



Revista Electrónica de Psicología Iztacala



Universidad Nacional Autónoma de México

Vol. 17 No. 3

Septiembre de 2014

LA RELACIÓN ENTRE LA DIFERENCIACIÓN Y LA CALIDAD DE RED

José de Jesús Vargas Flores¹, Edilberta Joselina Ibáñez Reyes², Carlos Emmanuel Soto Amezcua³ y Karen Javier Cuevas⁴
Facultad de Estudios Superiores Campus Iztacala
Universidad Nacional Autónoma de México

RESUMEN

La diferenciación es un concepto generado por Bowen, el cual plantea el balanceo de la distancia emocional del individuo con respecto a su familia y sus seres queridos. Se han planteado un conjunto de indicadores para la medición de la diferenciación con instrumentos tales como cuestionarios. Por otro lado, la calidad de red se refiere a las relaciones sociales que establecen los sujetos con respecto a su medio social. La finalidad del presente trabajo es la aplicación de dos instrumentos de medición, uno de diferenciación y otro de calidad de red para observar su relación. Se aplicaron estos instrumentos a una población de 200 jóvenes universitarios y se llevaron a cabo los cálculos estadísticos pertinentes. Se encontró que hay una correlación negativa entre los dos instrumentos. Es decir, que a mayor diferenciación, menor calidad de red. Se discuten las implicaciones teóricas de estos resultados y se analizan los resultados a la luz de los conceptos teóricos planteados.

Palabras Clave. Calidad de Red, relaciones sociales, diferenciación, familia, evaluación.

¹Profesor Titular de la Carrera de Psicología. Correo Electrónico: jesusvargas@hotmail.com

²Profesora Titular de la Carrera de Psicología. Correo Electrónico: joselinai@gmail.com

³Psicólogo Egresado de la FES Iztacala. Correo Electrónico sotojavier02@hotmail.com

⁴Psicóloga Egresada de la FES Iztacala. Correo Electrónico karen_javercuevas@hotmail.com

ABSTRACT

Differentiation is a concept developed by Bowen, which propound the swinging of emotional distance in the person regarding his family and loved ones. A set of indicators have emerged for measurement of differentiation with instruments like questionnaires. By other hand, the web's quality referred social relationships that people stablish regarding their social environment. The purpose of this study is the application of two measurement instruments, one about differentiation and the other one about web's quality to observe their relationship. These instruments were applied with 200 young university students and carried out the relevant calculations. It was found that there is a negative correlation between both instruments. That is to say, at higher differentiation, less Web's quality. Theoretical implications in these results are discussed and results are analyzed in the light of the theoretical concepts propounded.

Key words: Web's quality, Social Relationships, Differentiation, Family, Evaluation

INTRODUCCIÓN

Actualmente el trabajo de los profesionistas como los psicólogos es cada vez más complejo y abarca una amplia gama de problemáticas a la que estos expertos se enfrentan. De ahí que la investigación de temas como la familia, las redes sociales o el papel de los afectos y sentimientos en la forma de operar de las personas sean sólo algunos tópicos en los que merece la pena ahondar puesto que todas las personas funcionan y se definen en el contexto de relaciones significativas con otros individuos.

El objetivo de la presente investigación consistió en describir la relación que existe entre la diferenciación y la calidad de red a través de la aplicación del Inventario de Diferenciación (ID) y la Escala de Calidad de Red (ECAR). Esto con la finalidad de incrementar la validez del cuestionario de Diferenciación. Para ello se hablará de la familia como una institución que reviste múltiples aspectos desde su formación, su estructura, organización y formas de vida. La familia es un factor primordial de desarrollo de las personas puesto que es la principal fuente de información con la que cuenta cualquier individuo y en donde se aprenden estilos de vida y formas de afrontamiento que jugarán un papel importante en el nivel de independencia emocional que un individuo desarrolle a lo largo de su vida.

Con la presencia del ser humano sobre la faz de la tierra, éste tomó como premisa de su conservación la convivencia en grupos que en ese entonces se daba de manera libre y desordenada con una duración que se limitaba a necesidades pasajeras. Con el paso del tiempo, las relaciones entre las personas fueron modificándose y comenzó a haber establecimiento y distinción de grupos.

Gracia y Musitu (2000), afirman que definir lo que es el concepto de la familia no es una tarea fácil, dada la gran dinámica que presenta ésta en su evolución histórica y social. Las definiciones y expectativas que se tengan de la familia dependen de la manera en que se le piense, esto es, de la perspectiva teórica de quien la estudie. El hecho es que el estudio de la familia estriba en el punto de vista de quien la observa e investiga así como de su disponibilidad de lenguaje con el cual pueda expresar lo que se “entiende” en un determinado momento y contexto histórico y cultural.

La etimología de la palabra familia deriva del latín *famulus*, que es sirviente o esclavo. De esta forma, la familia en su origen era definida como el conjunto de esclavos y criados con los que contaba una persona (Rincón, 2010). Autores como Donati (2003) plantean y sechar planteamientos cosificantes de la familia, optando por contemplarla como una serie de relaciones en las que se experimentan vivencias, sentimientos y demás, como un fenómeno social en el que sus miembros participan con dinámicas peculiares.

Para Minuchin (1984) y Membrillo, Fernández, Quiroz y Rodríguez, (2008), el sentido de hacer familia radica en que ésta, como sistema abierto, en constante interacción con los entornos histórico, social, económico y cultural, permite a sus individuos, en el mejor de los casos, desarrollar sus sentimientos de identidad e independencia. El primero de ellos principalmente influido por el hecho de sentirse miembro de una familia, y el segundo, por pertenecer a diferentes subsistemas intrafamiliares y por su participación con grupos extrafamiliares.

Existen numerosos planteamientos y entendimientos respecto a la familia, que han sido formulados desde una perspectiva epistemológica y teórica en particular. En el caso de la presente investigación, la aproximación teórica de la que se partirá para el desarrollo de la misma, es la Teoría de los Sistemas desarrollada por Murray Bowen, figura reconocida en el ámbito de terapia familiar y relacional, quien en la década de 1950 desarrolló su trabajo en el cual propone pensar en términos de sistemas familiares, más que en dinámicas individuales. Este autor trata a la familia como una variedad de sistemas y subsistemas que sigue las leyes dinámicas de la naturaleza y que conforma la red social más próxima al individuo ya que es la primera con la que se tiene contacto, “dentro de ese sistema familiar, toda persona tiene una función que la convierte en un “segmento” imprescindible de un todo más vasto” (Bowen, 1998; p. 11).

Los miembros de una familia son, hacen, actúan, interactúan, asumen una posición con modalidades tan variadas que el orden es difícil de ver. Bowen (1998) plantea a la familia como la rectora, promotora y reguladora de todas las actividades dentro del grupo en su conjunto. La considera como una red multigeneracional de relaciones, que moldea el interjuego entre dos fuerzas que se contraponen, pero que al mismo tiempo se contrabalancean: la fuerza de la individualidad y la de la unión.

La primera fuerza, que es la individualización, hace referencia a la intensidad que una persona tenga para establecer sus propias metas y objetivos, permitiéndole reflexionar, analizar y reaccionar de una manera en particular ante las situaciones que se vayan presentando. Es decir, que esta fuerza establece la lucha personal del sujeto de manera independientemente a los demás. A su vez, la fuerza de la unión, posibilita que la persona se integre e identifique con el grupo al que pertenece, fijándose objetivos y metas en conjunto con éste. Estas fuerzas permiten la lucha por la sobrevivencia del grupo.

La familia como un conjunto de diferentes sistemas sociales o culturales, de juegos y de comunicación, es pensada por Bowen (1998), como una combinación de sistemas emocionales y relacionales. El término “emocional” se refiere a la

fuerza que motiva al sistema y que funciona por medio de una estabilidad cuidadosamente equilibrada en la que cada individuo dedica determinada cantidad de su ser y de su sí mismo al bienestar de los demás; y “relacional” se refiere al modo en que ésta se expresa. Éste último comprende la comunicación, la interacción y otras modalidades de relación.

Vargas e Ibáñez (2008) afirman que la familia maximiza las probabilidades de la sobrevivencia física, social y emocional de la especie. Entre algunas de las necesidades emocionales que suele cubrir la familia, se encuentran la estabilidad social, económica, sexual; pero también se generan vínculos vitales dentro de la misma y estilos de interacción con las personas cercanas.

Al mezclar los aprendizajes propios con los aprendizajes de otra persona es posible, en caso de haber descendencia, que nuevos modelos de vida sean transmitidos no de manera automática, sino de manera intergeneracional tomando en cuenta aspectos como el momento en que nació la persona, el lugar que ocupa entre hermanos, el número de hijos que se tenga. En términos generales, son tres las formas a través de las cuales se va dando este proceso de transmisión en aquellos casos en que existe descendencia en la familia. La primera de ellas es la más común y es *directa y lineal*, es decir, los estilos de la familia de origen se tienden a repetir. Es algo parecido a aquellas personas que sin decirlo, actúan exactamente de la misma manera que como procedían sus progenitores. Los padres ven con agrado que los hijos se parezcan a ellos mismos y los hijos se ven satisfechos al hacer lo que sus padres les dictan (Vargas e Ibáñez, 2003).

La segunda manera de transmisión es *contraria a la tradicional*. Que a fin de cuentas es hacer exactamente lo contrario de la que indican los mandatos familiares establecidos. Finalmente, la transmisión puede ser *transformada a partir del análisis* y en este modo, se cambian estilos de comportamiento y formas de ver el mundo, y, por tanto se modifican estilos de vida que fueron aprendidos dentro de la familia de origen (Vargas e Ibáñez, 2003).

Para Vargas e Ibáñez (2003), los conflictos provenientes de la familia de origen se repiten, se reviven, se crean defensas contra ellos o se superan en otras relaciones íntimas. Los conflictos, sin duda no se quedan intactos, sino que al pasar el tiempo se transforman y adquieren un significado diferente para aquel que los vivencia.

Desde la perspectiva de Bowen se estudia a las personas en el contexto de un campo de relaciones partiendo de la idea de que nadie vive solo en el mundo, por lo que puede examinar el impacto de este campo en los modos de vida de los individuos (Faber, 2004). En las relaciones humanas se ponen en juego no sólo aspectos biológicos como la edad o el género, sino también factores de la persona como lo son las emociones, los sentimientos y los pensamientos.

Bowen menciona que en cada persona existen de manera teórica, tres sistemas básicos que son utilizados en cada momento de la vida, cada uno de ellos en mayor o menor medida. Estos sistemas responden al nombre de: sistema emocional, sistema sentimental y sistema intelectual. Las emociones son respuestas fisiológicas que tienen que ver con reacciones automáticas que se presentan ante estímulos o eventos y son expresadas de manera facial o corporal. De este modo, se dice que el sistema emocional es el sistema más primitivo de cada persona porque no está bajo conocimiento o control, pero moviliza energía que prepara al cuerpo para cualquier situación a la que se enfrente.

Cuando se perciben las reacciones fisiológicas y conductuales de la emoción, se experimentan estados subjetivos que son los relativos al sistema sentimental y para entender a éste es necesario mencionar que un sentimiento es una respuesta subjetiva del sistema emocional y está revestido de un número mayor de elementos racionales y temporales. Es decir, un sentimiento es mucho más largo en el tiempo que la emoción y se suscita cuando la persona es capaz de identificar a ésta y nombrarla, por lo tanto los sentimientos se identifican a partir de un marco social referencial.

Entonces, es posible deducir, que sólo después de tomar conciencia de las sensaciones del cuerpo cuando recibe algún estímulo, la emoción se convierte en sentimiento. En ese sentido, el sistema intelectual incluye la capacidad para conocer, entender y comunicar ideas complejas. Para Bowen (1998), la habilidad de comunicar las ideas, unida a la capacidad de experimentar sentimientos, haría al hombre único entre otras formas de vida.

Cada persona se relaciona con otras personas, a su vez, éstas lo hacen con otras y así de manera sucesiva, depositando en tales relaciones, parte de sus emociones, sentimientos y pensamientos, todos ellos reflejados en formas de actuar. Al respecto, Bowen (1998) afirma que ninguna relación de dos personas se puede mantener en aislado, ya que de esta manera se vuelve inestable y produce estrés en sus miembros. De ahí que cuando la tensión emocional de un sistema formado por dos personas supera sus posibilidades de soporte, “triangula” a una tercera persona. Para este autor, una relación de dos personas siempre se regula teniendo un tercer punto de referencia que permita que la tensión se desplace entre sus integrantes.

La triada es considerada como el elemento más básico de las relaciones humanas; sin embargo, esta forma de operar siempre trae consecuencias funcionales o disfuncionales para quienes se ven involucrados en el triángulo, ya que en periodos de aparente calma y quietud, dos miembros forman una alianza conductual placentera y bastante cómoda, en la que estas dos personas pueden llegar a ser muy cercanas, mientras que el tercero se envuelve en esta relación con una posición bastante incómoda, como si fuera un extraño o hiciera un *mal tercio* esperando en cada momento que las dos personas cómodas se rechacen mutuamente para poder tener un mejor lugar.

Dentro de la Teoría Boweniana el concepto más importante dada su descripción y explicación de la independencia que alcanza un individuo de su grupo de origen es el de “diferenciación” y fue pensado para incorporar la dialéctica entre la conexión y unión, la independencia o autonomía. Este término hace referencia al grado de independencia afectiva que una persona presenta de

su entorno familiar en el que se ha desarrollado; tiene su origen en las ciencias de corte biológico en donde es referido como el hecho de que, cuando el feto se encuentra en desarrollo, existen células que son indiferenciadas, o sea que no tienen una función específica, y con el desarrollo pueden formar parte de cualquier órgano. Cuando estas células se van diferenciando, forman parte de otros tejidos, al mismo tiempo que siguen formando parte del cuerpo. Según Kerr y Bowen (1988) hay muchas maneras, todas ellas aproximadas de acercarse al concepto de diferenciación.

En el caso de la Psicología, el término se puede entender si se toma en cuenta que cuando un niño llega a este mundo, lo hace de manera totalmente dependiente de su entorno inmediato, necesita que lo alimenten, que lo protejan dándole vivienda y ropa. Así permanece por algún tiempo mientras va creciendo, pero al pasar de los años, el niño en desarrollo adquiere independencia física y también afectiva, no tiene que dejar de ser parte de su familia pero teóricamente tampoco depende del soporte de ella.

La diferenciación del sí mismo significa para Bowen, la habilidad de una persona para separarse a sí mismo afectiva y físicamente de su familia de origen, así como de alcanzar una independencia sin perder la capacidad de conectarse afectivamente con otras personas (Charles, 2001).

El término de diferenciación ha sido utilizado en diferentes momentos, uno de ellos es cuando se habla de interacción familiar y de la distancia física, pero sobre todo afectiva, que existe entre los miembros de dicho grupo. Otro momento es en el que se hace referencia al sí mismo. De ahí surgen los términos de diferenciación de la familia y diferenciación del sí. El constructo de *diferenciación de la familia* hace referencia a las formas en que los individuos de este grupo se relacionan e interactúan en diferentes momentos. Al observar todos aquellos comportamientos presentes en la interacción familiar, se pueden entender los terrenos afectivos y cognitivos de los individuos que componen a este grupo social.

A mayor diferenciación que las personas tengan en una familia u otro grupo social, mayor será su cooperación, cuidado por el bienestar de otros y su contacto será más funcional durante periodos tanto de estrés como de calma. Por el contrario, en una familia pobremente diferenciada los miembros de ésta, presentan comportamientos que afectan directamente sus relaciones interpersonales cuya funcionalidad puede derivar en la obtención de atención, mantenimiento de la cercanía o evitación de ciertos eventos amenazantes tales como una discusión o la pérdida de la relación.

La *diferenciación del sí mismo* está definida como el grado en que una persona es capaz de equilibrar su funcionamiento afectivo e intelectual llevándolo a acciones que le posibiliten funcionar óptimamente en sus relaciones. Según Kerr y Bowen (1988), hay diferencias considerables en el grado de diferenciación que la gente alcanza de su grupo de origen. Estas diferencias están relacionadas por un lado con el equilibrio afectivo e intelectual que los padres alcanzaron cada uno de su propia familia y por el otro con las características de la persona en su manejo de relaciones con personas importantes.

De la misma manera, la diferenciación del Yo puede entenderse como característica de personalidad y como un proceso. Si se entiende como característica de personalidad, se tiene que la diferenciación puede usarse como un adjetivo calificativo que describe las habilidades de las personas. Por otro lado, la diferenciación como un proceso implica un aprendizaje que no se ve finiquitado, es incompleto puesto que siempre está en marcha, es dinámico, social y por añadidura complicado. En este proceso se aprende a mantener relaciones con personas significativas sin que ello represente coartar la relación con uno mismo. Asimismo, depende de las experiencias y aprendizajes de éstas dentro de las relaciones con otras personas significativas; así como del estrés percibido y de la capacidad de soportar la tensión.

Entendiendo la diferenciación como un proceso puede ser según Bowen (1998), intrapsíquica e interpersonal. La primera implica la habilidad de equilibrar en forma exitosa pensamientos y afectos y escoger entre ellos quién guiará la

acción que se realice. A su vez, la diferenciación interpersonal se refiere a las habilidades sociales de las que hace uso la persona para manejar sus relaciones con otras personas. Es muy importante aclarar que, aun cuando Bowen marcó una divergencia entre la diferenciación intrapsíquica y la diferenciación interpersonal, a la primera de ellas (o sea la intrapsíquica) sólo se le puede estudiar a través de la interpersonal puesto que es la que da cuenta de las acciones que hace la persona y que a su vez refleja sus sistemas afectivo e intelectual.

Las personas actúan de manera diferente en sus vidas diarias acorde con el nivel de diferenciación que manejen. Cada persona puede manejar en su vida diaria diferentes grados de diferenciación dependiendo de las circunstancias en las que se encuentre. Para estudiar esto, surgen constructos como nivel básico de diferenciación que hace referencia al grado de equilibrio afectivo e intelectual que una persona alcanza, es algo así como la autenticidad de la persona, eso que supuestamente es el individuo sin ningún tipo de máscara. Del otro lado, el nivel funcional de la diferenciación del sí mismo se explica a través de la diferenciación interpersonal, es decir, de las diferentes habilidades de afrontamiento que utiliza una persona dependiendo de con quién y en qué momento se encuentre.

Skowron y Friedlander (1998) y Vargas, Ibáñez y Armas (2009) consideraron apto y posible la operacionalización del constructo de diferenciación en un instrumento válido y confiable para ser aplicado. El inventario de Diferenciación da un perfil en buena medida detallado de la diferenciación de la persona. No se trata de clasificar o encasillar a las personas bajo una etiqueta de “diferenciado” o “indiferenciado”, sino que sirve como guía al psicólogo clínico para tomar decisiones dentro de la psicoterapia tomando en cuenta las características propias de la persona. Es una Escala tipo Likert, con 4 opciones de respuestas que son: “Muy de acuerdo”, “De acuerdo”, “En desacuerdo” y “Completamente en desacuerdo” El puntaje mínimo al contestar todo el instrumento es de 45 y el máximo de 180. Se plantean tres niveles de diferenciación que son, bajo, medio y alto.

Calidad de Red.

Como se ha dicho hasta ahora, el término de diferenciación sólo puede explicarse dentro de un contexto en el que una persona desarrolle vínculos con otras a su alrededor que le resulten significativas. De acuerdo con la Teoría de Bowen, los individuos funcionan y se definen a sí mismos no en la soledad, sino en el contexto de relaciones significativas con la familia, amigos y pareja (Skowron, 2004). Tomando esto en cuenta, Nava, Reyes y Vega (2001) proponen que la red social se puede entender como el total de los vínculos que establece un individuo a lo largo de su vida, a partir de la interacción con diferentes personas y en diversos contextos y a través de los cuales significa a otros en su medio social, teniendo así, un sentimiento psicológico de comunidad.

Cada red social se caracteriza por el apoyosocial que dan y reciben los miembros dentro de ella y se refiere a toda aquella ayuda tangible que provee la red social y que recibe una de las personas que se encuentran dentro de ella. El apoyo social puede ser:

- *Material*. Se traduce en dinero, pago de servicios, alojamiento, comida, ropa, entre otros.
- *Instrumental*. Se refiere al cuidado de personas, transporte, labores del hogar .
- *Afectivo*. se refiere a la expresión de afecto de una persona hacia otra y se traduce en acciones como la compañía, empatía, el reconocimiento y la escucha.
- *Informacional*. Este tipo de apoyo hace referencia al intercambio de experiencias, a la provisión de información y consejos, así como a la aprobación de la conducta o puntos de vista de la otra persona.

El apoyo social suele tener una influencia positiva sobre las personas y sobre todo en experiencias críticas que éstas vivencian. Los investigadores han sugerido que el apoyo de una red social reduce las consecuencias negativas de los acontecimientos estresantes que se producen en eventos difíciles. La

característica más distintiva del apoyo social es precisamente su capacidad para promover el bienestar psicológico y la salud (Vega, Martínez, Nava y Trujano, 2010).

Según Sluzki (1979) las redes sociales se pueden entender como un mapa que puede ser explicado de la siguiente manera:

1. *Familia.*
2. *Amistades.*
3. *Relaciones laborales o escolares.*
4. *Relaciones comunitarias o de servicios de asistencia social.*

Respecto a lo que calidad de red se refiere, ésta es entendida como la valoración subjetiva del apoyo percibido y recibido así como al grado de satisfacción con éste (Vega y González, 2009). Nava y Vega (2008) mencionan que el hecho de que las personas se sientan amadas y perciban la ayuda de quienes les rodean se relaciona con la satisfacción de vida, más que con el tamaño de red.

En la investigación de redes sociales, se ha podido detectar la carencia de instrumentos confiables y válidos, por lo que Nava, Reyes y Vega (2001) propusieron la Escala de Calidad de Red (ECAR) que evalúa este constructo en familiares, amigos y vecinos, concentrándose en la cohesión, comunicación, confianza, ayuda y respeto mutuo que las personas perciben acerca de sus relaciones con estas otras personas. La Escala es de tipo Likert y cuenta con 35 ítems, con 6 opciones de respuesta que son: "Muy de acuerdo", "De acuerdo", "Poco de acuerdo", "Poco en desacuerdo", "En desacuerdo" y "Muy en desacuerdo". El puntaje mínimo obtenido es de 35 y el máximo de 210.

MÉTODO.

Objetivo General.

Describir la relación que existe entre la diferenciación y la calidad de red a través de la aplicación del Inventario de Diferenciación (ID) y la Escala de Calidad de Red (ECAR).

Participantes.

200 jóvenes estudiantes (46 hombres y 154 mujeres) residentes del Estado de México y del Distrito Federal en un rango de edad de entre 13 y 30 años de edad. El 95% de los participantes tenían un nivel de estudios de licenciatura, 70% del total ocupa el primer y segundo lugar entre hermanos (36% el primero y 34% el segundo), el 24 % de quienes participaron ocupa la tercera y cuarta posición entre hermanos y el porcentaje restante (6%) abarca del quinto al octavo lugar entre ellos.

Instrumentos.

Escala de Calidad de Red (ECAR) con alfa de Cronbach de 0.863 confiabilizada por Nava, Reyes y Vega (2001) que evalúa calidad de red de familiares, amigos y vecinos, concentrándose en la cohesión, comunicación, confianza, ayuda y respeto mutuo que las personas perciben acerca de sus relaciones con estas otras personas. Consta de 35 ítems, con 6 opciones de respuesta que van desde muy de acuerdo, hasta muy en desacuerdo. Se divide en 3 subescalas: familia, amigos y convivencia con otros.

Inventario de Diferenciación (ID). Es un cuestionario de 45 ítems en una escala tipo Likert de 4 opciones de respuesta que van desde muy de acuerdo a completamente en desacuerdo. El instrumento cuenta con un alfa de Cronbach de 0.927 y evalúa el grado de diferenciación del individuo.

Procedimiento.

Revisada la literatura, se prosiguió a ubicar a la población que participaría en la investigación. Se les informó la finalidad del estudio, así como que los datos obtenidos serían estrictamente confidenciales y utilizados de manera estadística, por lo que se les solicitó contestar verazmente. Los dos instrumentos se entregaron al mismo tiempo a los participantes, quienes los respondieron en una sola entrega.

Posterior a la aplicación, se realizó el análisis estadístico pertinente mediante el paquete estadístico SPSS V. 19, que consistió en aplicar el coeficiente de correlación de Pearson con la finalidad de correlacionar el grado de diferenciación con la calidad de red.

RESULTADOS.

Una vez aplicado el Inventario de Diferenciación (Vargas, Ibáñez y Armas, 2009) así como la Escala de Calidad de Red (Nava, Reyes y Vega, 2001) se presentan los siguientes resultados obtenidos. De los 200 participantes en este estudio, el 77% corresponde al sexo femenino (153 mujeres) y el 24% al sexo masculino (47 hombres).

Si bien es cierto que el rango de edad de los 200 participantes oscilaba entre 13 y 30 años de edad, cabe destacar que la mayor parte de ellos (87%) se ubicaron en un rango de entre 18 y 20 años de edad. el 39% de los encuestados tenían, al momento de realizarse el estudio, 18 años. El 31% de ellos tenían 17 y el 17% de la población total contaba con 20 años de edad. El hecho de que el mayor porcentaje de los participantes se localizaran dentro del rango de estas edades se debe a que la mayor parte de los encuestados eran estudiantes universitarios.

Respecto al lugar ocupado entre los hermanos, el 35% de los participantes reportó ocupar el segundo lugar; el 31% el primer lugar y el 14% manifestó ocupar el tercer puesto. Los menores porcentajes de participantes se distribuyeron, en el cuarto puesto entre sus hermanos, seguidos por aquellos que reportaron ser hijos únicos. Finalmente se ubicaron los que se encuentran del quinto al octavo lugar.

Posterior a los análisis descriptivos de la población se realizó un análisis de confiabilidad, en el que los valores que se pueden obtener van de 0 a 1 y entre más cerca se encuentre el valor del alfa a éste último, mayor es la consistencia interna de los reactivos. Así, de los 45 ítems del Inventario de Diferenciación (Vargas, Ibáñez y Armas, 2009) se obtuvo un Alfa de Cronbach excelente ($\alpha=0.927$), lo cual indica que el instrumento posee una confiabilidad muy alta, todos los ítems del Inventario miden el atributo de interés teórico, que en este caso es el de diferenciación.

Como se puede apreciar en la siguiente figura, la mayoría de los participantes cuentan con un nivel de diferenciación medio, siendo éstos el 61% del total de la población y son seguidos por aquellos que poseen un nivel de diferenciación alto (36%). Sólo el 3% de todos los participantes cuentan con un nivel bajo de diferenciación.

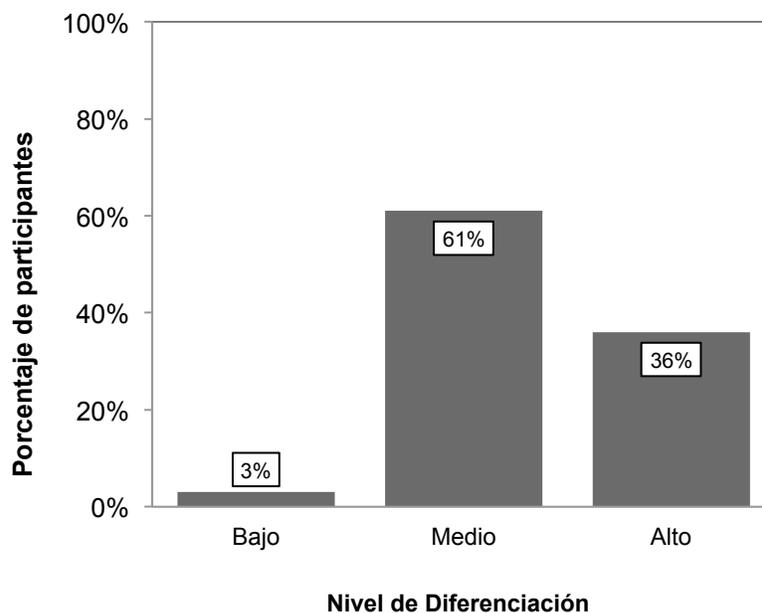


Figura 1. Porcentaje de participantes acorde a su nivel de diferenciación obtenido en el Inventario.

En cuanto a lo que calidad de red se refiere, los análisis muestran que la Escala propuesta por Nava, Reyes y Vega (2001) posee una confiabilidad menor que el Inventario de Diferenciación (Vargas, Ibáñez y Armas, 2009); sin embargo, dicha confiabilidad de la ECAR es buena por el valor del Alfa de Cronbach que alcanzó ($\alpha = 0.863$).

Respecto a la Calidad de Red presentada por los participantes de este estudio, la Figura muestra que el 50%, o sea la mitad de ellos presentan una calidad de red social baja; mientras que el 48% manifiesta, según los resultados de la Escala de Calidad de Red (Nava, Reyes y Vega, 2001), tener un nivel de calidad medio. Sólo el 2% de la población total tiene una calidad de red alta.

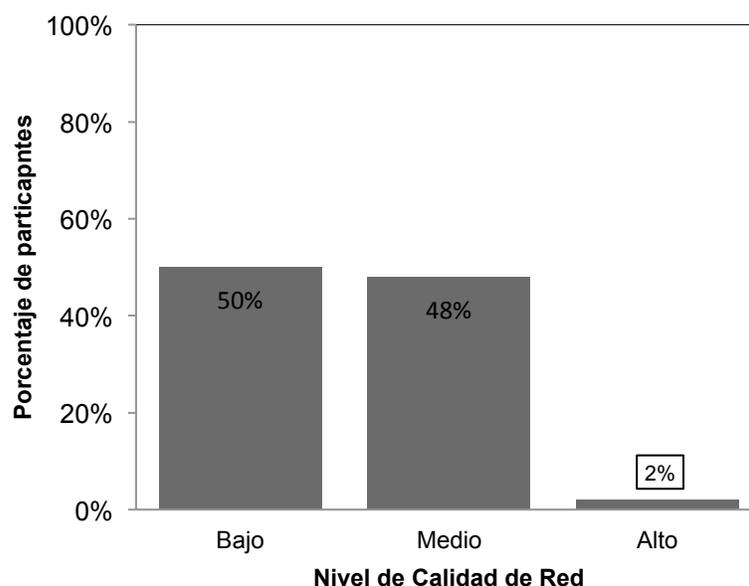


Figura 2. Porcentaje de participantes acorde a su nivel de Calidad de Red obtenido en la Escala.

Dado que el objetivo del presente estudio fue describir la relación existente entre la Diferenciación y la Calidad de Red a través de dos instrumentos, cabe señalar que a partir de los resultados obtenidos el Inventario de Diferenciación (Vargas, Ibáñez y Armas, 2009) está correlacionado de forma negativa con los resultados de la Escala de Calidad de Red (Nava, Reyes y Vega, 2001), lo que

significa que a mayor nivel de diferenciación, menor calidad de red ($r(200) = -0.145$; $p < 0.05$). La correlación encontrada se puede apreciar sobre todo, en la subescala de Calidad de Red de Amistad ($r(200) = -0.154$; $p < 0.05$).

La Escala de Calidad de Red posee una correlación positiva con sus tres subescalas: Calidad de Red Familiar ($r(200) = 0.848$; $p < 0.05$), Calidad de Red de Amigos ($r(200) = 0.798$; $p < 0.05$) y Calidad de Red de Vecinos ($r(200) = 0.736$; $p < 0.05$). Esto apunta a que la ECAR es un instrumento confiable puesto que sus subescalas están relacionadas entre ellas mismas. La subescala de Calidad de Red Familiar de la ECAR se correlaciona de forma positiva con la subescala de Calidad de Red de Amistad ($r(200) = 0.409$; $p < 0.05$) lo que puntualiza que a mayor calidad de red en la familia, mayor es la calidad en la red de amigos o viceversa. La correlación es mayor entre la subescala de Calidad de Red Familiar y la Calidad de Red Vecinal ($r(200) = 0.525$; $p < 0.05$).

Específicamente la subescala de Calidad de Red de Amigos se correlaciona con la subescala de vecinos ($r(200) = 0.469$; $p < 0.05$), lo que permite señalar que a medida que aumenta la calidad de red con las amistades, también lo hace la relación vecinal y viceversa. Estos resultados sugieren que las relaciones funcionales con los familiares son un fuerte indicador para establecer relaciones placenteras y de bienestar con otras redes sociales.

DISCUSIÓN.

A partir de los resultados obtenidos de los análisis se desprenden varios aspectos dignos de hacer mención. En primer término, el lugar ocupado entre los hermanos es un factor que influye en el nivel de diferenciación que presentan las personas. Según Kerr (2003), la diferenciación explica estos distintos modos de actuar de una persona según su lugar ocupado en la familia. En este caso, el 72% de los individuos que participaron en la investigación reportaron ocupar el primero y el segundo lugar entre sus hermanos. De igual manera la mayoría de los entrevistados resultaron mantenerse entre los niveles de diferenciación medios y altos, lo que podría suponer que las personas que se encuentran entre los

primeros lugares de sus hermanos tienden a vivir con mayores niveles de diferenciación que los hermanos más pequeños.

En todo caso, depende de la relación que se establezca entre los padres y los hermanos, así como del trato que a cada uno de éstos se le brinde. A mayor diferenciación que las personas tengan en una familia u otro grupo social, mayor será su cooperación, cuidado por el bienestar de otros y su contacto será más funcional durante periodos tanto de estrés como de calma.

Los análisis estadísticos referentes al Inventario de Diferenciación (Vargas, Ibáñez y Armas, 2009) arrojaron que este instrumento posee una confiabilidad excelente, que mide el atributo de interés teórico propuesto por Bowen. El Alfa de Cronbach encontrado ($\alpha = 0.927$) asume que los ítems miden el mismo constructo y que están altamente correlacionados. Echar mano de este instrumento posibilita una aproximación del grado de independencia emocional que la gente logra conseguir. Con el Inventario de Diferenciación (Vargas, Ibáñez y Armas, 2009), el psicólogo es capaz de operacionalizar de forma cuantitativa los supuestos de la diferenciación (Vargas, Ibáñez y Tamayo, 2013), obteniendo así, resultados estables y consistentes que fortalezcan su trabajo clínico.

La importancia teórica del Inventario de Diferenciación (Vargas, Ibáñez y Armas, 2009), reside en que coadyuva al clínico a entender la adaptabilidad de alguien a situaciones estresantes. El aspecto que mejor describe la diferencia entre las personas con distintos niveles de diferenciación es el grado de habilidad que tienen para distinguir entre los procesos afectivos y los intelectuales. Así, los resultados obtenidos muestran que sólo el 3% de la población total tiene características de una diferenciación baja, lo cual indica que son personas que generalmente viven en un mundo de sentimientos y las decisiones más importantes de sus vidas las toman basándose en impulsos de lo que se siente bien, considerando pocas veces al intelecto.

La mayoría de las personas que participaron en la investigación presentaron elementos de personas medianamente diferenciadas. Esto significa

que es muy probable que manejen un sistema cultural a partir del cual formulan sus creencias y opiniones; viven su vida de manera bastante funcional siempre y cuando mantengan relaciones intermitentes o a la distancia. Estas personas no suelen fusionarse con otras y suelen perseguir objetivos en sus vidas.

Finalmente, según los análisis de resultados, el 36% de los encuestados tienden a vivir como personas con un nivel alto de diferenciación. Esto sugiere que **son personas que casi no mantienen relaciones sociales con otros individuos**, siguen sus propios objetivos e ideales, esta es la razón por la cual, el Inventario de Diferenciación se correlaciona de manera negativa específicamente con la subescala de Calidad de Red de Amigos. Estas personas son aquellas que casi no se ven y raramente se encuentran entre encuentros sociales que requieran de convivencia. Estas personas que resultaron moverse entre niveles de diferenciación altos, siguen sus principios y logran los objetivos fijados por ellos; tienen muchas cualidades orientadas a sí mismos. Estas personas prefieren no expresar a otros sus problemáticas y frustraciones, dado que saben lidiar con ellas y resolverlas sin necesidad de compartirlas o requerir asesoramiento por parte de su red. Estos participantes en pocas ocasiones intercambian con sus familiares o amigos, actitudes emocionales positivas como la empatía, la comprensión o el afecto.

Aun cuando el apoyo afectivo sea el que tiene mayor relevancia en el fomento y mantenimiento de la salud, estas personas no lo perciben como elemento que definan a sus círculos sociales de apoyo. El “efecto de red”, o sea la sensación de dar y recibir, y de contar con otras personas que eventualmente podrían aportar ayuda en otro momento es muy bajo la población con estos niveles.

En cuanto a lo que red social se refiere, primeramente es necesario mencionar que la Escala de Calidad de Red (Nava, Reyes y Vega, 2001) posee al igual que el Inventario de Diferenciación (Vargas, Ibáñez y Armas, 2009) una confiabilidad alta ($\alpha = 0.863$) lo que indica, sin duda alguna, que es un inventario

que puede ser aplicado indeterminadas veces a los participantes y producirá los mismos resultados.

Las personas con un nivel de calidad de red social bajo mantienen poca disponibilidad o frecuencia con sus contactos, por lo que es muy probable que su percepción de apoyo social sea de igual manera muy bajo. Únicamente el 2% del total de participantes indicaron, según sus resultados, tener un nivel alto de red social, lo que apunta a que son personas que perciben y tienen la sensación de que se encuentran acompañados socialmente y pueden contar con alguien en momentos difíciles o cuando haya que tomar una decisión en sus vidas. Estas personas con nivel de calidad de red alto suelen definir y enfrentar los eventos problemáticos mediante el asesoramiento por parte de su red. De igual forma, tienen la posibilidad de conectarse con otras personas y redes que satisfagan sus necesidades.

Es altamente probable que este segmento de la población estudiada, presente cierta incapacidad de afrontar por sí mismos, aquellas situaciones estresantes, por eso la red social les es más necesaria, ya que les posibilita enfrentarse a estos eventos con menos dificultad y les brinda elementos de ayuda cognitiva y apoyo instrumental. Entre más diferenciada sea una persona, menor calidad de red poseerá y de manera viceversa, a mayor calidad de red social que presente una persona, es más probable que posea un nivel de diferenciación bajo. Esto puede entenderse si se toma en cuenta que en el momento en que una persona tiene mayores necesidades físicas, afectivas y materiales que cubrir, requiere más apoyo por parte de otras personas. Mientras que una persona que es capaz de valerse por sí misma acudirá a otros con mucha menor frecuencia.

Lo anterior se explica con las propias características del constructo de diferenciación propuesto por Bowen (1998). Este autor afirma que personas con alto grado de diferenciación pocas veces se encuentran inmersas en relaciones sociales puesto que no necesitan de otros para funcionar en su vida diaria ya que internalizan los eventos sociales sin necesidad de recurrir a otras personas. De igual forma, las personas diferenciadas no dependen afectivamente de sus seres

queridos, por lo que pareciera que mantienen un contacto menor con su red social pues tampoco necesitan de la compañía social para realizar sus actividades cotidianas.

Hay que recordar que las personas diferenciadas tienen la pericia para distinguir entre el afecto y el intelecto para actuar de la manera en que más les convenga, cabe indicar que en términos generales, no requieren de intercambios afectivos que los estimulen y les den seguridad para llevar a cabo su vida de manera normal. Y dado que personas con niveles altos de diferenciación poseen un bagaje cultural e informacional elevado es poco probable que requieran que su red social les brinde algún consejo o guía para enfrentar las problemáticas que se les presenten.

De manera contraria, las personas con niveles bajos de diferenciación, depositan en sus relaciones, la mayor parte de sus emociones, sentimientos y pensamientos, todos ellos reflejados en formas de actuar. Además suelen inmiscuirse en relaciones caracterizadas por el efecto de triangulación. En cuanto a la subescala de Calidad de Red Familiar, los resultados arrojaron que ésta se correlaciona con la subescalas de Calidad de Red con Amigos y con Vecinos, lo cual sugiere que si las personas obtienen el apoyo eficiente dentro de su familia y además son capaces de mantener una relación funcional con ésta, es muy probable que busquen, establezcan y mantengan relaciones igualmente placenteras con sus amigos y con sus vecinos o compañeros. Sucede lo mismo si se analiza de la forma contraria: personas que se mantienen al límite de las relaciones con sus familiares de igual forma es probable que presenten este modo de actuar con sus amigos y vecinos.

Así, las personas menos diferenciadas recurren con mayor frecuencia a su red social en momentos determinados en que se presente una problemática, en comparación con aquellas personas con mayor nivel de diferenciación lo que puede ser interpretado a que los primeros tienen mayor calidad de red social.

CONCLUSIONES.

A lo largo del presente trabajo, se ha investigado cómo el sistema familiar juega un papel importante en el desarrollo individual de cada uno de sus miembros, pues al cubrir ciertas necesidades les ofrece o no la oportunidad de convertirse en personas plenas o llenas de problemáticas.

Asimismo se ha explicado e insistido en la necesidad de ver las disfuncionalidades en la familia como pruebas de que algo en las relaciones que se ejercen dentro de ella está aconteciendo. Como diría el propio Bowen (1998), no se trata de discutir sobre las relaciones con la familia de origen, ni tampoco evocar terapéuticamente conflictos fantasmales sino entender al individuo en su capacidad para independizarse de su familia nuclear. Se intenta que el psicólogo clínico colabore con sus usuarios para que éstos puedan seguir adelante en las relaciones significativas porque es claro que no se puede tratar al individuo como si fuera un ser aislado.

Es necesario resaltar que todos los conceptos desarrollados por Murray Bowen pueden observarse y entenderse cuando se observa lo que las personas hacen y la manera en la que actúan. Contemplar esto, sin duda tiene un valor práctico para hacer el análisis de los casos que se presentan en el consultorio del psicólogo clínico. De igual manera, estudiar la calidad de red social es de valor para los profesionales de la salud en diferentes formas pues permite brindar una intervención mucho más precisa, entendiendo que cuando algún componente de la red social se altera, tienden a presentarse problemas de alteración psicológica.

Un objetivo básico para la terapia partiendo de una perspectiva Boweniana es coadyuvar en la disolución de un proceso de triangulación disfuncional permitiéndoles a los usuarios tomar consciencia de este proceso emocional. Se les anima a actuar conforme a sus pensamientos más que en seguir un instinto automático (Farmer y Geller, 2005). Bowen también propone que el psicólogo se convierta en un entrenador de la familia y del individuo, siendo directo, destriangulador y libre de la reactividad emocional con el fin de facilitar el proceso

de diferenciación de los miembros de una red social. Bowen propone que el terapeuta debe ser un colaborador activo en el restablecimiento del equilibrio funcional de cada persona y que esto no quede a nivel de ideas o propuestas, sino que se vea reflejado en la manera de actuar de los usuarios. Se trata de comprenderlos y trabajar con ellos para modificar sus pautas de interacción con otras personas es ayudar a los miembros de la familia a mejorar el nivel de diferenciación del sí mismo

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bowen, M. (1998). **De la familia al individuo. La diferenciación del sí mismo en el sistema familiar.** España: Paidós.
- Charles, R. (2001). Is there any empirical support Bowen's concepts of Differentiation of Self, Triangulation and Fusion? *The American Journal of Family Therapy*, 29, 279-292.
- Donati, P. (2003). **Manual de Sociología de la Familia.** España: EUNSA.
- Faber, A. J. (2004). Examining Remarried Couples Through a Bowenian Family Systems Lens. *Journal of Divorce & Remarriage*, 40 (3/4), 121-133.
- Farmer, C. y Geller, M. (2005). The Integration of Psychodrama With Bowen's Theories in Couples Therapy. *Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama & Sociometry*, 58 (2), 70-85.
- Gracia F. E. y Musitu, O. G. (2000). **Psicología social de la familia.** Barcelona: Paidós.
- Kerr, M. E. (2003). **La historia de una familia. Un libro elemental sobre la teoría de Bowen.** Washington: Centro de la Familia de Georgetown.
- Kerr, M. E. y Bowen, M. (1988). **Family Evaluation: An approach based on Bowen theory.** New York: Norton.
- Membrillo, L. A., Fernández, O. M., Quiroz, P.J. y Rodríguez, L. J. (2008). Familia. Introducción al estudio de sus elementos. México: Editores de Textos Mexicanos
- Minuchin, S. (1984). Técnicas en terapia familiar. Barcelona: Paidós.
- Nava, Q. C. y Vega, V.C.Z. (2008). Dinámica de red social y alteración psicológica en adolescentes con ausencia de familia de origen. *Revista Diversitas-Perspectivas en Psicología*, 4 (2), 417-425.
- Nava, Q. C. y Vega, V.C.Z. (2008). Dinámica de red social y alteración psicológica en adolescentes con ausencia de familia de origen. *Revista Diversitas-Perspectivas en Psicología*, 4 (2), 417-425.
- Nava, Q. C., Reyes, L. I. y Vega, V.Z. (2001). Estructura y calidad de red social en tres muestras familiares: adolescentes adultos, jóvenes y maduros. *Revista de Psicología Social y Personalidad*, 17 (1), 17- 34.

- Rincón, L. (2010). ***Una familia suficientemente buena***. Buenos Aires: Editorial Polemos.
- Skowron E.A. y Friedlander M.L. (1998). The Differentiation of Self-Inventory: Development and Initial Evaluation. *Journal of Counseling Psychology*, 45 (3), 235-246.
- Skowron, E. A. (2004). Differentiation of Self, Personal Adjustment, Problem Solving, and Ethnic Group Belonging Among Persons of Color. *Journal of Counseling & Development*, 82, 447-456.
- Sluzki, C. (1998). *La red social: Frontera de la práctica sistémica*. Barcelona: Gidesa.
- Vargas, F. J. e Ibáñez, R. E. (2003). Análisis y Reflexiones sobre la transmisión intergeneracional. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 6 (1).
- Vargas, F. J., Ibáñez, R. E. y Tamayo, H. C. (2013). Inventario de Diferenciación: Réplica del instrumento de Skowron y Friedlander. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 16 (2), 558- 591.
- Vargas, F.J. e Ibañez, R.J. (2008). La diferenciación como un modelo para el análisis de las relaciones de pareja. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 11 (1), 102-115.
- Vargas, F.J., Ibáñez, R. E. y Armas, S. P. (2009). Desarrollo de un instrumento de evaluación para el concepto de diferenciación. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 12 (1), 106-116.
- Vega, A. O. y González, E.D. (2009). Apoyo social: elemento clave en el afrontamiento de la enfermedad crónica. *Revista Electrónica Cuatrimestral de Enfermería*, 16, 1-11.
- Vega, V. C.Z., Martínez, T.L., Nava, Q.C. y Trujano, S.R. (2010). Calidad de red como variable moduladora de depresión en adolescentes estudiantes de nivel medio. *Liberabit*, 16 (1), 105-112.