

La Escala de Diferenciación del Self (EDS): desarrollo y validación inicial

Jesús Oliver Pece.

Profesor Colaborador de la Universidad Pontificia Comillas, Madrid (España). Doctorando de la Universidad de Málaga. jopece@comillas.edu

Dra. Ana Berástegui Pedro-Viejo.

Profesora Titular de la Universidad Pontificia Comillas, Madrid (España). a.berastegui@comillas.edu

Citar como:

Oliver, J. & Berástegui, A. (2019). La Escala de Diferenciación del Self (EDS): desarrollo y validación inicial. *Mosaico*, 72, 100-119.

RESUMEN

La diferenciación del self es una de las variables de la personalidad más críticas para la salud psicológica desde el punto de vista sistémico. En el presente artículo se describe el proceso de construcción y validación de la Escala de Diferenciación del Self, un instrumento que evalúa las dimensiones intrapsíquica e interpersonal de la diferenciación del self en los adultos. Se discute la relevancia de los resultados y sus implicaciones.

ABSTRACT

Differentiation of self is one of the most critical personality variables for psychological health, from the systemic point of view. This article describes the construction and validation process of the Differentiation of Self Scale, an instrument that assesses intrapsychic and interpersonal dimensions of differentiation of self in adults. The relevance of the results and their implications are discussed.

PALABRAS CLAVE

Teoría de los Sistemas Familiares, Diferenciación del self, Escala, Estudio psicométrico

KEY WORDS

Family Systems Theory, Differentiation of self, Scale, Psychometric analysis

La Teoría de los Sistemas Familiares de Murray Bowen (1989, 1998; Kerr & Bowen, 1988) está considerada como una de las explicaciones más relevantes del desarrollo psicológico desde la perspectiva sistémica. De los ocho constructos que conforman la teoría, la *diferenciación del self* es el más relevante en el ámbito de la terapia familiar y la investigación, ya que se trata de la variable de la personalidad más crítica para el desarrollo de la madurez y el logro de la salud psicológica.

La diferenciación del self es un constructo multidimensional que hace referencia a la capacidad *intrapsíquica* para distinguir los procesos emocionales de los procesos cognitivos, y a la capacidad *interpersonal* para mantener conexiones con los demás mientras se conserva un yo autónomo (Bowen, 1989, 1998; Kerr & Bowen, 1988).

En el ámbito *intrapsíquico*, las personas más diferenciadas distinguen mejor sus pensamientos y sus emociones, y en consecuencia, son menos reactivas emocionalmente y más capaces de regular sus emociones, de actuar reflexivamente en situaciones de estrés y de tener un sentido de sí mismas claramente definido. Por el contrario, los individuos menos diferenciados confunden sus procesos cognitivos y sus procesos emocionales, y por ello, son más reactivos emocionalmente y tienen más dificultades para regular sus emociones, pensar con claridad en situaciones de estrés y desarrollar un claro sentido de sí mismos.

En el ámbito *interpersonal*, las personas más diferenciadas tienen una mayor capacidad para seguir sus propios criterios, ser respetuosas con los criterios de los demás y mantener vínculos significativos con éstos. Las personas menos diferenciadas, por el contrario, debido a su reactividad emocional y a su sentido de sí mismas menos sólido, tienden a funcionar con alguno de estos tres patrones relacionales: a) *Fusión con los otros*, que se expresa con la tendencia a pensar, sentir y actuar como los demás, la necesidad constante de aprobación y la escasa expresión de los propios criterios para evitar conflictos y desacuerdos; b) *Dominio de los otros*, que se ve reflejado en las posturas dogmáticas, en una mala tolerancia de las diferencias de opinión y en la presión emocional a los demás para que se adapten a los propios intereses; y c) *Corte emocional*, que se manifiesta a través de la evitación de la intimidad y la continua distancia física o emocional de los demás.

Bowen (Kerr & Bowen, 1988) postuló que el nivel de diferenciación del self de cada persona se consolida a lo largo de la adolescencia y permanece relativamente estable el resto de la vida, aunque algunas experiencias vitales posteriores o un esfuerzo estructurado para incrementarlo pueden generar cambios en el nivel de diferenciación. Bowen hipotetizó que, aunque el grado de diferenciación del self que alcanza una persona no tiene una relación directa con la presencia o ausencia de síntomas, las personas más diferenciadas tienden a

experimentar menores niveles de ansiedad situacional y crónica, menos síntomas físicos y psicológicos y menos problemas sociales que las personas menos diferenciadas (Bowen, 1989, 1998; Kerr & Bowen, 1988). Numerosas investigaciones han corroborado estas hipótesis, al encontrar que las personas con mayor grado de diferenciación del self presentan menos ansiedad, menos síntomas físicos y psicológicos (e.g., Haber, 1993; Isik & Bulduk, 2015; Knauth & Skowron, 2004; Knauth, Skowron & Escobar, 2006; Peleg, 2002; Skowron, 2004; Skowron & Friedlander, 1998; Skowron, Stanley & Shapiro, 2009).

Durante las últimas décadas, se han desarrollado numerosos instrumentos con los que se ha evaluado la diferenciación del self (e.g., DSI, Skowron & Friedlander, 1998; DSI-R, Skowron & Schmitt, 2003; PAFS-Q; Bray, Williamson & Malone, 1984; LDSS; Haber, 1984). Aunque estos instrumentos han supuesto una contribución importante para la evaluación de la diferenciación del self, la mayoría de ellos no recoge los aspectos clave del constructo, ya sea por obviar su dimensión interpersonal o su dimensión intrapsíquica (Licht & Chabot, 2006; Skowron & Friedlander, 1998).

Por ejemplo, la escala Personal Authority in the Family System Questionnaire (PAFS-Q; Bray et al., 1984) incluye subescalas que examinan algunos componentes de la dimensión interpersonal del constructo. Sin embargo, la escala no examina un aspecto interpersonal fundamental, como es el Corte emocional, ni tampoco evalúa la dimensión intrapsíquica de la diferenciación (Skowron & Friedlander, 1998). De hecho, el PAFS-Q no fue diseñado para evaluar la diferenciación del self, sino la Autoridad Personal de Williamson, un concepto que pone el acento en el poder y la autoridad entre los adultos. Esta falta de ajuste conceptual hace cuestionable el uso de esta escala para evaluar la diferenciación del self.

Una escala que trató de evaluar la dimensión intrapsíquica e interpersonal de la diferenciación del self fue la Level of Differentiation of Self Scale (LDSS; Haber, 1984, 2003). Sin embargo, la escala no examina elementos importantes de la dimensión *interpersonal* de la diferenciación, como la Fusión, el Dominio de los Otros o el Corte Emocional.

Otra escala que también trató de examinar los componentes intrapsíquicos e interpersonales de la diferenciación del self fue el Differentiation of Self Inventory (DSI; Skowron & Friedlander, 1998). El análisis factorial exploratorio de una escala provisional dio como resultado cuatro factores, que explicaron el 26.2% de la varianza. Debido al porcentaje de varianza que quedó sin explicar y a la falta de ajuste conceptual de dos de los factores obtenidos, se redefinieron dos subescalas, se añadieron nuevos ítems y se eliminaron aquellos

con menor correlación ítem-total. En un estudio posterior, se realizó un análisis factorial confirmatorio de la escala corregida, pero no con los 43 ítems que la conformaban, sino con 12 *parcels* o meta-ítems que agrupaban aleatoriamente 3 o 4 ítems de cada subescala. A pesar de las controversias que genera la metodología utilizada, el análisis factorial confirmó la estructura de la escala. La escala está compuesta de cuatro subescalas: 1) *Reactividad Emocional* (RE) y 2) *Posición del Yo* (PY), que evalúan la *dimensión intrapsíquica*; 3) *Corte Emocional* (CE) y 4) *Fusión con los Otros* (FO), que evalúan la *dimensión interpersonal* de la diferenciación del self. La subescala FO obtuvo los peores índices de consistencia interna (alpha de Cronbach); sus valores oscilaron entre .74 y .57 (Skowron & Friedlander, 1998; Skowron, 2000). La subescala tampoco demostró una adecuada validez de contenido, pues sus ítems no evaluaban adecuadamente el concepto de Fusión formulado por Bowen (Skowron & Schmitt, 2003). Y por último, presentó problemas con la validez convergente, ya que no se observaron relaciones significativas entre la subescala FO y otros instrumentos relacionados, como la subescala de Fusión del PAFS (Skowron, Holmes & Sabatelli, 2003), ni con constructos teóricamente asociados, como por ejemplo el ajuste psicológico o la competencia familiar (e.g., Licht & Chabot, 2006; Skowron & Friedlander, 1998; Skowron, 2000; Skowron & Schmitt, 2003). Por este motivo, Skowron, Holmes y Sabatelli (2003) recomendaron que los investigadores interesados en evaluar la Fusión con los Otros utilizaran una escala alternativa.

En un trabajo posterior, Skowron y Schmitt (2003) trataron de mejorar la subescala FO de la escala DSI original (Skowron & Friedlander, 1998). La nueva escala revisada (DSI-R, Skowron & Schmitt, 2003) y sus cuatro subescalas mostraron una elevada consistencia interna. Sin embargo, a pesar de haber realizado modificaciones importantes en la escala DSI, no se realizó ningún análisis factorial de la escala revisada, dándose por supuesta la estructura de los cuatro factores obtenidos con el DSI (Skowron & Friedlander, 1998). Skowron volvió a utilizar la escala DSI original en la mayoría de los estudios posteriores a la revisión (Skowron, 2004; Skowron, 2005; Skowron, Kozlowsky & Pincus, 2010; Skowron, Stanley & Shapiro, 2009; Skowron, Wester & Azen, 2004) en lugar de utilizar la escala DSI-R, sin explicar los motivos de la elección y obviando los problemas que presentaba la subescala FO original. Recientemente, Rodríguez, Skowron y Jódar (2015) realizaron una adaptación española de la escala DSI-R, cuyo análisis factorial reveló una estructura de dos factores, que en gran medida se corresponden con las subescalas RE y CE de la escala DSI-R. Sin embargo, otras manifestaciones de la diferenciación del self, como la Posición del Yo o la Fusión con los Otros no emergieron.

Knauth y Skowron (2004) adaptaron algunos contenidos de la escala DSI-R para utilizarlo con población adolescente. Los resultados de un análisis factorial exploratorio de la escala aportaron una solución de seis factores, que no coincidían exactamente con los cuatro factores extraídos con los análisis factoriales del DSI, y sólo incluían 25 de los 46 ítems de la escala DSI-R original. Las autoras, sin embargo, no excluyeron de la adaptación para adolescentes los 21 ítems que no se agruparon en ninguno de los seis factores.

Todos estos resultados ponen en serias dudas la validez de constructo de la escala DSI (Skowron & Friedlander, 1998) y de sus diferentes versiones (DSI-R, Skowron & Shemitt, 2003; DSI-R para adolescentes, Knauth & Skowron, 2004).

Como hemos visto hasta aquí, aunque cada uno de los instrumentos que hemos examinado ha supuesto una contribución importante en la evaluación de la diferenciación del self, unos han obviado sus componentes intrapsíquicos, otros sus componentes interpersonales (Licht & Chabot, 2006; Miller et al., 2004; Skowron y Schmitt, 2003) y los instrumentos que han examinado ambos componentes han tenido problemas con su validez de constructo. Además, ninguno de los instrumentos evaluó el Dominio de los Otros, una manifestación interpersonal de una baja diferenciación del self.

El objetivo del presente estudio ha sido desarrollar y validar la Escala de Diferenciación del Self (EDS), un instrumento que pretende evaluar los principales componentes de la diferenciación del self: Reactividad Emocional y Posición del Yo -*componentes intrapsíquicos*-, Fusión con los Otros, Dominio de los Otros y Corte Emocional -*componentes interpersonales*-. El instrumento, redactado en castellano y aplicable a la población hispanohablante, pretende mejorar las debilidades detectadas en la escala DSI-R, en la que está basado, y servir para poner a prueba los postulados teóricos de Bowen, examinar el funcionamiento de los adultos y evaluar los resultados terapéuticos desde una perspectiva sistémica.

MÉTODO

Participantes

La muestra está formada por 167 adultos, de los cuales 111 son mujeres (66.5%) y 56 son varones (33.5%). Sus edades están comprendidas entre los 19 y los 86 años de edad, y su edad media es de 33.42 años (*D.T.*=12.99). En cuanto al nivel de estudios concluidos, el 55.1% de los participantes refirió tener estudios universitarios, el 26.9% bachillerato, el 14.4% un ciclo formativo, el 2.4% secundaria y el 1.2% primaria. En cuanto a la ocupación actual, el 50.3% de la muestra se encuentra trabajando, el 33.5% está realizando estudios

universitarios y el 10.8% está desempleado; el 3% se encuentra jubilado, un 1.2% es ama de casa y otro 1.2% está realizando estudios de ciclo formativo. Finalmente, el 62.3% de la muestra está emancipado, frente al 37.7% que no lo está; y un 62.9% es económicamente independiente de su familia de origen frente a un 37.1% que todavía depende económicamente de ella.

Procedimiento

En primer lugar, se realizó una revisión de los escritos originales de Murray Bowen (Bowen, 1989, 1998; Kerr & Bowen, 1988), de las definiciones operativas del constructo planteadas por los autores más relevantes y de las escalas más utilizadas para evaluar el grado de diferenciación del self (DSI, Skowron & Friedlander, 1998; DSI-R, Skowron & Schmitt, 2003; LDSS, Haber, 1984; PAFS-Q, Bray et al., 1984).

Posteriormente, se construyó una versión inicial de la escala, en la que se incluyeron los 46 ítems de la escala DSI-R (Skowron & Schmitt, 2003) y se redactaron otros 76 ítems relacionados con cinco componentes de la diferenciación: *Reactividad emocional*, *Posición del Yo*, *Fusión con los Otros*, *Dominio de los Otros* y *Corte Emocional*. Cerca de la mitad de los ítems se redactó para que puntuara de forma directa y la otra mitad para que lo hiciera de forma inversa. La versión provisional de la escala EDS quedó compuesta por 122 ítems con 6 opciones de respuesta (de 1 *-Muy en desacuerdo-* a 6 *-Muy de acuerdo-*), como aparece en el Anexo 1 (http://docs.wixstatic.com/ugd/6eeb33_661825ec1c654f32a14a08f9bd2a7c38.pdf).

Por último, se redactaron cinco ítems teóricamente relacionados con la diferenciación del self, con el fin de examinar la validez convergente. Fueron los siguientes: 1) *Mi grado de madurez emocional*, 2) *Mi grado de ansiedad habitual*, 3) *Mi grado de bienestar*, 4) *Mi grado de satisfacción con las relaciones familiares*, y 5) *Mi grado de satisfacción con mis amigos y amigas*. Los participantes debían valorar entre 1 (muy bajo) y 10 (muy alto) cómo se autopercebían en estos cinco aspectos. Se optó por utilizar estos ítems, en lugar de escalas validadas más largas, para evitar la fatiga de la muestra.

Para la obtención de la muestra, se realizó un muestreo de conveniencia y “bola de nieve”. En primer lugar, se contactó con tres docentes de dos universidades públicas y una universidad privada de la Comunidad de Madrid; se les explicó el proyecto de investigación en líneas generales y se les invitó a participar en el mismo. Tras recibir su aprobación, se les envió un correo electrónico, con una carta de presentación de la investigación y un enlace para acceder a la escala online, para que lo reenviaran a sus contactos y/o a sus alumnos. En la carta de presentación se limitaba la participación en el estudio a los mayores de 18 años –edad

en la que el grado de diferenciación del self ya está consolidado (Kerr & Bowen, 1988)-, se daban instrucciones precisas sobre cómo cumplimentar la escala y se garantizaba la máxima privacidad de los datos personales. También se agradecía la participación en la investigación y se solicitaba su difusión. Como forma de motivar y de corresponder a los participantes por su colaboración, se les indicaba que al completar la escala podrían dejar un correo electrónico al que se les enviaría un artículo con los resultados obtenidos con la investigación.

Los participantes contestaron la escala online por medio de la aplicación Le Sphinx Educ. Una vez cerrado el plazo de la encuesta, los datos obtenidos se volcaron al paquete estadístico SPSS 19.0., con el que se realizaron los análisis de datos.

RESULTADOS

Con el fin de dar respuesta al objetivo de construir una escala válida y fiable, se muestran los resultados en los siguientes apartados: *a) Análisis del poder discriminativo de los ítems; b) Análisis factorial; c) Evidencias de fiabilidad; y d) Validez convergente y divergente.*

a) Análisis del poder discriminativo de los ítems

Tras calcular los estadísticos descriptivos de los ítems (media y desviación típica), su índice de homogeneidad corregido y el índice de consistencia interna de la escala si se elimina cada ítem, se descartaron los ítems 15, 26, 63, 64, 69, 75, 87, 100, 101, 104 y 118, por obtener índices de homogeneidad corregidos muy bajos, inferiores a .20.

Al examinar el contenido de estos ítems, se observó que algunos podían discriminar poco debido a la deseabilidad social (por ejemplo, el ítem 15: *Intento que las decisiones que tengo que tomar con los demás sean acordadas, no impuestas por mí*) y otros por no estar relacionados con claridad a favor o en contra del constructo (por ejemplo, el ítem 64: *Lo mejor es que cada uno tenga su espacio*).

El índice de consistencia interna de la escala original fue de .95 y su valor no habría aumentado de forma apreciable si se hubiese excluido alguno de sus ítems.

b) Análisis factorial

Se realizó un análisis de la medida de adecuación muestral Kaiser-Meyer-Olkin y del test de esfericidad de Bartlett con los 111 ítems que no fueron descartados previamente por obtener índices de homogeneidad bajos. El índice KMO (.683) y la significación del test de

Barlett (χ^2 (6105)=13273.45; $p<.001$) confirmaron la pertinencia de realizar un análisis factorial.

Posteriormente, se realizó un análisis factorial exploratorio por el método de extracción de componentes principales y rotación Varimax, la rotación utilizada por las autoras que han examinado la estructura de los principales instrumentos de la diferenciación del self (Haber, 1993; Skowron & Friedlander, 1998; Knauth & Skowron, 2004).

Para decidir el número de factores a rotar, se observó el punto de inflexión del gráfico de sedimentación. La estructura resultante de la escala EDS constó de siete factores, que explicaron el 45.1% de la varianza (8.4 % el factor 1; 8.0% el factor 2; 7.6% el factor 3; 6.9% el factor 4; 6.2% el factor 5; 4.2% el factor 6; y 3.9% el factor 7). Sin embargo, como se explicará más adelante, los análisis sobre la consistencia interna llevaron a eliminar los factores 6 y 7. Se descartaron los ítems con saturaciones inferiores a .40, aquellos con saturaciones superiores a .40 en más de un factor, los que obtuvieron saturaciones superiores a .30 en más de dos factores y aquellos que no obtuvieron pesos en ninguno de los factores. También se eliminó el ítem 103, que no reflejaba con claridad el significado del factor 2 en el que saturó.

Finalmente, se obtuvo una escala definitiva de 74 ítems, que puede verse en el Anexo 2 (http://docs.wixstatic.com/ugd/6eeb33_7d8abc1d09754cd884936f74d731edb5.pdf), compuesta de cinco factores, que explicaron el 45.0% de la varianza (10.8% el factor 1; 9.8% el factor 2; 8.6% el factor 3; 8.4% el factor 4; y 7.2% el factor 5).

Analizando el contenido de los factores, se concluyó que el factor 1 (21 ítems) estaba relacionado con el Corte Emocional (CE), es decir, con la evitación de la intimidad por medio de la distancia física o emocional de los demás. El factor 2 (14 ítems) estaba asociado con la Fusión con los Otros (FO), es decir, con la tendencia a pensar, sentir y actuar como los demás, con la renuncia de los propios criterios para evitar conflictos y desacuerdos y con la búsqueda de aprobación. El factor 3 (12 ítems) guardaba relación con la Reactividad Emocional (RE), esto es, la tendencia a responder a los estímulos ambientales de forma lábil, descontrolada y con respuestas emocionales autónomas. El factor 4 (14 ítems) estaba asociado con el Dominio de los Otros (DO), es decir, con la tendencia a presionar a los demás para que se adapten a los propios intereses, a tolerar poco las diferencias de opinión, a entrar en luchas de poder con los demás y a mostrarse dogmáticos. Por último, el factor 5 (13 ítems) guardaba relación con la Posición del Yo (PY), es decir, con el sentido de uno mismo definido con claridad, con el establecimiento de metas propias, con la capacidad para distinguir los propios pensamientos de los pensamientos y sentimientos de los demás y con la capacidad para adherirse

racionalmente a las propias convicciones incluso cuando está bajo situaciones de tensión. Los cuatro primeros factores tienen una relación inversa con el constructo, de manera que a mayor puntuación en RE, FO, DO y CE, menor grado de diferenciación. El último factor tiene una relación directa con el constructo, de manera que a mayor PY, mayor grado de diferenciación del self.

c) Análisis de la fiabilidad

Se evaluó la consistencia interna de la escala y de los factores a través del alpha de Cronbach. Los resultados mostraron valores elevados: EDS Total=.93, RE=.89, PY=.86, FO=.90, DO=.89, y CE=.90. Como ya se comentó anteriormente, se eliminaron los factores 6 y 7 por poseer una baja consistencia interna ($\alpha=.64$ y $\alpha=.52$ respectivamente).

Como puede observarse en la Tabla 1, las correlaciones entre la puntuación total de la escala EDS y las subescalas o factores seleccionados oscilaron entre .17 (RE y CE) y .84 (EDS y PY). Las correlaciones ítem-total corregido de los 74 ítems finalmente seleccionados oscilaron entre .20 y .60, con una media de .40. Las correlaciones ítem-total de la subescala RE fluctuaron entre .46 y .69. En la subescala PY, los valores oscilaron entre .41 y .73. En la subescala CE, las correlaciones ítem-total oscilaron entre .38 y .64. En la subescala DO, los valores fluctuaron entre .44 y .73. Y en la subescala FO, oscilaron entre .45 y .71.

Tabla 1.

Matriz de intercorrelaciones

entre la puntuación total de la escala EDS y las puntuaciones de las subescalas

	EDS	RE	PI	FO	DO	CE
EDS	-					
RE	-.68**	-				
PI	.84**	-.36**	-			
FO	-.77**	.43**	-.59**	-		
DO	-.34**	.27**	-.22**	.21**	-	
CE	-.56**	.17*	-.31**	.27**	.31**	-

Nota: Puntuaciones altas en PY indican un mayor grado de diferenciación. Puntuaciones altas en RE, FO, DO y CE indican un menor grado de diferenciación.

* $p < .05$; ** $p < .01$

d) Validez convergente y divergente

Se llevaron a cabo correlaciones entre la puntuación total EDS y sus subescalas y unas variables teóricamente relacionadas con la diferenciación del self: el *grado de madurez*

emocional, la ansiedad habitual, el grado de bienestar general y el grado de satisfacción con las relaciones familiares y con los iguales. También se realizó una correlación con una variable teóricamente no relacionada: la edad de los participantes

Como puede verse en la Tabla 2, los resultados mostraron relaciones significativas entre la puntuación total de la escala EDS y la madurez emocional percibida ($r=.62$; $p<.001$; $r^2=.38$); la ansiedad habitual ($r=-.55$; $p<.001$; $r^2=.30$), el grado de bienestar general ($r=.46$; $p<.001$; $r^2=.21$), el grado de satisfacción con las relaciones familiares ($r=.22$; $p=.003$; $r^2=.05$) y el grado de satisfacción con los iguales ($r=.26$; $p=.001$; $r^2=.06$).

También se encontraron relaciones significativas entre las distintas subescalas y las variables teóricamente relacionadas con éstas (ver Tabla 2). Merecen ser destacadas por su magnitud las relaciones existentes entre la subescala RE y el grado de ansiedad habitual ($r=.62$; $p<.001$; $r^2=.38$); entre la subescala PY y el grado de madurez emocional ($r=.44$; $p<.001$; $r^2=.37$); entre la subescala FO y el grado de ansiedad habitual ($r=.62$; $p<.001$; $r^2=.38$); y las relaciones de la subescala CE con el grado de bienestar ($r=-.45$; $p<.001$; $r^2=.20$) y el grado de satisfacción familiar ($r=-.48$; $p<.001$; $r^2=.23$). No se obtuvieron relaciones significativas entre la puntuación total de la escala EDS y la edad de los participantes ($r=-.14$; $p=.79$; $r^2=.02$).

Tabla 2.

Matriz de correlaciones entre la puntuación total de la escala EDS y variables teóricamente asociadas y no asociadas con la diferenciación del self

	Madurez emocional	Ansiedad habitual	Grado bienestar	Satisfacción n familiar	Satisfacción iguales	Edad
EDS	.62**	-.55**	.46**	.22**	.26**	-.14
RE	-.38**	.62**	-.29**	.02	-.12	.10
PY	.61**	-.31**	.35**	.18*	.14	-.05
FO	-.36**	.44**	-.23**	-.04	-.20**	.25**
DO	-.34**	.33**	-.21**	-.16*	-.02	.10
CE	-.36**	.26**	-.45**	-.48**	-.33**	.03

Nota: Puntuaciones altas en PY indican un mayor grado de diferenciación. Puntuaciones altas en RE, FO, DO y CE indican un menor grado de diferenciación.

* $p<.05$; ** $p<.01$

Por otro lado, se realizó un análisis multivariado de varianza (MANOVA) para observar las diferencias entre mujeres y varones en las puntuaciones de la escala EDS y de sus subescalas. Como se refleja en la Tabla 3, se encontraron diferencias significativas entre mujeres y varones en la variable combinada de diferenciación del self ($\Lambda =.797$,

$F(5,161)=8.22, p<.001$). Asimismo, asumiendo un nivel de significación corregido mediante Bonferroni de $\alpha=.012$, observamos diferencias significativas entre hombres y mujeres en las dimensiones CE ($F(1,165)=7.15; p<.001$), con puntuaciones superiores en el grupo de varones, y RE ($F(1,165)=10.45; p<.001$), con puntuaciones superiores en el grupo de mujeres.

Tabla 3.

Diferencia de medias entre mujeres y varones en la puntuación total de la escala EDS y en las subescalas

	Mujeres (N= 111)		Varones (N=56)		Lambda	F	gl hip	gl error	p
	Media	D.T.	Media	D.T.					
Total EDS	4,28	0,50	4,26	0,57	0,797	8,217**	5	161	0,000
RE	3,67	0,88	3,14	0,84	----	10,448**	1	165	0,000
PY	4,63	0,59	4,56	0,63	----	0,169	1	165	0,495
FO	3,69	0,72	2,72	0,73	----	0,051	1	165	0,755
DO	2,68	0,65	2,83	0,85	----	0,832	1	165	0,200
CE	2,52	0,64	2,96	0,86	----	7,153**	1	165	0,000

Nota: Puntuaciones altas en PY indican un mayor grado de diferenciación. Puntuaciones altas en RE, FO, DO y CE indican un menor grado de diferenciación.

* $p<.05$; ** $p<.01$

DISCUSIÓN

La diferenciación del self es un constructo de gran relevancia en el ámbito de la terapia familiar, la teoría sistémica y la investigación. Varias escalas han tratado de evaluarlo, pero unas han obviado sus componentes intrapsíquicos, otras los interpersonales, y las que han examinado ambos aspectos presentan problemas con la validez de constructo.

El objetivo del presente estudio fue construir y validar la Escala de Diferenciación del Self (EDS) para adultos, un instrumento que pudiese superar las deficiencias observadas en las anteriores escalas, y al haber sido redactado en castellano, fuese aplicable a la población hispanohablante

Se construyó una escala provisional de 122 ítems, con 46 ítems de la escala DSI-R (Skowron & Schmitt, 2003) y otros 76 ítems de elaboración propia. Tras la depuración de

ítems, la escala EDS definitiva quedó compuesta de 74 ítems, 28 de los cuales son originales de la escala DSI-R (Skowron & Schmitt, 2003).

Se llevaron a cabo varios análisis para examinar la estructura factorial de la escala, la fiabilidad y la validez convergente, con los que se obtuvieron resultados satisfactorios.

Por un lado, la estructura de la escala fue congruente con el concepto de la diferenciación del self. Se obtuvieron cinco factores relacionados con distintos componentes del constructo: Reactividad Emocional (RE), Posición del Yo (PY), Fusión con los Otros (FO), Corte Emocional (CE) y Dominio de los Otros (DO). Los cuatro primeros factores resultaron semejantes a los del DSI (Skowron & Friedlander, 1998) y el DSI-R (Skowron & Schmitt, 2003). El Dominio de los Otros, sin embargo, nunca fue incluido en las escalas que evalúan la diferenciación del self. El Dominio de los Otros es, según Bowen (Bowen, 1989, 1998; Kerr & Bowen, 1988) un patrón relacional común a muchas personas con un bajo nivel de diferenciación, tan relevante como la Fusión con los Otros y el Corte Emocional. Por ello, consideramos que la escala EDS realiza una evaluación más completa del constructo al incluir este componente.

El porcentaje de varianza que explicaron los cinco factores de la escala EDS fue del 45.0%, resultado que mejora el porcentaje explicado por los cuatro factores de la escala provisional del DSI (Skowron y Friedlander, 1998), que fue del 26.2%. También mejora los resultados logrados en el estudio factorial de la escala DSI-R para adolescentes (Knauth y Skowron, 2004), con el que se llegó a una solución de seis factores que explicaron el 30% de la varianza.

Por otro lado, la consistencia interna fue elevada tanto para la escala EDS como para sus subescalas: EDS=.93; FO=.90; DO=.89; RE=.89; PY=.86; y CE=.90. Estos resultados son ligeramente superiores a los obtenidos con la escala DSI-R (Skowron & Schmitt, 2003), aunque hay que tener en cuenta la mayor longitud de la escala EDS.

Por último, se encontraron múltiples evidencias de validez convergente y divergente. Se observaron relaciones significativas entre la diferenciación del self y la madurez emocional, resultado congruente con la equiparación que hizo Bowen de ambos conceptos (Bowen, 1989). También se encontraron asociaciones relevantes de la diferenciación del self con el grado de ansiedad habitual, el grado de bienestar y el grado de satisfacción con los familiares y los iguales, resultados congruentes con los postulados de Bowen. Estos datos coinciden además con los obtenidos en otros estudios empíricos, en los que se observaron asociaciones significativas entre la diferenciación del self y la ansiedad (Haber, 1993;

Skowron & Friedlander, 1998; Skowron, Stanley & Shapiro, 2009), el bienestar (Skowron, Holmes & Sabatelli, 2003) y la satisfacción en las relaciones con los demás (Skowron, 2000).

Observando las subescalas, se encontraron relaciones relevantes entre la Posición del Yo y la madurez emocional; entre la Reactividad Emocional y la ansiedad habitual; y entre el Corte Emocional, el grado de bienestar y de satisfacción con las relaciones familiares, variables que también aparecen asociadas en la Teoría de los Sistemas Familiares de Bowen (1989; Kerr & Bowen, 1998).

También se encontraron diferencias significativas entre hombres y mujeres en la variable combinada de la diferenciación del self, en concreto, en la dimensión de Reactividad Emocional, con puntuaciones más altas en las mujeres, y en el Corte Emocional, con puntuaciones más altas en los varones. Estos resultados son congruentes con los roles tradicionales de género con los que mujeres y varones generalmente son socializados, y la mayor Reactividad Emocional que se observó en las mujeres coincide con los resultados obtenidos en algunos estudios (Skowron & Dendy, 2004; Skowron & Friedlander, 1998; Skowron & Schmitt, 2003). Finalmente, no se encontraron relaciones significativas entre el grado de diferenciación del self y la edad, resultado que no contradice la teoría de Bowen (Kerr & Bowen, 1998). Según la teoría, el nivel de diferenciación se fija en la adolescencia y, a partir de esa etapa, tiende a permanecer estable con la edad (Kerr & Bowen, 1998).

En conjunto, todos estos resultados evidencian que la escala tiene buenas propiedades psicométricas y que es congruente con la teoría.

Como limitaciones de nuestro estudio, hay que señalar que el tamaño de la muestra fue menor del recomendado por diversos autores para la realización de un análisis factorial (Guilford, 1954; Kline, 1986; Nunnally, 1978; Thorndike, 1982). Asimismo, la muestra del estudio ha podido generar algunos sesgos debido a una mayor representación de mujeres, una mayor proporción de participantes con nivel de estudios universitarios y de bachillerato, y una mayoría de participantes emancipados y económicamente independientes. Además, los adultos que no tienen Internet o no lo utilizan, y los adultos menos motivados en participar han quedado fuera del estudio, debido a la aplicación de la escala con formato online.

Se recomienda realizar nuevos estudios con muestras más amplias y representativas, con los que replicar los análisis factoriales, poner a prueba la fiabilidad y validez y baremar la escala. El instrumento puede ser utilizado por investigadores y terapeutas para continuar profundizando en el estudio de la diferenciación, poner a prueba los postulados teóricos de Bowen, examinar el funcionamiento de los adultos y evaluar los resultados terapéuticos desde una perspectiva sistémica e intergeneracional.

REFERENCIAS

- Bowen, M. (1989). *La terapia familiar en la práctica clínica*. Vols. 1 y 2. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Bowen, M. (1998). *De la familia al individuo: La diferenciación del sí mismo en el sistema familiar*. Barcelona: Paidós.
- Bray, J. H., Williamson, D. S. & Malone, P. E. (1984). Personal authority in the family system: Development of a questionnaire to measure personal authority in intergenerational family processes. *Journal of Marital & Family Therapy*, 10, 167-178.
- Guilford, J. P. (1954). *Psychometric Methods*. New York: McGraw-Hill.
- Haber, J. (1984). The relationship between differentiation of self, complementary psychological need patterns and marital conflict. *Dissertation Abstracts International*, 45, 2102B.
- Haber, J. (1993). A construct validity study of a differentiation of self scale. *Research and Theory for Nursing Practice*, 7 (3), 165-178.
- Haber, J. (2003). The Haber Level Differentiation of Self. En: *Measuring of Nursing Outcomes* (pp. 141-149). New York: Springer.
- Hoskins, C. N., (1993). Response to "A construct validity study of a Differentiation of Self Scale". *Research and Theory for Nursing Practice*, 7 (3), 179-182.
- Isik, E. & Bulduk, S. (2015). Psychometric properties of the Differentiation of Self Inventory-Revised in Turkish adults. *Journal of Marital and Family Therapy*, 41 (1), 102-112.
- Kerr, M. E. & Bowen, M. (1988). *Family evaluation*. New York: Norton.
- Kline, P. (1986). *A Handbook of Test Construction*. New York: Methuen.
- Knauth, D. G., & Skowron, E. A. (2004). Psychometric evaluation of the differentiation of self inventory for adolescents. *Nursing Research*, 53 (3), 163-171. DOI:10.1097/00006199-200405000-00003
- Knauth, D. G. Skowron, E. & Escobar, M. (2006). Effect of Differentiation of Self on Adolescent Risk Behavior. *Nursing Research*, 55 (5), 336-345.
- Licht, C., & Chabot, D. (2006). The Chabot Emotional Differentiation Scale: A theoretically and psychometrically sound instrument for measuring Bowen's intrapsychic aspect of differentiation. *Journal of Marital and Family Therapy*, 32 (2), 167-180.
- Nunnally, J. C. (1978). *Psychometric Theory*. New York: McGraw-Hill.
- Rodríguez, M., Skowron, E. A. & Jódar, R (2015). Spanish Adaptation of the Differentiation of Self Inventory. Revised (DSI-R). *Terapia psicológica*, 33 (1), 47-58.
- Skowron, E. A. (2004). Differentiation of self, personal adjustment, problem solving and ethnic belonging among persons of color. *Journal of counseling and development*, 28 (4), 447-457.
- Skowron, E. A. (2005). Parent differentiation of self and child competence in low-income urban families. *Journal of Counseling Psychology*, 52 (3), 337-346.
- Skowron, E. A. (2000). The role of differentiation of self in marital adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 47, 229-237.
- Skowron, E. A. Holmes, S. E., & Sabatelli, R. M. (2003). Deconstructing differentiation: Self regulation, interdependent relating, and well being in adulthood. *Contemporary Family Therapy: An International Journal*, 25, 111-129.
- Skowron, E. A. & Friedlander, M. L. (1998). The Differentiation of Self Inventory: Development and Initial Validation. *Journal of Counseling Psychology*, 45 (3), 235-246.
- Skowron, E. A. & Schmitt, T. A. (2003). Assessing Interpersonal Fusion: Reliability and validity of a new DSI Fusion with Others. *Journal of Marital and Family Therapy*, 29 (2), 209-222.

- Skowron, E. A., Wester, S., & Azen, R. (2004). Differentiation of self mediates college stress and adjustment. *Journal of Counseling and Development*, 82, 69-78.
- Skowron, E.A., Kozlowski, J.M., & Pincus, A. (2010). Differentiation, self-other representations, and rupture-repair processes: Predicting child maltreatment risk. *Journal of Counseling Psychology*, 57, 304-316.
- Skowron, E.A., Stanley, K., & Shapiro, M. (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., & Dendy, A. K. (2004). Differentiation of self and attachment in adulthood: Relational correlates of effortful control. *Contemporary Family Therapy: An International Journal*, 26, 337-357.
- Thorndike, R. L. (1982). *Applied Psychometrics*. Boston: Houghton-Mifflin.

ANEXO 2. ESCALA DE DIFERENCIACIÓN DEL SELF (EDS)

Autores: Jesús Oliver Pece y Ana Berástegui Pedro-Viejo

A continuación encontrarás unas preguntas acerca de ti y de tus relaciones con los demás. Por favor, lee cuidadosamente cada pregunta y decide qué respuesta se corresponde con tu situación. Todas las respuestas son correctas; lo importante es que reflejen tu situación y tu experiencia.

La mejor manera de contestar el cuestionario es hacerlo en una sola vez. Las instrucciones son sencillas y es fácil de rellenar. Tardarás aproximadamente 30 minutos en completar el cuestionario. Procura responder con sinceridad y con cierta rapidez y asegúrate de **contestar todos los ítems**.

Muchas gracias por tu colaboración.

Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Más bien en desacuerdo	Más bien de acuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
1	2	3	4	5	6

		1	2	3	4	5	6
1	La gente suele decirme que soy excesivamente emocional	<input type="checkbox"/>					
2	Tiendo a permanecer fiel a mis ideas incluso en situaciones de tensión	<input type="checkbox"/>					
3	Me cuesta expresar mis sentimientos a las personas que más me importan	<input type="checkbox"/>					
4	Cuando alguien cercano a mí me disgusta, me distancio de esta persona por un tiempo	<input type="checkbox"/>					
5	No importa lo que me suceda en la vida, siempre sabré quién soy yo	<input type="checkbox"/>					
6	A menudo me siento inhibido cuando estoy con mi familia	<input type="checkbox"/>					
7	Tiendo a hacer que mis padres/parejas hagan lo que yo quiero	<input type="checkbox"/>					
8	Normalmente, no cambio mi comportamiento por agradar a los demás	<input type="checkbox"/>					
9	Cuando alguien importante para mí me critica por algo, me quedo dolido/a durante mucho tiempo	<input type="checkbox"/>					

Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Más bien en desacuerdo	Más bien de acuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
1	2	3	4	5	6

		1	2	3	4	5	6
10	Tiendo a distanciarme cuando alguien se acerca demasiado a mí	<input type="checkbox"/>					
11	Me gustaría no ser tan emocional	<input type="checkbox"/>					
12	En ocasiones, mis sentimientos me desbordan y no me dejan pensar con claridad	<input type="checkbox"/>					
13	Siento la necesidad de aprobación de prácticamente todo el mundo en mi vida	<input type="checkbox"/>					
14	A menudo, me siento incómodo/a cuando la gente se acerca demasiado a mí	<input type="checkbox"/>					
15	Me gusta convencer a los demás con mis opiniones	<input type="checkbox"/>					
16	Suelo tratar de imponer mis ideas y mis deseos a los demás	<input type="checkbox"/>					
17	Soy capaz de tener mis emociones bajo control	<input type="checkbox"/>					
18	Me preocupa perder mi independencia en las relaciones más íntimas (amigos, pareja, familia...)	<input type="checkbox"/>					
19	Con frecuencia, me muestro de acuerdo con los demás para evitar disgustarles	<input type="checkbox"/>					
20	Me acepto tal y como soy	<input type="checkbox"/>					
21	A veces me siento como si estuviera en una montaña rusa emocional	<input type="checkbox"/>					
22	A veces lucho con los demás por ser yo el/la que tome las decisiones	<input type="checkbox"/>					
23	Cuando una de mis relaciones (familiares, de pareja o de amistad) se vuelve muy intensa, siento la necesidad de alejarme de ella	<input type="checkbox"/>					
24	Siempre soy fiel a mis criterios, aunque las personas más importantes para mí me presionen en otro sentido	<input type="checkbox"/>					
25	Hay que respetar las opiniones de los demás que son diferentes a las mías	<input type="checkbox"/>					
26	Tiendo a reaccionar con calma, incluso en situaciones difíciles	<input type="checkbox"/>					

Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Más bien en desacuerdo	Más bien de acuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
1	2	3	4	5	6

27	Soy capaz de decir "no" a los demás, incluso cuando me siento presionado por ellos	<input type="checkbox"/>					
28	Siempre evitaré recurrir a alguien de mi familia en busca de apoyo emocional	<input type="checkbox"/>					
29	Tiendo a presionar a los demás para pensar y hacer las cosas a mi manera	<input type="checkbox"/>					
30	Me preocupa menos agradar a los demás que tratar de hacer lo que creo que es correcto	<input type="checkbox"/>					
31	Cuando estoy con mi familia o con mi pareja, a menudo me siento reprimido	<input type="checkbox"/>					
32	Me gusta salirme siempre con la mía	<input type="checkbox"/>					
33	A veces, me siento mal físicamente después de discutir con mi pareja, mis padres o mis amigos	<input type="checkbox"/>					
34	Tiendo a imponer a los demás mis criterios	<input type="checkbox"/>					
35	Hago lo que creo que es correcto, independientemente de lo que otros digan o piensen de mí	<input type="checkbox"/>					
36	Mis decisiones se ven influidas fácilmente por la presión de los demás	<input type="checkbox"/>					
37	Normalmente, me manejo bien solo con los problemas, a menos que sea necesario recurrir a la ayuda de los demás	<input type="checkbox"/>					
38	Llevo bien que los demás piensen de forma distinta a mí	<input type="checkbox"/>					
39	La relación con mi familia/pareja/amigos podría ser mejor si me dieran el espacio que necesito	<input type="checkbox"/>					
40	Se me hiere con mucha facilidad	<input type="checkbox"/>					
41	Me molesto cuando los demás no piensan como yo	<input type="checkbox"/>					
42	Me sentiría más cómodo/a si pudiera vivir aislado/a de la gente	<input type="checkbox"/>					
43	Buena parte de mi energía se dirige a ser lo que otras personas quieren que sea	<input type="checkbox"/>					

Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Más bien en desacuerdo	Más bien de acuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
1	2	3	4	5	6

		1	2	3	4	5	6
44	Me resulta fácil mostrar mi desacuerdo con las opiniones de los demás.	<input type="checkbox"/>					
45	Pase lo que pase, siempre tengo bajo control mis emociones	<input type="checkbox"/>					
46	En una discusión acalorada, me suelo centrar tanto en mis ideas que me olvido de escuchar las de los demás	<input type="checkbox"/>					
47	Distingo con facilidad mis pensamientos y sentimientos de los pensamientos y sentimientos de los demás	<input type="checkbox"/>					
48	Puedo juzgar por mí mismo/a si hago o no hago bien las cosas	<input type="checkbox"/>					
49	Tengo un conjunto de valores y creencias bien definido	<input type="checkbox"/>					
50	Siento como si entre mis familiares y yo se hubiera roto el vínculo	<input type="checkbox"/>					
51	Mis decisiones y comportamientos están basados en la aprobación que obtengo de los demás	<input type="checkbox"/>					
52	Me suelo apoyar en las personas importantes para mí cuando lo estoy pasando mal	<input type="checkbox"/>					
53	Tolero bien las diferencias de opinión; no trato de convencer a los demás de mis criterios	<input type="checkbox"/>					
54	En ocasiones, cambio mis opiniones para evitar discusiones con los demás	<input type="checkbox"/>					
55	Si tengo algún conflicto con alguien, trato de hablarlo para solucionarlo	<input type="checkbox"/>					
56	Cuando me enzarzo en una discusión, me cuesta detenerme	<input type="checkbox"/>					
57	Mi propia percepción de que he hecho bien las cosas es más importante que la alabanza de los demás	<input type="checkbox"/>					
58	Escucho los pensamientos y sentimientos de mis padres, pero no siempre estoy de acuerdo con ellos ni me comporto como me dicen	<input type="checkbox"/>					

Muy en desacuerdo	En desacuerdo	Más bien en desacuerdo	Más bien de acuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo	
1	2	3	4	5	6	
59	Aunque puedan surgir algunos conflictos, nunca me distanciaré de las personas más importantes para mí	<input type="checkbox"/>				
60	Tomo decisiones basadas en mi propio conjunto de valores y creencias	<input type="checkbox"/>				
61	Me afectan las cosas de forma mucho más intensa que a los demás	<input type="checkbox"/>				
62	Lo que espero de mí mismo/a es más importante que lo que los demás esperan de mí	<input type="checkbox"/>				
63	Me siento anestesiado/a emocionalmente	<input type="checkbox"/>				
64	Tiendo a evitar discrepar, para que los demás no se molesten	<input type="checkbox"/>				
65	Intento que los demás me comprendan expresándoles lo que pienso, lo que siento y lo que creo	<input type="checkbox"/>				
66	Aunque les duelan mis opiniones y deseos, no me cuesta discrepar con las personas más importantes para mí	<input type="checkbox"/>				
67	Me he llegado a distanciar de muchas personas importantes	<input type="checkbox"/>				
68	Tengo claro quién soy, lo que creo, lo que defiendo, y lo que haré o no haré	<input type="checkbox"/>				
69	Cada vez que tengo un problema con la familia/pareja/amigos, tiendo a alejarme	<input type="checkbox"/>				
70	Me cuesta mucho ponerme en el lugar de los otros	<input type="checkbox"/>				
71	A menudo sufro altibajos emocionales	<input type="checkbox"/>				
72	La gente a la que quiero no conoce mis verdaderos pensamientos ni sentimientos sobre algunas cosas	<input type="checkbox"/>				
73	Llevo mal que entre los demás y yo puedan existir diferencias de opinión	<input type="checkbox"/>				
74	Evito contarle a la gente mis problemas	<input type="checkbox"/>				

NORMAS DE CORRECCIÓN DE LA ESCALA EDS

La composición de la escala EDS es la siguiente:

- Reactividad emocional (RE): Ítems 1,9,11,12,17,21,26,33,40,45,61,71
- Posición del Yo (PY): Ítems 2,5,20,24,37,47,48,49,57,58,60,62,68
- Fusión con los otros (FO): Ítems 8,13,19,27,30,35,36,43,44,51,54,64,66,73
- Dominio de los Otros (DO): Ítems 7,15,16,22,25,29,32,34,38,41,46,53,56,70
- Corte emocional (CE): Ítems
3,4,6,10,14,18,23,28,31,39,42,50,52,55,59,63,65,67,69,72,74

Para obtener la **puntuación total de cada subescala** deben invertirse previamente las puntuaciones de los ítems que aparecen subrayados. A continuación, se deben sumar las puntuaciones de los ítems de cada subescala y dividir el resultado por el número de ítems que la componen (RE: 12 ítems, PY: 13 ítems, FO: 14 ítems, DO: 14 ítems, y CE: 21 ítems). De esta manera, las puntuaciones de las subescalas oscilarán entre 1 y 6, como las opciones de respuesta.

Para calcular la **puntuación total**, han de invertirse las puntuaciones de las subescalas RE, FO, DO y CE, de manera que a mayor puntuación en estas subescalas, menor puntuación aportan al total de la escala EDS. Una fórmula más sencilla para calcular la puntuación total EDS e invertir las puntuaciones de las subescalas es la siguiente:

$$\text{Total EDS} = \frac{\text{PY} + (7-\text{RE}) + (7-\text{FO}) + (7-\text{DO}) + (7-\text{CE})}{5}$$

La puntuación total de la escala EDS también oscilará entre 1 y 6.