el equilibrio en el sistema familiar (Bowen, 1978, como se citó en Rodríguez-González y Berlanga, 2014).

*El proceso de proyección familiar*: explica de qué manera los padres transmiten a sus hijos la indiferenciación. Es decir, el bajo nivel de diferenciación de sus miembros (Bowen, 1978, como se citó en Rodríguez-González y Berlanga, 2014). Está relacionada con la focalización de la ansiedad en los hijos, lo cual afecta a su grado de diferenciación del self. Este proceso explica por tanto, la transmisión del grado de diferenciación de padres a hijos, ya que cuanto mayor sea el nivel de diferenciación del self de los padres menos intensa será la proyección familiar, lo que a su vez generará un mayor grado de diferenciación en los hijos. Por el contrario, si el grado de diferenciación presente en el sistema familiar es bajo, la proyección familiar será más fuerte y los hijos se verán afectados de manera negativa (Bowen, 1978, como se citó en Rodríguez-González y Berlanga, 2014).

*El proceso de transmisión multigeneracional*: este concepto indica que la manera en que una familia maneja sus procesos emocionales es transmitida a sus hijos, de esta forma, va pasando de generación en generación, por ello Bowen (1978) entiende a la familia como un sistema emocional multigeneracional (Bowen, 1978, como se citó en Rodríguez-González y Berlanga, 2014). La transmisión multigeneracional estaría relacionada con la propuesta de la TFSB, de que las personas eligen a parejas con niveles parecidos de diferenciación del self.

*El corte emocional*: Se refiere a cómo las personas manejan la fusión sin resolver con su familia de origen, es decir, la fusión emocional con los miembros de su familia, distanciándose, aislándose y cortando su relación. Tanto el corte emocional con la familia de origen como la

fusión y falta de autonomía con la misma, muestran la misma indiferenciación. Es decir, quien no es capaz de dejar de tener relación como quien no es capaz de tenerla, muestra indiferenciación. El corte emocional puede aparecer de diferentes formas: alejamiento físico total o moderado, manteniendo algunos encuentros familiares, evitando contenidos con carga emocional o incluso, puede llegar a ocurrir un distanciamiento geográfico (Bowen, 1978, como se citó en Rodríguez-González y Berlanga, 2014).

*El proceso emocional en la sociedad:* Bowen (1978) entendía que tanto la autonomía como la vinculación aparecen también en la sociedad. Entiende a esta como sistema y considera importante no sólo entender la sociedad a partir de la cultura, para comprender sus procesos de tensión y adaptación, sino también tener en cuenta el proceso emocional en la sociedad (Bowen, 1978; Rodríguez-González y Berlanga, 2014).

*La posición entre hermanos:* la posición que se ocupa en la fratría, tiene importantes implicaciones psicológicas. Nacer en una posición u otra, implica desarrollar unos u otros rasgos psicológicos, lo que se denomina como posición funcional dentro de la familia, ya que cada individuo dentro de su sistema familiar cumple diferentes funciones dentro de éste, lo que lleva a la reciprocidad. Además, dentro de cada sistema familiar, existen diferentes reglas emocionales que moldean el carácter de los miembros, según sus funciones y su posición (Bowen, 1978, como se citó en Rodríguez-González y Berlanga, 2014). Para Bowen (1978) la posición en la fratría puede predecir cómo será el ajuste emocional de una pareja. En su investigación con parejas Toman (1961), descubrió que la posición entre hermanos que ocupa cada miembro de la pareja supone un factor significativo en la predicción del divorcio. Además, descubrió que los matrimonios que tenían un ajuste más positivo y mejor calidad en su relación marital, eran aquellos que se complementaban de acuerdo a su posición en su fratría. Toman (1961) establece 10 tipos de posición entre hermanos: el hermano más mayor de los hermanos; el hermano más joven de los hermanos; el hermano más mayor de las hermanas; el hermano más joven de las hermanas; la hermana mayor de las hermanas; la hermana más joven de las hermanas; la hermana mayor de los hermanos; la hermana menor de los hermanos; posiciones de hermanos intermedias, hijos/as únicos/as y el caso de gemelos/as y explica varios tipos de combinaciones en su libro.

A partir de esta investigación Bowen (1978) plantea que, las parejas en las que ambos miembros se complementan en cuanto a su posición en la fratría, tendrán un mayor ajuste que cuando no se complementan. Por lo tanto parece que si las parejas se complementan tendrán un pronóstico más positivo. Un ejemplo que señala Bowen (1978), que refleja lo anteriormente explicado, en su TFSB sería que en una pareja en la cual, uno de los miembros es el mayor de

su fratría y el otro el más pequeño, cabe esperar que el primero se sienta más cómodo en una posición de responsabilidad y transmita ese valor a la pareja, el segundo por su parte, se mostrará cómodo y recíproco en esta postura (Rodríguez-González y Berlanga, 2014).

*La diferenciación del self:* es el concepto central de la TFSB y se define como “la capacidad para la autorregulación emocional. Se expresa en el grado en que una persona modula de forma adaptativa la vinculación y la autonomía en las relaciones interpersonales y es capaz de equilibrar el funcionamiento emocional y el intelectual”. Sería un constructo multidimensional, con un componente intrapersonal y otro interpersonal (Bowen, 1978; Skowron y Friedlander, 1998 y Rodríguez-González y Berlanga, 2014; p. 7). La diferenciación del sí mismo, por tanto, estaría relacionada con el grado en que un individuo se va diferenciando emocionalmente de su madre. La persona se separa físicamente de su madre en el momento del nacimiento. Separarse, diferenciarse emocionalmente, es un proceso mucho más largo y depende de varios factores. En un primer momento del desarrollo, estos factores serían, por un lado, los innatos en la madre, y por otro, la capacidad que esta tenga de dejar a su hijo crecer y alejarse de ella. Otros factores más profundos serían por ejemplo; el nivel de diferenciación que tenga la madre respecto a su familia de origen, su capacidad de soportar el estrés y la tensión y la naturaleza de sus relaciones interpersonales; con su marido, familia de origen, amistades etc. (Bowen, 1991). Por todo esto el concepto de diferenciación del sí mismo se entiende como el proceso de separarse de la fusión inicial del individuo con su madre, para llegar a su propia autonomía emocional (Bowen, 1991). Bowen (1978), explica que hay dos tipos de self, el self básico y el pseudo-self. El self básico se refiere al “verdadero self”, es estable y determina el funcionamiento de una persona a largo plazo. El desarrollo del self básico comienza en la infancia, etapa determinante para su desarrollo, y termina en la adultez. El nivel de diferenciación que alcance una persona depende del grado del self básico de sus padres y de sus respectivas familias de origen, el grado de ansiedad crónica que esté presente en la familia durante su infancia y adolescencia y las relaciones de la familia nuclear con otros sistemas (Rodríguez-González, Skowron, Cagigal y Muñoz, 2016). Por otro lado, el pseudo-self o self funcional, es cambiante y va ajustándose a las circunstancias del momento. Está compuesto principalmente por principios, creencias y conocimientos que se han ido adquiriendo a través del sistema familiar cuando este lo haya requerido o necesitado. El self funcional va variando según las circunstancias externas y depende del grado del self básico, es decir, cuanto menor sea el grado del self básico, más influencia tendrán las circunstancias externas en el pseudo-self (Bowen, 1978; Rodríguez-González y Berlanga, 2014).

La diferenciación del self, está construida por dos dimensiones o componentes: el intrapsíquico y el interpersonal (Skowron y Friedlander, 1998).

- El ámbito intrapsíquico se define como la habilidad que tiene el individuo para distinguir entre los procesos de sentimientos y pensamientos (o intelecto) y en el se encontrarían la reactividad emocional y la posición del yo. La reactividad emocional se refiere al grado de conciencia individual que tiene una persona así como su habilidad para regular sus afectos sin responder al entorno de forma hipersensible o automática, es decir, reaccionar de manera sensible y sin mantener la calma ante situaciones en las que personas significativas están emocionalmente activadas (Skowron y Friedlander, 1998; Rodríguez-González y Berlanga, 2014). La posición del yo por otro lado, es definida por Skowron y Friedlander (1998) como la capacidad de la persona para mantener y expresar sus propios pensamientos, posiciones y/o creencias y adherirse a situaciones de ansiedad y/o presión con los otros, manteniendo un claro sentido del propio self (Rodríguez-González y Berlanga, 2014). Para Skowron (2000), tener un alto nivel de diferenciación, supone a este nivel, que la persona sepa mantener el sentido de sí mismo en una relación interpersonal, que suponga altos niveles de emoción, como por ejemplo una relación de pareja o el matrimonio y a su vez, saber diferenciar la ansiedad del otro miembro y no abrumarse por ella, sino ser capaz de calmar la propia ansiedad y la del otro.
- El ámbito interpersonal se refiere a la capacidad de experimentar intimidad y a su vez independencia en las relaciones con los demás. Dentro la pareja, un individuo diferenciado es capaz de establecer autonomía, sin miedo al abandono ni recurrir al corte emocional en caso de desacuerdo y al mismo tiempo, lograr intimidad sin fusionarse ni asfixiarse (Skowron y Friedlander, 1998; Rodríguez-González y Berlanga, 2014). A su vez Skowron (2000) señala que una mayor diferenciación en una pareja estable o matrimonio permite que ambos miembros mantengan sus propias opiniones, parecidas o totalmente diferentes y no se acuda al corte emocional para mantener el propio sentido de sí mismo. Sin embargo, en el lado opuesto (parejas con bajo nivel de diferenciación) presentan una capacidad limitada de intimidad y autonomía, lo que lleva a que ambos miembros de la pareja tengan que sacrificar su crecimiento para que la pareja se mantenga estable y además presentan dificultades para recibir y responder de manera adaptativa a la respuesta emocional del otro. Es decir, se observan más dificultades en el control de la reactividad emocional. Dentro de este componente, se encuentran las dimensiones de corte emocional y fusión con los otros. El corte emocional se refiere al grado en el que una persona se distancia de forma reactiva de los demás para calmar su ansiedad, la tendencia que tiene una persona de mantener la independencia de los otros, de una manera rígida y presentando un alto malestar emocional en la intimidad (Skowron y Friedlander, 1998; Rodríguez-González y Berlanga, 2014). La fusión con los otros es definida como el grado de sobre-implicación

emocional de la persona con las personas significativas para ella y la tendencia a permanecer en la posición que ocupaba en su familia de origen, buscando constantemente la fusión emocional con sus personas significativas y su aprobación (Skowron y Friedlander, 1998; Rodríguez-González y Berlanga, 2014).

Un alto nivel de diferenciación del self, supone tener altos niveles de la dimensión de posición del yo y bajos en reactividad emocional. Las personas bien diferenciadas se adaptan mejor a los posibles estresores del ciclo vital y se mantienen calmados ante la emocionalidad de otros (Bowen, 1989). Por otro lado, un individuo altamente diferenciado se siente cómodo en la intimidad y autonomía de sus relaciones. Regula la distancia y maneja la inseguridad emocional. El objetivo principal de la TFSB, es ayudar a cada miembro de la familia a mejorar el nivel de diferenciación del self. Las personas con un nivel alto de diferenciación del self, se involucran libremente en relaciones interpersonales, a través de unos límites flexibles que les permiten la unión e intimidad física y emocional sin llegar a la fusión. Por tanto, los individuos altamente diferenciados, regulan mejor sus emociones y las viven de manera adaptativa y establecen relaciones interpersonales satisfactorias (Rodríguez-González y Berlanga, 2014).

El grado de diferenciación de una persona, va a determinar su estilo de vida y la naturaleza de sus relaciones, ya que se repite en el matrimonio. Además el nivel de diferenciación está ligado emocionalmente a la familia de origen, a la actual pareja y a los futuros hijos (Bowen, 1978; Kerr y Bowen, 1988). El nivel de diferenciación explica la dinámica y el desarrollo de la relación de pareja (Bowen, 1978; Kerr y Bowen, 1988; Rodríguez-González, 2009; Skowron, 2000).

Un mayor nivel de diferenciación y más similitud en el nivel de diferenciación de ambos miembros de la pareja, predicen mayor ajuste marital y por tanto mayor satisfacción en la relación para ambas partes (Rodríguez-González, Skowron, Cagigal y Muñoz, 2016). Del mismo modo, cuanto mayor sea el grado de diferenciación promedio en la pareja, cualquier diferencia o problema dentro del matrimonio tendrá menos efecto e impacto en el ajuste de la pareja, debido a que cuentan con más recursos de regulación emocional (Rodríguez-González, Skowron, Cagigal y Muñoz, 2016). Dentro de esta idea, un alto grado de diferenciación del Self, evitará que los mecanismos o patrones relacionales que se activan cuando el sistema familiar atraviesa etapas de alta tensión y ansiedad emocional se activen, provocando percepciones erróneas sobre el otro (Rodríguez-González y Berlanga, 2014). Dentro de esta idea Bowen (1978), refiere que las personas elegimos parejas con niveles muy similares e incluso idénticos, de diferenciación de sí mismos. Skowron (2000) rescata de la TFSB, que un buen nivel de diferenciación del self es algo fundamental para la intimidad y la reciprocidad en una pareja.

Por otro lado, las personas con bajo nivel de diferenciación sentirán la necesidad de fusionarse emocionalmente con sus relaciones interpersonales o, por el contrario, se evitará la intimidad emocional y por tanto las relaciones, ya que las viven como desagradables (Rodríguez-González y Berlanga, 2014). Además, las parejas en las que los miembros presenten niveles bajos de diferenciación son más vulnerables al estrés, lo que implica que para canalizarlo, los miembros de la pareja activan patrones relacionales triangulares, así como el distanciamiento emocional y el conflicto marital explicados anteriormente (Bowen, 1978). Bowen (1991) explica que las personas que se sitúan en la zona baja de diferenciación no tienen por qué mostrar síntomas, pero presentan problemas para adaptarse a adversidades o situaciones exigentes y son muy vulnerables al estrés.

Kerr (1988) refiere que el nivel de diferenciación del self influye y se manifiesta en el conflicto conyugal. El conflicto entre los miembros de la pareja tiene la función de absorber la ansiedad en la pareja, ya que es una manera de compromiso entre los miembros, luchando para encontrar un equilibrio homeostático dentro del sistema conyugal, entre la autonomía y la fusión (Skowron, 2000). Los resultados del estudio de Peleg (2008) respaldan esta idea, y sugieren que el equilibrio entre la cercanía o intimidad y la separación promueve una mayor satisfacción.

En el estudio de Skowron (2000), sobre el papel de la diferenciación del self en el ajuste marital, se confirmó que las parejas con un mayor nivel de diferenciación (menos reactividad emocional, aislamiento o corte emocional y fusión emocional y/o física) presentaban mayores niveles de satisfacción en su relación. Por el contrario aquellas parejas menos diferenciadas en su relación presentaban mayor estrés conyugal. Por tanto, un mayor nivel de diferenciación del self en la pareja parece funcionar como un factor de protección de cara a adversidades o conflictos en la relación, ya que estas parejas presentan una mejor regulación emocional (Rodríguez-González, Skowron, Cagigal y Muñoz, 2016). Los resultados también reflejaban que el corte emocional es un factor predictivo de conflicto, discordia marital y bajos niveles de satisfacción marital (Rodríguez-González, Skowron, Cagigal y Muñoz, 2016). Los resultados mostraron que aquellas parejas que se complementaban en el nivel de diferenciación, en concreto alta reactividad emocional en la mujer y alto corte emocional en el hombre, tenían menor satisfacción y más discordia marital (Skowron, 2000). Por tanto, cuando uno o ambos miembros de la pareja se retiran emocionalmente el matrimonio se ve dañado a largo plazo. Las parejas con niveles más bajos de diferenciación son más inmaduras emocionalmente y no se sienten cómodas en momentos de intimidad y/o autonomía (Bowen, 1978). La ausencia de corte emocional y la similitud en niveles de diferenciación de sí mismo de ambos miembros influyen de manera importante en la calidad del ajuste marital y la vivencia de satisfacción en su relación de pareja (Rodríguez-González, Skowron, Cagigal y Muñoz, 2016).

En esta línea Skowron (2000), explica que aquellas parejas que tienen la capacidad de estar íntimamente conectadas entre sí y a su vez de mantener su individualidad, tendrán un mejor ajuste y mayor satisfacción marital. Cuando ambos se muestren emocionalmente presentes y disponibles para el otro, experimentarán su matrimonio como algo satisfactorio.

Dado que los estudios de Skowron (2000) y Rodríguez-González, Skowron, Cagigal y Muñoz (2016) han demostrado que un nivel alto de diferenciación del Self y una mayor similitud de esta entre los miembros de la pareja, juegan un papel importante en el buen funcionamiento conyugal e incrementan el nivel de satisfacción en la relación, sería importante trabajar el nivel de diferenciación en terapia, para así mejorar el ajuste y satisfacción marital, fortaleciendo la regulación emocional e intimidad y conexión entre los miembros (Rodríguez-González, Skowron, Cagigal y Muñoz, 2016).

Por ello el principal objetivo de este estudio es observar si la diferenciación del self está relacionada con la satisfacción marital. Otros objetivos son:

- Observar si los niveles de diferenciación del self de los miembros de cada pareja son similares.
- Observar si el nivel de diferenciación de cada pareja está relacionado con la satisfacción percibida por sus miembros.
- Observar si la posición en la fratría se relaciona con la elección de pareja.
- Observar si la complementariedad en la fratria está relacionada con la satisfacción marital.

Las hipótesis de este trabajo por tanto, quedan formuladas de la siguiente manera:

- Las personas se emparejan con personas con similares niveles de diferenciación del self.
- Las diferencias existentes en el self dentro de cada pareja estarán relacionadas con los niveles de satisfacción de cada miembro.
- Las personas se emparejan con personas con posiciones complementarias en la fratría.
- La complementariedad en la fratria estará relacionada con los niveles de satisfacción de cada miembro.

## **MÉTODO**

### ***Participantes***

En la presente investigación participaron 50 sujetos de población general, es decir, muestra no clínica, divididos y estudiados por parejas. Todos ellos de nacionalidad española,

pertenecientes a la universidad (claustro de profesores), familiares, amigos, conocidos... De edades comprendidas entre 51 y 77 años ( $M=57.56$  y  $DT=6.92$ ). La muestra incluía a 25 mujeres (50%) y 25 hombres (50%). La media de edad de las mujeres fue de 57.56 ( $DT= 6.77$ ) y la de los hombres de 59.32 ( $DT= 7.74$ ). Los criterios de inclusión para participar en este estudio fueron, que todos los miembros fuesen mayores de 50 años y cuya relación de pareja fuese de, al menos, 10 años de duración. También que fuesen de nacionalidad española y compartiesen la misma cultura.

### ***Instrumentos:***

#### **Datos sociodemográficos**

Evaluated mediante un cuestionario de diseño propio, en el que cada miembro de la pareja debía indicar su edad, sexo, tiempo que llevan en la relación, si tiene o no hermanos y en caso de que la respuesta sea afirmativa, posición que tiene cada miembro en su fratría.

#### **Differentiation of self Inventory-Revised (DSI-R)**

Para la presente investigación se utilizó la versión del instrumento DSI-R de Skowron y Schmitt en 2003, traducida al castellano por Rodríguez, Skowron y Jódar (2015).

El DSI-R, es una escala que consta de 46 ítems, los cuales, evalúan las dos dimensiones o niveles de diferenciación del self, concepto propuesto por Murray Bowen; el nivel intrapsíquico, que incluye las subdimensiones de Reactividad emocional (ER) y Posición del yo (IP) y por otro lado, el nivel intrapersonal, que incluye a su vez las subescalas de: Fusión con los otros (FO) y Corte emocional (CE) (Skowron y Schmitt, 2003). El cuestionario original, tiene las siguientes propiedades psicométricas:

- Consistencia interna de cada subescala: reactividad emocional (Alpha de Cronbach = 0,89; Posición del Yo = 0,81; Corte emocional = 0,84 y Fusión con los otros = 0,86.
- Consistencia interna total del cuestionario: 0,92.

El Spanish Differentiation of self inventory- Revised, es un instrumento de 26 ítems, dividido en dos subescalas: Reactividad emocional y corte emocional y está orientado a población mayor de 25 años. La traducción se realizó a través del método de traducción inversa. mediante dos equipos de traducción independientes para la traducción al español y la traducción inversa al inglés. Una vez traducido se aplicó junto con un cuestionario sociodemográfico a una muestra de 1047 hombres y mujeres adultos, residentes en España y nativos. Los investigadores realizaron un análisis factorial exploratorio con la mitad de la muestra al azar. Los resultados les

llevaron a un modelo de dos subescalas que corresponden en gran medida con las originales propuestas por Skowron y Schmitt (2003): Reactividad emocional y el Corte emocional. También se realizó un análisis factorial confirmatorio con la otra mitad de la muestra y este corrobora la estructura factorial.

La reactividad emocional hace referencia a el grado de conciencia individual de la persona y su habilidad para regular sus afectos sin responder al entorno de forma hipersensible o automática, ítems: (1, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18, 20, 22, 24, 25, 26). Y el corte emocional, por su parte, hace referencia a el grado en el que una persona se distancia de forma reactiva de los demás para calmar su ansiedad (2, 3, 4, 5, 7, 9, 11, 13, 15, 17, 19, 21, 23).

Los autores informan que se necesita más investigación para examinar la validez concurrente y predictiva de la S-DSI, para determinar el grado en que los constructos de *Diferenciación del Self* se vinculan con el funcionamiento psicológico y social. Pero parece que si se vinculan de forma convergente con otras variables como: satisfacción marital, funcionamiento interpersonal, salud psicológica y bienestar familiar.

Las propiedades psicométricas del cuestionario traducido reflejan una consistencia interna total de = .85 y la consistencia interna de las subescalas: *reactividad emocional* = .84 y *corte emocional* = 0,78 (Rodríguez-González, Skowron, Jódar, 2015).

En el presente estudio, los índices de consistencia interna también resultaron elevados, tanto en la escala total (DSI = .862) como en sus subescalas: *Reactividad emocional* = .853 y *corte emocional* = .854.

### **Escala de ajuste diádico versión 13 ítems:**

La relación marital se midió a través de la Escala de Ajuste Diádico de Santos-Iglesias Vallejo-Medina y Sierra (2009), es una versión breve del DAS de Spanier (1976).

Esta versión de la escala consta de 13 ítems y mide las siguientes áreas:

- Consenso de la pareja: a través de 5 ítems, evalúa el grado de acuerdo o desacuerdo percibido en; manejo de finanzas, demostraciones de cariño, amistades, relaciones con los familiares próximos y tareas domésticas.
- Satisfacción marital: a través de 5 ítems evalúa el grado de satisfacción percibida en la relación.

- Cohesión marital: evalúa las actividades que se llevan a cabo en pareja a través de 3 ítems.

Las propiedades psicométricas de la escala reflejan una buena consistencia interna del total de la escala, con un Alpha de Cronbach de 0,83 y para cada subescala son los siguientes: *consenso* = 0,73; *Satisfacción* = 0,70 y *Cohesión* = 0,63 (Spanier y Thompson, 1982). Por otro lado, la validez, ha mostrado tener una estructura multidimensional de tres factores: consenso, satisfacción y cohesión mostrando iguales propiedades de fiabilidad y validez que la versión anterior.

En el presente estudio, los índices de consistencia interna fueron en la escala total = .84 y para cada subescala: *consenso* = .83; *satisfacción* = .68 y *cohesión* = .61.

El punto de corte de la versión abreviada, se calculó mediante un procedimiento de regresión lineal y se empleó como variable predictora la puntuación total en la EAD-32 y como criterio la puntuación total en la EAD-13. Se obtuvo un coeficiente de determinación ajustado igual a 0,91 ( $F = 7.172,05$ ;  $p < 0,001$ ) y la ecuación de regresión de  $Y' = 0,625 + 0,408Y$ . Finalmente el punto de corte para la versión de 13 ítems se estableció en 44,28 y se redondeó a 44 puntos. El coeficiente de contingencia para la equivalencia entre la clasificación de ambas versiones es estadísticamente significativo ( $C = 0,64$ ;  $p < 0,001$ ), con un ajuste de clasificación entre ambas escalas del 93,50% (Santos-Iglesias, Vallejo-Medina y Sierra, 2009).

### ***Procedimiento***

El proceso de recogida de información, se abordó a través de los cuestionarios posteriormente explicados en este apartado, en papel. A todos los participantes se les garantizó su anonimato y confidencialidad de los datos. La captación de la muestra fue realizada mediante un muestreo de conveniencia y muestreo de bola de nieve. El primero, es una técnica de muestreo no probabilístico y los sujetos son seleccionados según la conveniente accesibilidad y proximidad de los mismos, en la presente investigación se accedió a familiares, amigos, conocidos y profesores. Por otro lado con el muestreo de bola de nieve, se invitó a los participantes a que difundiesen y propusiesen a otros conocidos el participar en el presente estudio.

## ***Diseño y análisis de datos***

Se trata de un diseño expostfacto retrospectivo correlacional, con un muestreo no probabilístico. Con el objetivo de contrastar las hipótesis, del presente estudio, se llevaron a cabo diferentes análisis estadísticos, mediante el programa informático SPSS 22.0.

En primer lugar, se realizaron análisis descriptivos de las variables sexo, puntuaciones total DSI y sus correspondientes subescalas (corte emocional y reactividad emocional) así como de las puntuaciones total DAS y sus subescalas (consenso de la pareja, satisfacción marital y cohesión marital).

En un segundo lugar, se realizaron las pruebas de normalidad y se comprobó que se podía asumir que la distribución de las puntuaciones seguían una forma normal según la prueba de Shapiro-Wilk y en el caso de que esta no se cumpliera se pudo asumir la normalidad según los criterios de West y Finch (1969). A continuación se realizaron las siguientes pruebas estadísticas para el contraste de hipótesis: correlación de Pearson, Chi Cuadrado, ANOVA de un factor y *t* de Student.

El valor crítico de significación utilizado en el presente estudio fue de .05, con un nivel de confianza del 95%. Por ello los resultados considerados significativos fueron aquellos que obtuvieron una probabilidad de error menor a .05 ( $p < .05$ ).

## **RESULTADOS**

### *Estadísticos descriptivos*

**Tabla 1**  
*Estadísticos descriptivos*

	<b>MUJER</b>		<b>HOMBRE</b>	
	Media	D.T.	Media	D.T.
<b>DSIT</b>	3.06	.59	2.96	.85
<b>RE</b>	3.51	.88	3.18	.90
<b>CE</b>	2.16	.53	2.47	.95
<b>DAST</b>	43.28	8.64	44.44	9.42
<b>CONSENSO</b>	16.36	4.85	16.80	4.73
<b>SATISFACCIÓN</b>	18.56	3.13	18.84	2.83
<b>COHESIÓN</b>	8.36	2.82	8.80	3.53

*Nota.* Estadísticos descriptivos. DSIT= Differentiation of self Inventory total; RE= reactividad emocional; CE= corte emocional; DAST= escala de ajuste diádico total.

Para observar las características de la muestra en sus puntuaciones correspondientes, tanto en el DSI y sus correspondientes subescalas (RE y CE), como en el DAS y sus subescalas (Consenso, satisfacción y cohesión marital), se calcularon medias, desviaciones típicas y varianza. (Ver tabla 1).

*Contraste de hipótesis:*

*Hipótesis 1: las personas se emparejan con personas con similares niveles de diferenciación del Self.*

Como puede verse en la tabla 2, los resultados mostraron relaciones significativas entre la puntuación total de la escala DSI de las mujeres y la puntuación total de la escala DSI de los hombres, ( $r_{xy} = .555$ ;  $p = .004$ ;  $r^2 = .308$ ) y entre la puntuación total de la subescala reactividad emocional de las mujeres, con la puntuación total de la subescala reactividad emocional de los hombres ( $r_{xy} = .457$ ;  $p = .021$ ;  $r^2 = .208$ ). No se encontraron relaciones significativas entre la puntuación de la subescala corte emocional de las mujeres y la puntuación de la subescala corte emocional de los hombres.

Por otro lado no se encuentran diferencias estadísticamente significativas entre la subescala de corte emocional de las mujeres y corte emocional de los hombres ( $r_{xy} = .243$ ;  $p = .242$ )

**Tabla 2**  
*Correlaciones entre variables*

		MUJER		
		DSI	RE	CE
HOMBRE	DSI	<b>.55</b>	<b>.51</b>	.88
	RE	<b>.44</b>	<b>.45</b>	.07
	CE	<b>.49</b>	<b>.42</b>	.24

*Nota.* Prueba de Pearson. DSI = Differentiation of self Inventory total; RE= reactividad emocional; CE= corte emocional. **En negrita se especifican las correlaciones significativas para un nivel de  $p < 0.05$**

*Hipótesis 2: las diferencias existentes en el Self dentro de cada pareja ( $\Delta$ self) estarán relacionadas con los niveles de satisfacción de cada miembro.*

Para contrastar esta hipótesis se creó una nueva variable llamada Diferenciación del Self de cada pareja ( $\Delta$ self) y se relacionó con los niveles de satisfacción de cada uno de ellos. No se encontró relación entre  $\Delta$ self y satisfacción de la mujer ( $r = .387$  ;  $p = .056$ ) así como para la satisfacción del hombre ( $r = .395$ ;  $p = .051$ ). Esto parece indicar que la variable  $\Delta$ self no se relaciona con los niveles de satisfacción con tu pareja.

Hipótesis 3: las personas se emparejan con personas con posiciones complementarias en la fratría.

Para contrastar esta hipótesis se hizo uso de la prueba estadística Chi-cuadrado, los resultados nos muestran que no parece haber relación entre la posición de la fratría de las mujeres (hijo único, hermana mayor o hermana pequeña) y la posición del hombre en su fratría ( $\chi^2 (2) = 0,932; p = .627$ ), por lo tanto parece que en la presente muestra las personas no se emparejan bajo este criterio.

Hipótesis 4: la complementariedad en la fratría estará relacionada con los niveles de satisfacción de cada miembro.

Para el análisis de la posible relación entre la complementariedad en la fratría y los niveles de satisfacción de cada miembro se llevó a cabo la prueba estadística ANOVA de un factor y se obtuvieron los siguientes resultados:

- No existen diferencias estadísticamente significativas en las puntuaciones de satisfacción en mujer, en función de su posición en la fratria. ( $F(2, 22) = .680; p = .517; \eta^2 = .058$ ). A pesar de que las que ocupan la posición de menor (2) puntúan mas alto en satisfacción.
- No existen diferencias estadísticamente significativas en las puntuaciones de satisfacción en mujer, en función de la posición que ocupe el hombre en su fratría. ( $F(1, 23) = 0,082; p = .777; \eta^2 = .004$ )
- No existen diferencias estadísticamente significativas en las puntuaciones de satisfacción en hombres, en función de su posición en la fratría. ( $F(1, 23) = .494; p = .489; \eta^2 = .021$ )
- No existen diferencias estadísticamente significativas en las puntuaciones de satisfacción en hombres, en función de la posición que ocupe la mujer en su fratría. ( $F(2, 22) = .816; p = .455; \eta^2 = .069$ )

Se calculó una  $t$  de Student finalmente para relacionar  $\Delta$ self y satisfacción marital, para cada miembro de la pareja. Tampoco se encuentran diferencias estadísticamente significativas en la satisfacción debido probablemente a que en mi muestra existe una correlación positiva entre la diferenciación del self de las mujeres con la de los hombres. Ver tabla 3.

**Tabla 3***Diferencia de medias en las variables estudiadas obtenidas por mujeres y hombres.*

	MUJER		HOMBRE		t	p
	Media	D.T.	Media	D.T.		
<b>DSI</b>	3.06	.59	2.96	.85	-.714	.482
<b>RE</b>	3.51	.88	3.18	.90	1.77	.089
<b>CE</b>	2.16	.53	2.47	.95	-1.59	.123
<b>DAS</b>	43.28	8.64	44.44	9.42	-.813	.424
<b>CONSENSO</b>	16.36	4.85	16.80	4.73	-.403	.691
<b>SATISFACCIÓN</b>	18.56	3.13	18.84	2.83	-.5544	.584
<b>COHESIÓN</b>	8.36	2.82	8.80	3.53	-.714	.482

*Nota.* Prueba t-Student para muestras relacionadas. DSI = Differentiation of self Inventory total; RE= reactividad emocional; CE= corte emocional; DAS: Escala de ajuste diádico.

## DISCUSIÓN

El presente estudio examinó en que grado las personas se emparejan en función del nivel de diferenciación del self es decir, si se emparejan con personas que presenten niveles similares de diferenciación. La variable diferenciación del self fue rescatada de la Teoría Familiar Sistémica de Bowen (1978), se esperaba encontrar una relación significativa entre el nivel de diferenciación del Self de las mujeres y el de los hombres de una misma pareja. Del mismo modo, se evaluó en que medida las diferencias existentes en la diferenciación del self dentro de cada pareja ( $\Delta$ self) se relacionan con la satisfacción marital, tanto en hombres como en mujeres, y se esperaba encontrar una relación positiva entre un nivel similar de diferenciación con alta satisfacción marital, así como el contrario, baja similitud en el nivel de diferenciación se relacionaría con baja satisfacción marital. Por otro lado, se analizó en que medida las personas se emparejan en función de su “posición en la fratría” y si esta variable se relaciona significativamente con la satisfacción marital.

En primer lugar, los resultados confirmaron la primera hipótesis: las personas se emparejan con personas con niveles similares de diferenciación del self, siendo esta una de las hipótesis que formuló Bowen en su TFSB (1978), “el estilo vital y las formas de pensar y de sentir de los sujetos situados en un nivel de la escala son tan distintos de los sujetos situados en otros niveles, que las personas eligen como esposos a aquellos que poseen idénticos niveles de diferenciación” (Bowen, 1978; p.190). Esta hipótesis también es refutada por Lim y Jennings (1996), sus resultados constataron que los individuos buscan parejas con niveles similares de diferenciación del self. Además parece que la presente muestra posee un alto nivel de diferenciación y también se observa que existen relaciones significativas entre la Reactividad

emocional de los hombres y la de las mujeres, posiblemente debido a lo que expone de nuevo Bowen (1978) en su teoría, y es que las personas que presentan un alto nivel de diferenciación del self presentarán menos reactividad emocional, por lo tanto tolerarán mejor sus diferencias, mantendrán mejor la calma ante la intimidad del otro y presentarán más flexibilidad (Kerr y Bowen, 1988). Esta hipótesis ha sido poco investigada y algunos estudios como el de Tuason y Friedlander (2000) consideran no tanto que las parejas se emparejan por la propia similitud en sus niveles de diferenciación del self, sino más bien que los niveles de diferenciación de cada miembro de la pareja con el tiempo evolucionan, haciéndose similares. También se observan resultados parecidos a los expuestos en la investigación de Skowron (2000), y es que se encuentra relación significativa entre las puntuaciones del corte emocional de los hombres y las de la reactividad emocional de las mujeres, lo que parece indicar que los hombres de las parejas que tienen mayor corte emocional tienden a emparejarse con mujeres más reactivas emocionalmente (Skowron, 2000). Sin embargo otros estudios como el de Rodríguez-González (2016) muestran, que los niveles de diferenciación de las parejas no parecían estar relacionados de manera significativa. Los resultados obtenidos en esta investigación podrían estar explicados o bien por la hipótesis de Bowen (1978) y es que las personas si eligen a otras personas con niveles similares, lo que también explicaría el por qué las parejas estudiadas mantienen una relación de pareja estable y duradera con altas puntuaciones en satisfacción marital en su mayoría, o que al haber estudiado parejas con una relación extensa en el tiempo (más de 10 años), los resultados podrían ser debidos, a la idea de que ambos niveles de diferenciación a lo largo de los años de convivencia se hacen más similares.

En segundo lugar, en relación con la segunda hipótesis planteada, los resultados mostraron que no parece existir una relación significativa entre las diferencias en el self de cada pareja y la satisfacción marital percibida por los miembros. Esto puede ser debido a que en la presente muestra las parejas en su mayoría presentan niveles similares de diferenciación del self. En relación a estos resultados, Martínez-González (2016) confirmó esta misma hipótesis sólo parcialmente, ya que los resultados la confirmaban en parejas con bajos niveles de diferenciación, lo que parece indicar que en el estudio no encontramos relación significativa debido posiblemente a que en la presente muestra las puntuaciones en los niveles de diferenciación de las parejas son altos, lo que concuerda con lo que postuló Bowen (1978) en su teoría y es que la influencia que pueda tener la similitud, del nivel de diferenciación de la pareja, en la satisfacción marital varía, según el nivel (alto o bajo) de diferenciación. Por lo tanto, cuanto mayor sea el nivel de diferenciación de una pareja, el efecto de alguna posible diferencia será menor en el ajuste y satisfacción marital. Para Skowron (2000) el evaluar sólo a parejas intactas (ni divorcios ni separación) supone un sesgo, ya que se asume que si hay similitud en el grado de diferenciación y este grado es alto, la satisfacción será positiva. En esta misma línea,

los resultados de la investigación de Skowron, Stanley y Shapiro (2009), mostraron que un buen grado de diferenciación del self dicho de otro modo, una menor reactividad emocional, menor corte emocional y menor fusión con los otros, predijo una mayor salud interpersonal y mayor capacidad para tomar una mejor posición en las relaciones. Por otro lado, Gaunt (2006) examinó en su estudio la influencia de la similitud de diferentes variables de personalidad en la pareja en cuanto a la satisfacción marital. Sus resultados mostraron relaciones significativas entre la similitud en varias características de personalidad y satisfacción. Lo que lleva a pensar, que en futuras investigaciones sería importante tener en cuenta no sólo la similitud en los niveles de diferenciación del self, si no también otras características de personalidad. Además estudios como el de (Heather, Johnson, Zabriskie y Hill, 2006) refieren que el mejor predictor de la satisfacción conyugal y percepción de calidad de la pareja fue la participación en actividades de ocio de manera conjunta, por tanto se podría considerar importante tener presente otras variables además de las características de personalidad.

En cuanto a la tercera hipótesis, en la que se habla de cómo las personas se emparejan con personas que ocupan posiciones complementarias en su fratría, los resultados reflejan que en la presente muestra las parejas no parecen haberse emparejado bajo este criterio. El concepto de posición en la fratría fue tomado de la TFSB y se considera otra variable clave en ella. Bowen (1978) refería que el estar en una posición u otra en el sistema fraternal aumentaba la posibilidad de desarrollar en las siguientes etapas del ciclo vital diferentes rasgos psicológicos. Esto posiblemente es debido a que al cumplir determinadas funciones en su familia de origen, se da una reciprocidad, lo que va moldeando el carácter de los individuos y hace que se desarrollen estos rasgos psicológicos. Para Toman (1961) la complementariedad de los miembros de la pareja en las posiciones de sus fratrías supone un factor de protección frente al divorcio y así lo refutó en su investigación con más de 100 parejas. Sin embargo en esta investigación la hipótesis no se cumple, lo que podría explicarse por los cambios culturales que han ocurrido en las últimas décadas, lo que ha provocado un cambio en la concepción que tenemos sobre el matrimonio y la familia, que posiblemente ha influido en los diferentes roles que se adoptan en los múltiples sistemas familiares. Esta nueva imagen o idea de la pareja y la familia podría deberse, por un lado, a la variación en los estereotipos de género, pasando de una sociedad en la que la mujer adoptaba un rol más subordinado al hombre (tanto en la esfera pública como en la privada) a una sociedad que mantiene relaciones más o menos igualitarias entre hombres y mujeres. Por otro lado, han ido surgiendo, al lado de lo que entendemos como familia tradicional, modelos alternativos de familias y parejas: familias monoparentales, parejas homosexuales, hijos únicos como elección, relaciones simultáneas con varias personas, parejas divorciadas, familias reconstituidas... Simultáneamente a estos cambios han emergido otros, como la legalización del divorcio, la incorporación de la mujer al trabajo, corresponsabilidad en

las tareas del hogar y cuidado de los hijos, desvinculación iglesia-estado, etc. Además, no se encuentran más autores que hayan investigado sobre la influencia de esta variable (posición en la fratría) desde los años 60. Por ello podría considerarse importante que para futuras investigaciones se tengan en cuenta los cambios culturales sucedidos en los últimos años que implican, como se ha explicado antes, cambios dentro de los diferentes sistemas familiares.

Por último, los resultados muestran que no parece existir una relación significativa entre la posición que ocupen los miembros en sus respectivas fratrias y la satisfacción marital, a pesar de los resultados obtenidos por Toman (1969) en su estudio con parejas y apoyados por Bowen (1978), en su teoría familiar sistémica. Esto puede ser explicado por lo que Kerr y Bowen (1988) plantean en su teoría, y es que la posición en la fratría de cada uno de los miembros supone solo una parte de las características psicológicas de cada uno, además de que la influencia que esta posición tenga, depende de las características y procesos emocionales y relacionales de cada familia. Por tanto sería conveniente realizar investigaciones al respecto considerando la configuración global de cada familia en particular, sus procesos emocionales y relacionales, así como los cambios culturales producidos en los últimos años que han podido influir en la concepción del matrimonio.

Como posibles limitaciones de este estudio, considero que hay que contar con el posible sesgo del tipo de muestreo no probabilístico empleado. Con respecto al muestreo de conveniencia, se ha podido excluir a una proporción de la población general que podría haber sido interesante incluir. Asimismo al utilizar el muestreo bola de nieve, las características de los participantes pueden ser similares a las de las personas cercanas al investigador (misma clase social, nivel cultural, económico, nivel académico). Otra limitación ha podido ser, el difícil acceso a la muestra debido principalmente a no haber utilizado un cuestionario tipo online que tiene un mayor alcance, si no en papel, ya que al investigar población mayor de 50 años es probable que no tengan un buen manejo de las nuevas tecnologías. Además la media de edad es de 57.56 para las mujeres y la de los hombres de 59.32 y se esperaba encontrar mayor variabilidad en la edad de los participantes. Esto lleva a pensar que al haber estudiado población mayor de 50 años y con una relación de pareja larga, la hipótesis de Tuason y Friedlander (2000) de la similitud de los niveles de diferenciación en las parejas es debido a que estos se van haciendo similares a lo largo de los años de convivencia y matrimonio.

En relación a los beneficios de esta investigación para la práctica clínica, estaría la posibilidad de acceder a una muestra hasta ahora no muy estudiada, ya que los anteriores estudios se han basado en muestra extranjera o de población más joven aunque, encontramos algunos estudios como el de Rodríguez-González (2016) que investigó la hipótesis de

similitud en la variable diferenciación del self, en muestra española. Además el presente estudio puede tener implicaciones clínicas para terapeutas familiares y de pareja, ya que la diferenciación influye de alguna manera en la satisfacción conyugal, por tanto podría considerarse importante que los terapeutas de pareja, aborden los posibles problemas de diferenciación evaluando los niveles de fusión y autonomía para llegar a un equilibrio entre ambos y en consecuencia aumentando el nivel de satisfacción y ajuste marital de la pareja. Además, en los casos en los que sólo acuda uno de los dos miembros de la pareja a terapia, se podría intuir que nivel de diferenciación tienen ya que como se ha descrito en el presente estudio las parejas tienden a tener un nivel de diferenciación del self similar y daría posibles pistas de su dinámica relacional, así como su satisfacción conyugal. Por último, como se ha visto que el nivel de diferenciación del self y la satisfacción marital están relacionados, se podría trabajar desde la prevención aumentando la diferenciación del self en la etapa de la adolescencia temprana, para evitar posibles problemas o conflictos en las futuras relaciones interpersonales en especial en la pareja.

En cuanto a las posibles líneas de investigación futuras, podría ser interesante que se contemplase la variable de similitud del nivel o grado de diferenciación del self de las parejas o matrimonios y que lo hiciesen teniendo en cuenta otras variables de personalidad que puedan estar modulando e influyendo en los respectivos niveles. También se podrían tener en cuenta otras variables, como participación en actividades conjuntas, ocio y su relación con la satisfacción. Igualmente sería conveniente dar importancia a la duración de la relación de pareja o matrimonio de los participantes del estudio, para evaluar sus niveles de diferenciación y comprobar la hipótesis de Tuason y Friedlander (2000), de que los niveles de diferenciación se van haciendo similares a lo largo de los años de matrimonio y no que lo son desde el principio, estudiando por ejemplo diferentes grupos de años de relación. Igualmente podría ser interesante estudiar si las expresiones emocionales y los patrones conductuales de los miembros en situaciones de conflicto o estrés, son semejantes a los vividos en su familia de origen. Por último, sería conveniente tener presente la variable proyección familiar y transmisión multigeneracional (Bowen, 1978), ya que la propia posición en la fratria de los padres de cada miembro de la pareja influye de manera relevante en los aprendizajes de las reglas de funcionamiento familiar y asunción de distintos roles y funciones de cada miembro durante sus primeras etapas del ciclo vital.

## Referencias Bibliográficas

- Bartle-Haring, S. y Probst, D. (2004). A test of Bowen Theory: Emotional reactivity and psychological distress in a clinical sample. *The American Journal Of Family Therapy*, 32, 419-435.
- Bartle, S.E. (1993). The degree of similarity of differentiation of self between partners in married and dating couples: preliminary evidence. *Contemporary Family Therapy*, 15(6), 467-484.
- Bowen Center for the Study of the Family. *Bowen theory*. Recuperado de: <http://www.thebowncenter.org/pages/theory.html>.
- Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. New York: Jason Aronson
- Bowen, M. (1989). *La Terapia Familiar en la Práctica Clínica*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Bowen, M. (1991). *De la familia al individuo. La diferenciación de sí mismo en el sistema familiar*. Barcelona: Paidós.
- Campo, C. y Linares, J.L. (2002). *Sobrevivir a la pareja*. Barcelona: Planeta.
- Gaunt, R. (2006). Couple Similarity and Marital Satisfaction: Are Similar Spouses Happier? *Journal of Personality*. 74(5), 1401-1420.
- Johnson, H., Zabriskie, R. B., y Hill, B. (2006). The contribution of couple leisure involvement, leisure time, and leisure satisfaction to marital satisfaction, *Journal Marriage and FamilyReview*, 40, 69-91.
- Kerr, M. E. y Bowen, M. (1988). *Family Evaluation*. New York: Norton.

- Kerr, M.E. (1984). Theoretical base for differentiation of self in one's family of origin. *Clinical Supervisor*, 2, 3-36.
- Lim, M.G. y Jennings, G. (1996). Marital satisfaction of healthy differentiated and undifferentiated couples. *The Family Journal*, 4, 308-315.
- Miranda, P. y Ávila, R. (2008). Estimación de la magnitud de la satisfacción marital en función de los años de matrimonio. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 10(2), 57-77.
- Neuburger, R. (1998). *Nuevas parejas*. México: Paidós.
- Peleg, O. (2008). The relationship between differentiation of self and marital satisfaction: What can be learned from married people over the course of life? *The American Journal of Family Therapy*, 36, 388-401.
- Rodríguez-González, M. (2016). *Diferenciación del self: adaptación de un instrumento de evaluación y análisis de su vinculación con la relación de pareja, el estrés y la salud* (tesis doctoral). Universidad de Santiago de Compostela, España.
- Rodríguez-González, M. y Kerr, M.E. (2011). Introducción a las aplicaciones de la teoría familiar sistémica de Murray Bowen a la Terapia Familiar y de Pareja. *Cuadernos de Terapia Familiar*, 77, 7-15.
- Rodríguez-González, M. y Martínez, M. (2014). *La Teoría Familiar Sistémica de Bowen. Avances y Aplicación Terapéutica*. Madrid: McGraw-Hill Interamericana.
- Rodríguez-González, M., Skowron, E. A. y Jódar, R. (2015). Spanish Adaption Of The Differentiation Of Self Inventory- Revised (DSI-R). *Terapia Psicológica* 33(1), 47-58.

- Rodríguez-González, M., Skowron, E. A., Cagigal, V. y Muñoz, I. (2016). Differentiation of Self, Mate Selection, and Marital Adjustment: Validity of Postulates of Bowen Theory in a Spanish Sample. *The American Journal of Family Therapy*, 44(1), 11-23.
- Santos-Iglesias, P. y Sierra, J.C (2009). Propiedades psicométricas de una versión breve de la Escala de Ajuste Diádico en muestras españolas. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 9 (3), 501-517.
- Skowron, E. A. Y Friedlander, M.L. (1998). The Differentiation of Self Inventory: Development Initial Validation. *Journal of Counseling Psychology*, 45(3), 235-246.
- Skowron, E. A., Stanley, K.L. y Shapiro, M. D. (2009). A longitudinal perspective on differentiation of self interpersonal and psychological well-being in young adulthood. *Contemporary Family Therapy*, 31, 3-18.
- Skowron, E.A. y Schmitt, T.A. (2003). Assessing interpersonal fusion: Reliability and validity of a new DSI fusion with others subscale. *Journal of Marital and Family Therapy*, 29 (2), 209-222.
- Spanier, G. B. (1988). Assessing the strengths of the Dyadic Adjustment Scale. *Journal of Family Psychology*, 2 (1), 92-94.
- Spanier, G. B. y Thompson, L. (1982). A confirmatory analysis of the dyadic adjustment scale. *Journal of Marriage and the Family*, 44 (3), 731-738.
- Toman, W. (1961). *Family constellation*. New York, NY: Springer.
- Tuason, M. T. y Friedlander, M. L. (2000). Do parents's differentiation levels predict those of their adult children? And other tests of Bowen theory in a Philippine simple. *Journal of Counseling Psychology*, 47(1), 27-35.

VanLaningham, J., Johnson, D. R. y Amato, P. (2001). Marital happiness, marital duration, and the u-shaped curve: *Evidence from a five-wave panel study*. *Social Forces*, 78, 1313-1341.

Zicavo, N. y Vera, C. (2011). Incidencia del ajuste diádico y sentido del humor en la satisfacción marital. *Rev. Psicol.* 13 (1), 74-89.