



DESCRIPCIÓN Y ANÁLISIS DEL CONCEPTO DE DIFERENCIACIÓN

Edilberta Joselina Ibáñez Reyes¹, Xóchitl Verónica Guzmán Mercado² y José de
Jesús Vargas Flores³

Facultad de Estudios Profesionales Iztacala
Universidad Nacional Autónoma de México

Resumen

El objetivo del presente estudio es hacer una aplicación más amplia del Instrumento para la Evaluación de la Diferenciación (Vargas, Ibáñez y Armas, 2009) para describir en forma más precisa y extensa las características estadísticas del instrumento. Se lleva a cabo una revisión conceptual sobre el constructo de diferenciación. El análisis factorial indica que es un instrumento monofactorial; asimismo, el instrumento se comporta en forma normal de acuerdo a la distribución de su frecuencia. Todo esto confirma la posibilidad de la operacionalización del constructo de diferenciación y la elaboración de un instrumento válido y confiable que pueda ser aplicado.

Palabras Clave: Diferenciación, Definición de la Diferenciación, Familia, Evaluación.

Summary.

The main objective of this work is to do a wider application of the Instrument for the Differentiation Evaluation (Vargas, Ibáñez and Armas, 2009) to describe in a more precise and extended way the statistical characteristics of the instrument. It takes place on a conceptual revision about differentiation construct. The factorial analysis shows that it is an instrument monofactorial; also, the instrument behaves in a normal

¹ Profesora de Carrera del área de Psicología Experimental Animal. Correo electrónico: jibanes@campus.iztacala.unam.mx

² Psicóloga egresada de la FES Iztacala. Correo electrónico xguzmanster@gmail.com

³ Profesor Titular del Área de Psicología Clínica. Correo electrónico: jjvf@servidor.unam.mx

ware according to its frequency distribution. All of this confirms the operation possibilities of the differentiation construct and the elaboration of a valid and reliable instrument that can be applied.

Key words: Differentiation, Differentiation definition, family, evaluation.

Dentro del desarrollo normal del individuo, se encuentra la diferenciación que éste hace de su familia. Es decir, que el niño, siendo el cachorro más dependiente de la naturaleza, dicha dependencia es tanto de tipo físico como emocional. Casi todos los psicólogos están de acuerdo en que el niño no sólo necesita de cuidados de tipo físico, sino también de tipo emocional (Dewey, 1972). Si no se desarrolla un vínculo emocional entre el niño y el cuidador, entonces la catástrofe vendría y el niño moriría. Este cuidado emocional, en el caso de nuestra sociedad se da de forma completamente natural en la relación entre la madre y el hijo. Existe una pulsión de parte de la madre en especial y de toda la familia en general de generar un vínculo emocional con un niño recién nacido. Pero los seres humanos somos muy complejos y este vínculo que se desarrolla en forma natural no es el mismo siempre.

La diferenciación se define como el balanceo que el sujeto lleva a cabo en sus relaciones íntimas. Este concepto implica básicamente que el individuo puede distinguir entre sus emociones y sus pensamientos, además de comportarse más como persona que como parte del grupo familiar.

De acuerdo a la teoría de Bowen (1978), la diferenciación exitosa toma lugar con la habilidad de uno de balancear tanto las dimensiones interpersonales como intrapsíquicas del yo. El constructo enfatiza la habilidad de afrontar en forma adaptativa el estrés y la ansiedad. A mayor nivel de diferenciación, más recursos psicológicos se tienen disponibles para afrontar las situaciones que producen ansiedad. A mayor diferenciación, mejor es el nivel de ajuste psicológico. En suma, la diferenciación se refiere a la habilidad que se tiene de experimentar tanto intimidad como independencia de los demás.

A nivel cognoscitivo, la diferenciación del yo incluye la habilidad para separar en forma exitosa los sentimientos de los pensamientos y escoger entre ellos quién nos guiará, si el intelecto o la emoción.

Bowen (1978) propone el término diferenciación para describir la relación emocional que el individuo establece con sus íntimos. Es decir, la relación que se establece con la madre, el padre, los hermanos, los amigos, la pareja y los hijos. Con cada uno de ellos se van formando relaciones de diferentes tipos de acuerdo a la forma particular que tiene el sujeto de responder al medio y al aprendizaje que recibe del mismo. La teoría de Bowen es de corte intergeneracional dado que el grado de diferenciación va fluyendo de una generación a la siguiente y el individuo lleva, de manera profunda, internalizados los conflictos, problemas, formas de ver la vida, soluciones que han pertenecido a sus padres y a generaciones pasadas y que le pertenecen. Dentro de esta interacción entre el sujeto y la familia, se construyen las raíces de la identidad a través de un proceso intergeneracional que involucra a los genes, la cultura y las emociones. El constructo que Bowen propone a partir de esta interacción constante entre el individuo y la familia es la diferenciación. Durante este proceso constante, las diferentes familias toleran grados diferenciales de cercanía-lejanía. De esta forma, el sujeto va creciendo, desarrollándose dentro de estos límites establecidos tanto por la familia como por el sujeto mismo. Cuando los límites de la relación cercanía-lejanía son amplios y la familia puede ser tolerante a dichos cambios, entonces el resultado es un sujeto diferenciado. Cuando los límites son estrechos, el resultado es una persona con un grado bajo de diferenciación.

Este concepto se ha desarrollado teóricamente a partir del trabajo de Bowen en su teoría familiar, la cual plantea el transcurso de la familia como una red multigeneracional de relaciones, que moldea el inter-juego entre dos fuerzas que se contraponen, pero que al mismo tiempo se contrabalancean: la fuerza de la individualidad y la de la unión. La fuerza de la individualidad hace que el sujeto tienda a establecer sus propias metas, objetivos, forma de pensar. Esto permite a la persona crear y establecer su propia forma de analizar y reaccionar ante las situaciones que le plantea la vida. Por otro lado, la fuerza de la unión hace que el sujeto se una en metas, objetivos y forma de pensar a la del grupo, en este caso, la familia, la cual es la rectora, promotora y reguladora de todas estas actividades dentro del grupo en su conjunto. La fuerza de la unión permite la lucha por la

sobreviviencia del grupo, mientras que la fuerza de la individualidad establece la lucha personal del sujeto, independientemente de los demás.

Haciendo un poco de historia sobre el constructo denominado diferenciación, éste se encuentra íntimamente involucrado con otro muy importante dentro de la teoría psicológica. Es decir, que a veces las personas especializadas llegan a confundir la individuación con la diferenciación, cuando son dos conceptos diferentes. Los dos términos se han utilizado para referirse tanto los procesos individuales como a nivel familiar, así como a la interacción recíproca entre el desarrollo del individuo y el sistema familiar. Es interesante observar que tanto las variables individuales que describen los grados de individuación, como las variables a nivel familiar que describen a nivel sistémico la diferenciación, nos permiten entender la separación del individuo de la familia y al desarrollar una identidad única.

Desde el punto de vista psicoanalítico, la individuación se da en un sujeto cuando el conflicto de Edipo se ha renovado en la adolescencia y proporciona los medios a través de los cuales se llega a estar cada vez menos identificado con lo que los padres introyectan y consecuentemente se está más interesado en los amigos, parejas y personas extra-familiares. Los teóricos de las relaciones objetales también visualizan el proceso de separación psicológica como un proceso intrapsíquico y se representa como la renuncia a las representaciones objetales parentales, o en la búsqueda de la independencia y como el sentido único de la identidad. Mahler (1975) fue el primero en conceptualizar el término de "individuación" en su modelo desarrollacional de la separación e individuación. Conceptualizó la individuación como lo que ocurría en el niño, además de que asignó etapas conforme el infante se movía de la simbiosis (la dependencia psicológica y física hacia la madre) hacia la individuación (el movimiento físico alejándose de la madre y la separación psicológica desde la representación introyectada del objeto de la figura de la madre) y de esta forma, distanciándose de la familia de origen. Este concepto, si bien es parecido en algunos aspectos con el concepto de diferenciación de Bowen, no es exacto, ya que éste último tiene otros aspectos diferentes.

Por otro lado, Erikson también plantea una serie de pasos hacia la separación en su teoría del desarrollo. Ésta teoría plantea el desarrollo del ego la cual busca el adolescente en la búsqueda de su identidad, en la cual se inicia una re-evaluación psicológica interna de las identificaciones infantiles y un distanciamiento de la familia de origen. Luego entonces, la individuación se ha conceptualizado desde diferentes teorías como la separación que el sujeto hace de su familia de origen, el desarrollo y crecimiento de la identidad personal, pero sin entrar en conflicto con la familia (Erikson, 1980).

Anderson y Sabatelli (1990) sugieren un sistema conceptual que desenreda y define más claramente la individuación y la diferenciación como conceptos diferentes, pero interrelacionados. La individuación la definen como un proceso individual de desarrollo que implica forjar un sentido único del yo y de la autonomía dentro del contexto relacional de la familia. Mientras que la diferenciación se define como una variable a nivel de sistemas familiar que describe los patrones de la regulación de la distancia entre los miembros de la familia. Específicamente, se piensa que la cantidad apropiada de distancia interpersonal entre cada uno de los miembros de la diada familiar alienta tanto la intimidad como la individualidad. Un sistema familiar bien diferenciado, alentaría, entonces, una individuación apropiada a la edad en sus miembros. Mientras que un sistema familiar pobremente diferenciado, impedirá o retrasará la individuación de sus miembros.

Frecuentemente el concepto de diferenciación de Bowen se ha interpretado mal en la literatura y lo igualan con la individuación o con la autonomía. Si bien estos conceptos se encuentran interrelacionados, la separación-individuación no es equivalente a la diferenciación. La teoría de Bowen es una de las pocas teorías que son comprensivas en la explicación de la conducta humana y el desarrollo psicológico que, en su análisis final, incorporó a la definición de la diferenciación, factores que incluían tanto aspectos intrapsíquicos como interpersonales al explicar el nivel de diferenciación, se tiene que tomar en cuenta al individuo como un miembro del sistema familiar. A nivel intrapsíquico, la diferenciación auto-refiere a la habilidad de distinguir entre pensamientos y emociones y escoger quién va a

controlar el comportamiento. Mientras que a nivel interpersonal, la diferenciación se refiere a la habilidad de experimentar intimidad con independencia en la relación con los demás. Esencialmente, la diferenciación del yo se define como la capacidad de mantener un pensamiento autónomo y conseguir un sentido del yo claro, coherente en el contexto de las relaciones emocionales con las personas emocionalmente importantes de la persona.

Bowen (1978) describió a la diferenciación como un constructo global y de largo alcance que es aplicable a todos los individuos y, aunque describió tanto los aspectos interpersonales como intrapsíquicos de la diferenciación, una lectura estricta de Bowen indica que su esencia se encuentra más bien en los componentes intrapsíquicos que en los interpersonales (Karasick, 2004). Entendiendo la diferenciación en su aspecto intrapsíquico, puede a final de cuentas tener más poder predictivo al entender completamente el papel de la diferenciación dentro del funcionamiento y desarrollo familiar.

Medición de la Diferenciación

En primer lugar tenemos a Skowron y Friedlander (1998), quienes crearon un instrumento de auto-reporte denominado "Inventario de Diferenciación del Yo (DSI por sus siglas en inglés)". El Inventario de Diferenciación del Yo es una escala que involucra varios aspectos de la diferenciación de las personas (principalmente en adultos de 25 años en adelante), principalmente su relación con su familia de origen o relaciones actuales. Para realizar esta investigación los autores la dividieron en tres estudios en los cuales participaron 609 adultos en total.

En el primer estudio se comenzó a realizar la escala de diferenciación del Yo. El objetivo de este estudio fue realizar la escala de diferenciación del Yo, con definiciones, descripciones y ejemplos propuestos por Bowen y sus sucesores; con esto generaron reactivos para ejemplificar la diferenciación del yo. Estos reactivos reflejaban: a) la capacidad de distinguir y equilibrar pensamientos y sentimientos; y b) la capacidad de intimar con autonomía en las relaciones con sus seres queridos o conocidos. En este estudio participaron 313 personas, los cuales resolvieron la escala de diferenciación del Yo compuesto de 96 reactivos. En estos

reactivos lograron distinguir cuatro factores: 1) reactividad emocional (12 reactivos); 2) posición del Yo (10 reactivos); 3) desconexión emocional (13 reactivos); y 4) fusión con otros (9 reactivos). Resultando 44 reactivos.

Ya obtenidos los 44 reactivos y las 4 subescalas, se realizó el segundo estudio. El propósito fue revisar el enfoque teórico y el contenido de los reactivos de la escala de diferenciación del Yo original por la considerable cantidad de varianza no contada en el análisis anterior. Se juntaron los reactivos anteriores con otros que se crearon, resultando 78 reactivos seleccionados para cada subescala (reactividad emocional, posición del Yo, desconexión emocional y fusión con otros). En este estudio participaron 169 adultos.

Con este estudio se obtuvo una escala de diferenciación del Yo de 43 reactivos, ya que 35 reactivos fueron eliminados debido al bajo nivel de correlación que se obtuvo. El contenido de estos 43 reactivos guió la decisión acerca de modificar o mantener el nombre o definición de cada subescala. Éstos contenían las 4 subescalas: 11 reactivos de reactividad emocional, la cual, refleja el grado en que una persona responde ante estímulos ambientales, si responde emocionalmente, si no es firme en sus emociones y si es muy sensible a estímulos afectivos o emocionales. La subescala de posición del Yo contiene 11 reactivos que reflejan una clara definición de sentido de sí mismo y la capacidad de incorporarse a sus convicciones aún estando presionados a hacer otra cosa. La subescala, desconexión emocional, contiene 12 reactivos y refleja sentimientos de amenaza por la excesiva sensación de intimidad y vulnerabilidad en las relaciones con los demás. Estos reactivos reflejan los temores y la conducta de defensa como sobrefuncionamiento, distanciamiento o negación. Finalmente la subescala de fusión con otros contiene 9 reactivos que reflejan el involucramiento con otros, incluyendo la triangulación y la identificación con los padres.

Después de la revisión de las subescalas en el segundo estudio y de resultar 43 reactivos en la escala de diferenciación del Yo, se realizó el tercer estudio, el cual pretendía evaluar la estructura del factor de la escala de diferenciación del Yo utilizando un análisis de factor confirmatorio y para poner a prueba la teoría

predictiva de las relaciones entre la diferenciación del Yo, síntomas psicológicos y satisfacción marital. En este estudio participaron 127 adultos.

Las hipótesis de esta investigación fueron que la relación inversa significativa entre la sintomatología y las subescalas de la escala de diferenciación del Yo que apoyaría lo asumido por Bowen (1989), que la alta diferenciación individual está menos propensa a síntomas y generalmente se ajusta mejor. Y que las relaciones son significativamente positivas entre la satisfacción marital y las subescalas de la escala de diferenciación del Yo que apoyaría lo propuesto Bowen (1989), acerca de que altos niveles de diferenciación establece matrimonios más satisfactorios y duraderos.

Como resultado de esta investigación, se obtuvo que la diferenciación del Yo, estimado por las subescalas de la escala de diferenciación del Yo, se correlacionaron significativamente con la cantidad y la intensidad de los síntomas de distress. Los únicos predictores del desajuste global fueron reactividad emocional y desconexión emocional, cuyos reactivos reflejan dificultades en el manejo de afecciones. Estos resultados, tomados en conjunto, sugieren el apoyo a Bowen (1989) de que la diferenciación del Yo es un importante aspecto del bienestar psicológico.

Las 4 subescalas presentan gran relación con la satisfacción marital. Pues como afirma Bowen (1989), el grado de diferenciación de los cónyuges tiene una fuerte relación con la satisfacción marital. Un cónyuge poco diferenciado reacciona de manera reactiva y se desconecta emocionalmente ante situaciones estresantes, lo cual genera baja satisfacción marital, debido a los problemas que acarrea dichas reacciones. Por ejemplo, un hombre es muy celoso con su esposa, estos celos extremos son debido a la baja diferenciación que él tiene; y esto ocasiona que cada que la esposa recibe una llamada, él contesta e interroga a la persona que llama. En caso de ser un hombre quien busca a su esposa, él reacciona de manera reactiva y la golpea o la violenta psicológicamente; con esto, la esposa se siente incómoda con la relación y no está a gusto, al igual que el esposo, pues todo el tiempo la esta celando.

También se encontró que, en la subescala de posición del Yo, no existe relación entre sexo y edad, esto es, los adultos más jóvenes son tan capaces como los adultos mayores de comportarse de manera autónoma. Los resultados de estos estudios, también revelaron que las mujeres informaron de forma significativa una mayor reactividad emocional que los hombres; y en la subescala de corte emocional no se encontraron diferencias entre géneros.

En estos tres estudios las puntuaciones obtenidas del Inventario de Diferenciación del Yo reflejaron poca reactividad emocional, desconexión y fusión con otros y una gran habilidad de tomar su propia posición del Yo; esto predijo poca ansiedad crónica, un mejor ajuste psicológico y una gran satisfacción matrimonial. Otros consistentes resultados son discutidos a lo largo de la potencial contribución del inventario de Diferenciación del Yo para probar la teoría de Bowen (1989), como herramienta clínica y como indicador del resultado de la psicoterapia.

Otro estudio realizado por Skowron, Holmes y Sabatelli (2003) en donde trataron, en particular, la escala de diferenciación del Yo fue un estudio implícito que examinó las similitudes entre el Cuestionario de Autoridad Personal en el Sistema Familiar (PAFS; Bray, Williamson y Malone, 1984) y el Inventario de Diferenciación del Yo (DSI; Skowron y Friedlander, 1998). En esta investigación participaron 221 adultos (87 hombres y 134 mujeres) y el rango de edad fue de 51 años. Los participantes contestaron los cuestionarios: Cuestionario de Autoridad Personal en el Sistema Familiar (PAFS), la escala de diferenciación del Yo (DSI) y el Índice de Satisfacción de Vida (LSI; McCrae y Costa, 1991), el cual mide el bienestar psicológico de las personas. Éstos fueron enviados por correo.

Al generalizar el factor de la diferencia de cuadrados, produjo dos factores relacionados: la regulación del Yo y el relacionarse independientemente, contabilizado en un 60% de varianza entre ambos. La mayor regulación del Yo (definida en la escala de diferenciación del Yo, como la habilidad de tomar la posición del Yo y de reaccionar de manera racional y no reactiva) se vio marcada por una gran autoridad personal, intimidad intergeneracional, poca fusión intergeneracional (en el Cuestionario de Autoridad Personal en el Sistema

Familiar) y menos desconexión emocional (en el inventario de Diferenciación) y se presentó en ambos, hombres y mujeres.

Por otra parte, mayores niveles de diferenciación medidos por el Inventario de Diferenciación del Yo y los resultados del Cuestionario de Autoridad Personal en el Sistema Familiar se asociaron con un mayor bienestar psicológico en hombres y mujeres. Estas dos dimensiones fueron moderadamente relacionadas entre sí, tanto la regulación del Yo y la relativa interdependencia, mostraron relaciones significativas con el bienestar psicológico de las mujeres y los hombres. Estos resultados sugieren que la disminución de la reactividad emocional y la capacidad para desarrollar un claro sentido del Yo, son el centro del auto-reporte en las personas para la regulación de problemas, como son los elementos relacionales de la diferenciación. Es decir, la capacidad para lograr tanto la intimidad y la autonomía en las relaciones importantes. Además, los hombres más viejos de la muestra reportaron mayor salud emocional que sus jóvenes homólogos. Igualmente para las mujeres, la relación de la auto-regulación y la mayor interdependencia, también representó mayor bienestar psicológico, sin embargo, no surgieron diferencias de edad entre las mujeres de la muestra.

Otro estudio que tomó el Inventario de Diferenciación del Yo como referencia para su investigación es el realizado por Murdock y Gore (2004) en donde indican que la diferenciación del Yo de la familia de origen es un factor importante en el funcionamiento psicológico y apoyan lo propuesto por Bowen (1989), quien afirmó que la diferenciación del Yo modera los efectos del estrés; niveles altos de estrés generan mayor impacto en individuos poco diferenciados comparado con los individuos más diferenciados. Ellos justificaron esta hipótesis y determinaron las relaciones entre la tensión, resistencia, diferenciación del Yo y disfunciones.

En este estudio participaron 119 estudiantes (78 mujeres y 41 hombres); los cuales contestaron un paquete de cuestionarios que se les dio, el cual incluía: el Inventario de Diferenciación del Yo (DSI; Skowron y Friedlander, 1998), la Escala de Estrés Percibido (PSS; Cohen, Kamarck, y Mermelstein, 1983), el Inventario de Estilos de Afrontamiento Centrados al Problema (PFSOC; Heppner, Cook, Wright, y Johnson, 1995), el cual fue utilizado para acceder a las habilidades de

resistencia, el Índice Global de Severidad (BSI, Derogatis, 1993) y una prueba demográfica. Los resultados apoyaron las predicciones de Bowen (1989); que el estrés, la diferenciación del Yo, los estilos de afrontamiento y la disfunción psicológica estaban relacionados de manera predecible. El estrés percibido, la diferenciación del Yo y su interacción fueron predictores significativos de los trastornos psicológicos. Además, se encontró que los estilos de afrontamiento se relacionan con el distress y el uso de diversas estrategias de afrontamiento se relacionó con la diferenciación del Yo; utilizando respuestas reactivas y represivas para hacer frente a los problemas.

La diferenciación del Yo de la familia de origen resultó ser inversamente proporcional al distress psicológico (tomando en cuenta que el distress es el estrés negativo que tienen las personas); las personas altamente diferenciadas presentan menos síntomas psicológicos que las personas poco diferenciadas.

La interacción de la diferenciación y del estrés, predijo varianza en el funcionamiento más allá de lo que se consideró por estilos de resistencia, sugiriendo esto que aunque la resistencia y la diferenciación están relacionadas, no son sinónimos.

Un estudio, realizado por Shursen (2006), examinó el nivel de diferenciación del Yo y la capacidad de intimar en agresores sexuales y sus parejas. Participaron 52 adultos (26 agresores sexuales y sus parejas). Se les aplicaron tres instrumentos: el Inventario de Diferenciación del Yo (Skowron y Friedlander, 1998), el Cuestionario de Autoridad Personal en el Sistema Familiar (Bray, Williamson y Malone, 1984) y el Inventario de Evaluación Personal en Relaciones Íntimas (Schaefer y Olsen, 1981).

El Cuestionario de Autoridad Personal en el Sistema Familiar, está diseñado para evaluar el proceso familiar y se basa en aspectos de la actual teoría familiar intergeneracional. La autoridad personal en un sistema familiar es la habilidad para dirigir los propios pensamientos, expresar estos pensamientos a pesar de las presiones sociales, es tomar juicios personales y usar estos juicios en las acciones, es tomar responsabilidad de nuestro propio Yo y recibir o tener intimidad

con límites claros de sí mismo y para relacionarse con todos los demás como iguales.

El Cuestionario de Autoridad Personal en el Sistema Familiar, es visto como un continuo, en el cual se encuentra la autoridad personal en un extremo y la intimidad intergeneracional en otro. Implica la integración de los patrones de conducta característicos y la diferenciación del Yo, definidos por Bowen (1989). Este inventario consta de ocho escalas: Fusión e individualidad conyugal (es el grado en que una persona opera de manera fusionada o individual en sus relaciones con los otros, ya sea su cónyuge u otras relaciones significativas); fusión e individualidad intergeneracional (el grado en que una persona opera de manera fusionada o individual con sus padres); Intimidad conyugal (evalúa la satisfacción o insatisfacción reportada y el grado de intimidad con el cónyuge); intimidad intergeneracional (evalúa la satisfacción o insatisfacción reportada y el grado de intimidad con los padres); triangulación en el núcleo familiar (mide la triangulación entre los cónyuges con sus hijos); triangulación intergeneracional (mide la triangulación de una persona con sus padres); intimidación intergeneracional (El grado de intimidación personal experimentada por un individuo con sus padres; es decir, qué tanto te sientes amenazado por tus padres); y autoridad personal (refleja temas de conversación que requiere una íntima interacción con los padres, pero manteniendo una respuesta individual).

El inventario de diferenciación del Yo, el cual ya se explicó en el artículo de Skowron y Friedlander (1998). El Inventario de Evaluación Personal en Relaciones Íntimas fue diseñado para medir la experiencia de intimidad individual y determinar las ideas o expectativas individuales en el grado de intimidad. Este inventario está dividido en cinco escalas: Intimidad social, intimidad sexual, intimidad intelectual, intimidad recreativa e intimidad emocional.

Al comparar la puntuación de la media de los agresores y de sus parejas se apoyó la teoría de Bowen (1989), ya que no hubo diferencias significativas en el nivel de diferenciación de los agresores sexuales y de sus parejas en el Inventario de Diferenciación, esto es, que los individuos eligen a sus parejas con su mismo nivel de diferenciación.

En la subescala de reactividad emocional del Inventario de Diferenciación del Yo no se encontraron diferencias significativas entre los agresores sexuales y sus parejas. Esto es, que sus parejas tienen el mismo grado de habilidad para mantener la calma o exhibir demasiada ansiedad ante los otros. Al igual en las otras tres subescalas no presentaron diferencias significativas.

En la subescala de intimidad conyugal del Cuestionario de Autoridad Personal en el Sistema Familiar, si se encontraron diferencias significativas y en las demás subescalas del cuestionario, no. En todas las puntuaciones totales no tuvieron diferencias significativas. Esto es, que tienen el mismo grado de diferenciación los agresores sexuales y sus parejas.

La comparación de las puntuaciones normales de la media establecidas en las muestras no clínicas por el Inventario de Diferenciación del Yo y el Cuestionario de Autoridad Personal en el Sistema Familiar y las puntuaciones del agresor y su pareja producen resultados inesperados. El investigador esperaba encontrar niveles de diferenciación más bajos en los agresores y sus parejas que lo que establece la norma. Los niveles fueron consistentemente altos.

Johnson y Michael (1998), compararon e integraron el límite continuo de Minuchin (1974) y la Escala de Diferenciación del Yo de Bowen (1989). El límite continuo de Minuchin (1974), proporciona un marco de referencia para entender el proceso de proximidad y distancia en las relaciones; éste, representa en una gráfica la salud en las relaciones, en el centro se encuentra el equilibrio o salud, en un extremo se encuentra el apresamiento o fusión y en el otro extremo el desenganchamiento o desconexión emocional. Y la escala de diferenciación destaca las diferencias en la salud emocional, tal como la habilidad de separar y equilibrar pensamientos y sentimientos, y esto se asocia con las variaciones existentes en el nivel de diferenciación de las personas. Al igual del equilibrio que debe haber en las personas, para llevar una vida saludable, el equilibrio entre no fusión y no desconexión emocional.

Ambas representan la afiliación/diferenciación en medio de una curva. Al igual ambos afirman que las personas con altos niveles de diferenciación se describen como las personas que han alcanzado el medio o límite emocional

adecuados en sus relaciones, que las personas pobremente diferenciadas se representan como rígidas o con límites difusos en sus relaciones.

Ambos, consideran al corte emocional como un proceso caracterizado por la reacción de separación y se le atribuye los niveles de diferenciación más bajos. Del mismo modo, la fusión en las relaciones se caracteriza por apresamiento o enganchamiento con los demás y también se le atribuye la falta de diferenciación.

El origen de la fusión/enganchamiento y corte emocional/separación es aún más marcado con una gráfica curvilínea. Cada extremo del continuo se basa en los bajos niveles de diferenciación. En ambos extremos, las consecuencias del bajo nivel de diferenciación son evidentes, esto es, caracterizado por relaciones inestables y por límites inapropiados. De igual manera, los individuos con altos niveles de diferenciación tienen relaciones con claros y apropiados límites.

En conclusión, estas investigaciones nos muestran la relación que hay entre diferenciación del Yo y la habilidad de tomar las propias decisiones sin requerir de los consejos de los demás, al igual, que las personas con alto nivel de diferenciación saben separar los pensamientos de las emociones y no actúa de manera impulsiva y con esto sus relaciones con las personas que los rodean son estables y duraderas.

El nivel de diferenciación en las personas también está muy relacionado con las sintomatologías físicas y psicológicas y con el bienestar psicológico, esto es, que las personas altamente diferenciadas presentan menos sintomatologías mayor bienestar psicológico que las personas poco diferenciadas.

Cuando los seres humanos eligen pareja, el nivel de diferenciación es un factor importante como el estudio de Shursen (2006) lo muestra. Una persona poco diferenciada va a buscar a una persona con el mismo nivel de diferenciación o menor pero no mayor. Por ejemplo un hombre poco diferenciado no puede llevar una relación con una mujer más diferenciada que él, ya que él tiene, como ya se mencionó, poca visión de sí mismo, no sabe tomar decisiones, reacciona de manera reactiva, esta fusionado o se desconecta emocionalmente de su pareja, y la mujer es todo lo contrario, por lo cual no podrá convivir con una persona así.

Dada la importancia del constructo de diferenciación dentro del contexto de la dinámica familiar, es importante el desarrollo de un instrumento válido y confiable para evaluarlo. Dicho instrumento debe de cumplir con las características estadísticas requeridas, de tal forma que pueda ser utilizado por los psicólogos clínicos con la finalidad de orientarse y tomar decisiones sobre la intervención psicoterapéutica.

Investigación en México.

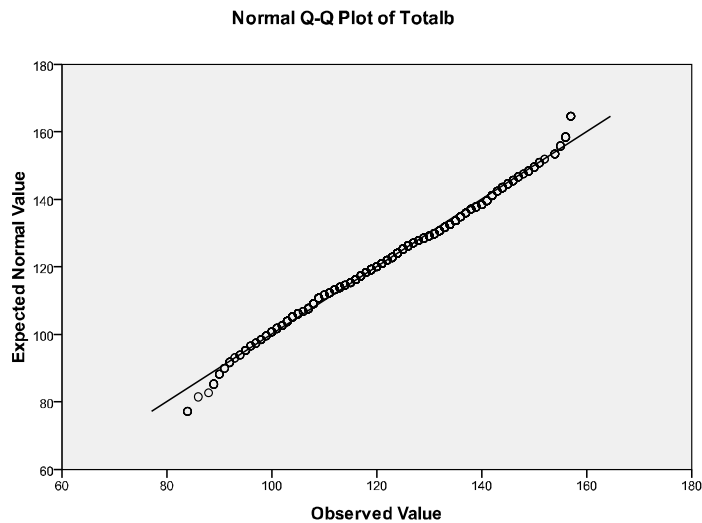
Anteriormente ya se había presentado el Instrumento de Evaluación de Diferenciación con un menor número de sujetos y solamente se había reportado la confiabilidad (Vargas, Ibáñez y Armas, 2009). En esta ocasión, se presentan algunas de las características estadísticas del Instrumento, además de haber sido aplicado con una mayor cantidad de sujetos, lo que le proporciona más consistencia.

Método

Se aplicó el Instrumento de Evaluación de Diferenciación a 739 sujetos con edades entre los 17 y 40 años de edad (con una media de 21 años). 380 fueron mujeres y 359 hombres. La mayoría de los sujetos encuestados fueron estudiantes de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala a nivel de licenciatura, por lo que su nivel socioeconómico fue de medio a medio bajo.

Resultados.

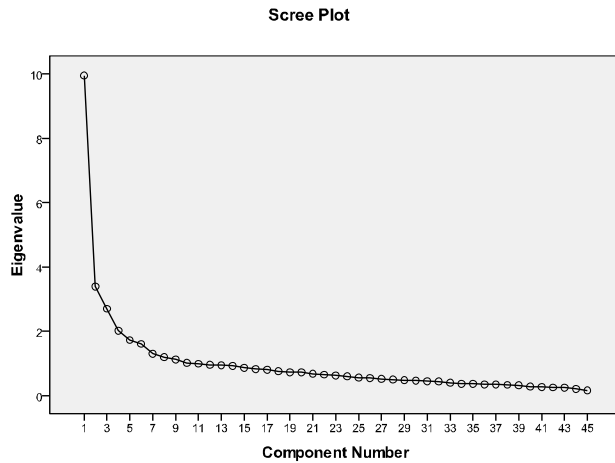
Con la finalidad de observar el comportamiento del instrumento, a los resultados se les aplicó la prueba de normalidad. Ésta se puede observar en la gráfica Q-Q (Gráfica 1). Como se puede observar, la aproximación hacia la línea es alta, por lo que se considera que el instrumento se comporta en forma normal.



Grafica 1. Muestra la normalidad de los datos.

Análisis factorial.

Los resultados de los análisis de factores pueden ser observados, por un lado, en la gráfica 2, y por el otro, en la tabla 1. En ambos se puede observar que el número de factores que explican la varianza son tres. Sin embargo, es necesario precisar que el primer factor es el que, en su mayor parte, explica la varianza. No podemos considerar que la prueba sea multifactorial, sino más bien unifactorial. Esto se entiende en el sentido de que lo que el instrumento intenta evaluar es la diferenciación, entendida en términos de dependencia emocional hacia las personas que rodean al individuo.



Gráfica 2. Muestra que al menos hay tres factores que explican la varianza

	1	2	3
ABIERTAMENTE EMOCIONAL			.523
COMPORTAMIENTO EMOCIONAL			.494
ACTUO SIN PENSAR	.527		
ABIERTAMENTE SENSIBLE			.343
PROBLEMAS PARA PENSAR	.569		
ENOJADO, NO PENSAR CON CLARIDAD	.558		
ENOJADO- IMPULSIVO		.568	
CONSTANTES CAMBIOS EMOCIONALES	.545		
ME CONSIDERO PERSONA EMOCIONAL			.463
ENOJO FACILMENTE	.541		
ENOJO- AGRESIVO	.503		
ENOJO- PERDER CONTROL	.627		
PENSAMIENTO DIFERENTE- EVADIR	.413		
TRISTEZA- NO CONTROL	.536		
MONTAÑA RUSA EMOCIONAL	.581		
HABLAN MAL DE MI- AGRESIVIDAD	.496		
ENOJADO- NO PENSAR CONSECUENCIAS	.621		
QUISIERA NO SER TAN EMOCIONAL	.457		
ME AFECTA QUE DICEN DE MI	.543		
SUFRIMIENTO- ME OFENDEN	.377		
ENOJO CON MI PAREJA	.466		
ENOJO- PIERDO EL CONTROL	.597		

NO M PUEDO SENTIR BIEN SI SE ENOJAN	.543		
SENSIBLE A QUE ME HIERAN	.511		
DIFICULTAD DE EXPRESAR SENTIMIENTOS		.384	
MIEDO DE QUE SEPAN LO QUE SIENTO		.482	
NO ME TOLERARIAN SI ME EXPRESO	.408		
MI PAREJA PIDE DEMASIADO	.551		
PAREJA MUY DEMANDANTE Y EXIGENTE	.497		
NO SE RESPONDE ANTE PROBLEMAS	.502		
INTENSO- URGENCIA DE ALEJARME	.500		
PAREJA ASFIXIANTE	.559		
HABLAR SOBRE COSAS MAL ME PONE PEOR	.564		
MIEDO A QUE ME JUZGUEN	.525		
TRISTE- FINJO FELICIDAD	.451		
EXCESO DE PREOCUPACIÓN	.343		
ANSIOSO POR MANTENERME A DISTANCIA	.512		
HE PERDIDO PARTE DE MI DISCUSIONES ME HACEN SENTIR TERRIBLE	.446		.402
LLAMAR EN EXCESO	.331		
NO VER A MI PAREJA ME HACE SENTIR TERRIBLE	.452		
NO SOPORTO ESTAR SOLO (A)	.425		

Tabla 1. Cargas Factoriales del Instrumento.

Siguiendo con el análisis estadístico del instrumento, observamos la tabla 2, que muestra el total del Alfa de Cronbach. Como puede observarse, es lo suficientemente alto como para considerar como confiable al Instrumento. Por otro lado, en la tabla 3, se muestran las correlaciones obtenidas para cada uno de los ítems, mediante el cual se obtuvo el total del Alfa de Cronbach.

Estadística de Confiabilidad

Cronbach's Alpha	N of Items
.915	43

Tabla 2. Total del Alfa de Cronbach

Estadística total de ítems

	Escala Media si el ítem es Borrado	Escala de la Varianza si el ítem es Borrado	Correlación total del ítem Corregido	Alfa de Cronbach si el ítem es Borrado
ABIERTAMENTE EMOCIONAL	122.87	275.325	.152	.917
COMPORTAMIENTO EMOCIONAL	122.86	274.179	.227	.915
ACTUO SIN PENSAR	122.81	264.737	.487	.913
ABIERTAMENTE SENSIBLE	122.79	271.099	.329	.914
PROBLEMAS PARA PENSAR	122.48	264.190	.527	.912
ENOJADO, NO PENSAR CON CLARIDAD	122.80	265.744	.514	.912
ENOJADO- IMPULSIVO	122.77	266.653	.429	.913
CONSTANTES CAMBIOS EMOCIONALES	122.22	266.621	.502	.913
ME CONSIDERO PERSONA EMOCIONAL	122.75	271.344	.330	.914
ENOJO FACILMENTE	122.35	266.659	.483	.913
ENOJO- AGRESIVO	122.22	268.464	.429	.913
ENOJO- PERDER CONTROL	122.25	265.197	.562	.912
PENSAMIENTO DIFERENTE- EVADIR	121.76	271.836	.361	.914
TRISTEZA- NO CONTROL	122.04	267.305	.487	.913
MONTAÑA RUSA EMOCIONAL	122.08	265.660	.538	.912
HABLAN MAL DE MI- AGRESIVIDAD	121.99	269.531	.443	.913
ENOJADO- NO PENSAR CONSECUENCIAS	122.33	264.920	.560	.912
QUISIERA NO SER TAN EMOCIONAL	122.43	268.185	.428	.913
ME AFECTA QUE DICEN DE MI	122.13	267.234	.497	.913
SUFRIMIENTO- ME OFENDEN	122.88	270.022	.351	.914
ENOJO CON MI PAREJA	122.18	268.763	.422	.913
ENOJO- PIERDO EL CONTROL	122.08	266.647	.528	.912
NO M PUEDO SENTIR BIEN SI SE ENOJAN	122.39	266.873	.503	.913
SENSIBLE A QUE ME HIERAN	122.40	266.761	.486	.913
DIFICULTAD DE EXPRESAR SENTIMIENTOS	122.45	267.907	.348	.915
DIFICULTAD DE EXPRESAR EMOCIONES	122.36	267.744	.363	.914
MIEDO DE QUE SEPAN LO QUE SIENTO	122.14	267.342	.427	.913
NO ME TOLERARIAN SI ME EXPRESO	121.84	271.227	.360	.914

MI PAREJA PIDE DEMASIADO	122.09	266.242	.500	.913
PAREJA MUY DEMANDANTE Y EXIGENTE	121.89	269.041	.444	.913
NO SE RESPONDE ANTE PROBLEMAS	122.24	267.676	.466	.913
INTENSO- URGENCIA DE ALEJARME	122.24	267.384	.452	.913
PAREJA ASFIXIANTE	121.85	267.292	.503	.913
HABLAR SOBRE COSAS MAL ME PONE PEOR	121.86	266.651	.514	.912
MIEDO A QUE ME JUZGUEN	121.96	267.191	.478	.913
TRISTE- FINJO FELICIDAD	122.39	267.254	.418	.914
EXCESO DE PREOCUPACIÓN	122.82	269.484	.332	.915
ANSIOSO POR MANTENERME A DISTANCIA	122.12	268.037	.466	.913
HE PERDIDO PARTE DE MI	122.17	267.904	.415	.914
DISCUSIONES ME HACEN SENTIR TERRIBLE	122.70	268.454	.363	.914
LLAMAR EN EXCESO	122.01	272.176	.297	.915
NO VER A MI PAREJA ME HACE SENTIR TERRIBLE	122.08	267.776	.423	.913
NO SOPORTO ESTAR SOLO (A)	122.14	267.483	.399	.914

Tabla 3. Muestra la correlación obtenida para cada uno de los ítems, la cual se calculó para obtener el total del Alfa de Cronbach.

Por último, dentro del apartado de los resultados estadísticos, a partir de los datos totales, se obtuvieron los percentiles. Se calcularon tres cortes, por lo que, de los resultados totales, se calcula el grado de diferenciación del sujeto de la siguiente manera.

Baja de 84 a 115
Media de 116 a 130
Alta de 131 a 157

Discusión.

Los resultados obtenidos a partir de la aplicación del instrumento, muestran que éste tiene características estadísticas para considerarlo como confiable. El Alfa de Cronbach obtenido es suficientemente alto. Por otro lado, la gráfica Q-Q mostrada prueba la distribución normal del instrumento, que es uno de los requisitos importantes de cualquier instrumento. Si un instrumento, aplicado a un

conjunto de sujetos no se comporta de manera normal, quiere decir que éste tiene deficiencias estadísticas, lo cual no es éste el caso.

Contrastando este instrumento con el de Skowron y Friedlander (1998), éstos autores plantearon su instrumento dividiéndolo en varios factores que posteriormente describen y justifican con un análisis factorial. En el caso del presente trabajo, a pesar de que el análisis factorial muestra tres factores alrededor de los cuales se agrupan los ítems, no se puede considerar un instrumento multifactorial debido a que la mayoría de los ítems se concentran alrededor del primer factor. Desde el punto de vista conceptual, lo que se pretendía evaluar solamente era el concepto de diferenciación entendido en términos ya descritos, pero resaltando en general la dependencia emocional del sujeto en términos de su impulsividad emocional, falta de control ante situaciones comprometidas emocionalmente y ante personas significativas para el sujeto. Por lo tanto, no se pretendía dividir al instrumento en varios factores.

Por otro lado, el concepto de diferenciación, tal y como lo planteó originalmente Bowen, ha mostrado ser más complicado de lo esperado. Éste constructo, como ya se vio en la introducción del presente trabajo, implica tanto habilidades externas como el trato que se tiene hacia los demás, específicamente las personas íntimas, como un manejo adecuado de emociones, sentimientos y un balance de la relación proximidad-cercanía emocional con las personas cercanas. Es decir, que el constructo implica un manejo adecuado de emociones, de tal manera que el sujeto no se comporte de manera impulsiva y emocional. Éste comportamiento impulsivo puede llevar a las personas a decir y a hacer cosas de las cuales posteriormente se arrepiente. La ira, la impulsividad, son emociones que tienen mucha semejanza con el alcohol. Si un alcohólico se toma una copa, no ocurre generalmente nada, si se toma tres, entonces se desencadena un conjunto de comportamientos impulsivos que llevan al sujeto a alcoholizarse hasta estar en completo estado de ebriedad. Generalmente se deja de tomar alcohol cuando el sujeto termina en estado inconsciente. La ira, la emocionalidad, la impulsividad son muy semejantes en el sentido de que el sujeto si se enoja un poco, puede calmarse, pero si pasa su nivel, que en el caso de los impulsivos no

requiere que sea tan alto, entonces el sujeto pierde el control de sí mismo haciendo y diciendo cosas de las que luego se arrepiente. Éste es uno de los aspectos que se deseaban evaluar con el presente instrumento.

Por otro lado, implícitamente con esto mismo, surge la dependencia emocional. Ésta implica que las emociones, los estados de ánimo, dependen del comportamiento, opinión y emociones de otras personas que se consideran como significativas. Es decir, que los sujetos colocan su bienestar emocional en el comportamiento de los demás y por lo tanto se esfuerzan hasta lo infinito para modificar dicho comportamiento. Por ejemplo, si un esposo llega a comer y dice que la comida está salada y la esposa considera que no le echó tanta sal a la comida, entonces, de manera impulsiva y emocionalmente dependiente, la esposa monta en cólera por lo que considera una opinión injusta de su pareja. Esto quiere decir que dependencia emocional es muchas cosas y se manifiesta de muchas y variadas maneras. La emocionalidad hacia el comportamiento de los hijos, de la pareja, de los padres, de los amigos, etcétera. Es la exigencia perfeccionista del reconocimiento, por parte de las personas significativas, del comportamiento personal. Y como hay esta exigencia perfeccionista del comportamiento de los demás, también la hay hacia el comportamiento de uno mismo. Como generalmente estas exigencias son de las dos partes, entonces se enredan en una vorágine de pleitos que van desde los pequeños hasta los grandes con una gran diversidad de grados de violencia psicológica y hasta física. En gran medida, uno de las fuentes más importantes de los problemas de las personas que acuden a psicoterapia es ésta dependencia emocional. Conocer el grado en que una persona es emocionalmente dependiente es importante para orientar la psicoterapia y plantear soluciones. Es ésta una de las razones más importantes por las cuales se planteó el diseño de un instrumento como el presente, que evaluara la dependencia emocional enmarcada dentro del concepto de diferenciación.

La relación lejanía-cercanía emocional por parte de los sujetos debe ser balanceada. Si un sujeto es profundamente indiferenciado, entonces lleva a cabo dos acciones que en el fondo son una solución extrema a lo mismo. Tal como se

ha planteado en otros trabajos publicados (Vargas e Ibáñez, 2009), si un sujeto tiene temor a la separación, entonces se fusiona con el objeto de vínculo. Esto quiere decir que el sujeto se aferra a la relación que tiene (puede ser con su pareja, sus padres, sus amigos, sus hijos incluso) y tiende a depender demasiado de esta relación. Pero en el otro extremo, si el sujeto, debido a su profunda indiferenciación, considera que hay demasiada tensión y ansiedad en sus relaciones, entonces tiende a separarse y “desconectarse” de las mismas. Entonces el sujeto puede alejarse de la familia para no saber nada en mucho tiempo de ella o sin separarse, aislarse de tal manera que se sepa muy poco de él y él de los demás. Tener una enfermedad mental puede ser una buena estrategia de desconexión emocional, por ejemplo.

En conclusión, el presente trabajo demuestra que el concepto de diferenciación es muy complejo en la vida de los seres humanos. Sin embargo, es posible operacionalizarlo, definirlo y generar un instrumento que evalúe estos aspectos. En este trabajo se presenta el comportamiento estadístico del Instrumento demostrando que puede ser útil en la evaluación de la diferenciación.

Referencias Bibliográficas.

- Anderson S.A. y Sabatelli R.M. (1990) Differentiating differentiation and Individuation: Conceptual and Operational Challenges. ***American Journal of Family Therapy***, 18, 32-50.
- Bowen (1978) ***Family Therapy in Clinical Practice***. Nueva York: Jason Aronson
- Bowen, M. (1989). ***La Terapia Familiar en la Práctica Clínica***. Vols. 1 y 2. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Bray, J.; Williamson, D. y Malone, P. (1984). Personal authority in the family system: Development of a questionnaire to measure personal authority in intergenerational family processes. ***Journal of Marital and Family Therapy***, 10.

- Derogatis, L. (1993). **Brief symptom inventory: Administration, Scoring and Procedures**. Manual—II. Minneapolis, MN: National Computer Systems.
- Dewey, John (1897). "My pedagogic creed". En *Early works of John Dewey*. Carbondale, Southern Illinois University Press, 1972, Vol. 5, págs. 84-95.
- Erikson E.H. (1980) **Identify and the life cycle**. Nueva York: W.W. Norton.
- Heppner, P.; Cook, S.; Wright, D. y Johnson, W. (1995). Progress in resolving problems: A problem-focused style of coping. **Journal of Counseling Psychology**. **42**, 279–293.
- Johnson, P. y Michael, W. (1998). Integrating Minuchin's boundary continuum and Bowen's differentiation scale: a curvilinear representation. **Contemporary Family Therapy**. (3) **20**,
- Karasick S. (2004) **Individuation, Differentiation, and Psychological Adjustment in orthodox Jewish college students**. Tesis doctoral no publicada. Nueva York: Universidad de Fordham.
- Mahler M.S., Pine F. y Bergman A. (1975) *The Psychological Birth of Human Infant*. Nueva York: Basic Books.
- McCrae, R. y Costa, P. (1991). Adding Liebe und Arbeit: The full five-factor model and well-being. **Personality and Social Psychology Bulletin**. **17**.
- Minuchin, S. (1974). **Families and family therapy**. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Murdock, N. y Gore, P. (2004). Stress, coping, and differentiation of self: a test of Bowen theory. **Contemporary Family Therapy**. **26(3)**, 319-335.
- Schaefer, M. y Olsen, D. (1981). Assessing intimacy: The PAIR inventory. **Journal of Marital and Family Therapy**, **7 (1)**.
- Shursen, A. (2006). **An exploration of the levels of differentiation of self and the capacity for intimacy between sex offenders and their partners: A quantitative study**. College of Professional Education. Texas.
- Skowron E.A. y Friedlander M.L. (1998) The Differentiation of Self-Inventory: Development and initial validation. **Journal of Consulting Psychology**, **45**, 235-246.

Skowron E.A., Holmes S.A. y Sabatelli S.M. (2003) Deconstructing differentiation: Self-regulation, interdependent relating and well-being in adulthood. ***Contemporary Family Therapy, 25***, 111-129.

Vargas J.J. e Ibáñez E.J. (2009) Fusión y desconexión emocional: dos extremos en el concepto de diferenciación. *Alternativas en Psicología*, 14 (21) 16-27.

Vargas J.J., Ibáñez E.J. y Armas P. (2009) Desarrollo de un instrumento de evaluación para el concepto de diferenciación. ***Revista Electrónica de Psicología Iztacala, 12*** (1) 106-116 Disponible en: <http://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin>

Apéndice.

CUESTIONARIO DE DIFERENCIACIÓN.

El objetivo del presente cuestionario es describir la forma en que las personas se diferencian de las demás. Este cuestionario se encuentra en fase de construcción, por lo que las respuestas que des son muy importantes para nosotros. Te pedimos que seas lo más sincero posible al responder, no pienses mucho en la respuesta, déjate llevar por lo primero que pienses. Te agradecemos mucho tu colaboración y te pedimos que llenes el siguiente formato demográfico. Coloca una paloma o una cruz en la casilla donde creas que es la respuesta adecuada para ti. No hay respuestas correctas o incorrectas, tu opinión es lo importante para nosotros. No dejes en blanco ninguna de las preguntas, todas deben ser contestadas.

Sexo: _____

Edad: _____

Escolaridad: _____

Ocupación: _____

Vives con:

- a) Padres y hermanos
- b) Madre y hermanos
- c) Padre y hermanos
- d) Esposa (o) e hijos
- e) Esposa (o)
- f) Hermanos
- g) Solo (a)
- h) Otros. Especifica: _____

¿Cuál es la posición que ocupas entre tus hermanos?

¿Tienes novia (o), esposa (o), pareja?

Si es así, ¿cuánto tiempo llevas de relación?

Ingresos económicos:

- a) Un sueldo mínimo
- b) Dos sueldos mínimos
- c) Tres sueldos mínimos
- d) Cuatro sueldos mínimos
- e) Cinco sueldos mínimos
- f) Más de cinco sueldos mínimos

	Compl- tamente en desa- cuerdo	En desa- cuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
1.- Los demás me han dicho abiertamente que soy muy emocional				
2.- Generalmente mi comportamiento es emocional				
3.- Cuando me enojo mucho, actúo sin pensar las cosas				
4.- Soy abiertamente sensible a las críticas				
5.- A veces mis sentimientos sacan lo peor de mí y tengo problemas para pensar con claridad.				
6.- No puedo pensar con claridad cuando estoy muy enojado				
7.- Generalmente, cuando me enojo, soy muy impulsivo				
8.- Sufro constantes cambios en mis emociones que en ocasiones se salen de control				
9.- Puedo considerar que soy una persona muy emocional				
10.- Me enojo en forma relativamente fácil				
11.- Cuando me enojo mucho, me vuelvo muy agresivo				
12.- Cuando me enojo mucho, pierdo el control de mis emociones				
13.- Si alguien piensa diferente a mí, me molesta tanto que no lo escucho y evado el tema				
14.- Cuando me siento triste no me puedo controlar y hago cosas de las que después me arrepiento				
15.- A veces me siento como si estuviera en una montaña rusa emocional.				
16.- Si hablan mal de mí reacciono de manera agresiva con la persona				
17.- Cuando estoy enojado, actúo sin pensar en las consecuencias				
18.- Me gustaría no ser tan emocional				
19.- Me afecta mucho lo que hablan de mí los demás				
20.- Me hace sufrir mucho que la (s) persona (s) que quiero me ofenda (n)				
21.- Si me enojo con mi pareja, tardo mucho en que se regule mi coraje				
22.- Cuando me enojo, pierdo el control y no sé lo que hago				
23.- Si alguien está molesto conmigo, no me puedo sentir bien				
24.- Soy muy sensible a que los demás me hieran				

25.- Tengo dificultad en expresar mis sentimientos hacia la gente que me importa				
26.- Me cuesta trabajo expresar mis emociones con la gente que amo				
27.- Tengo miedo de que la gente que amo sepa lo que siento verdaderamente				
28.- Mi esposo o pareja no podría tolerar que yo exprese mis verdaderos sentimientos sobre algunas cosas				
29.- Frecuentemente siento que mi esposa o pareja quiere demasiado de mí.				
30.- Tengo una pareja muy demandante y exigente				
31.- No sé cómo responder cuando alguien de la familia se pone muy intenso en sus emociones				
32.- Cuando alguien de mis relaciones es muy intenso, siento la urgencia de retirarme de inmediato.				
33.- Cuando estoy con mi esposa o pareja frecuentemente me siento asfixiado				
34.- Cuando las cosas van mal, hablar sobre ello me hace sentir peor				
35.- Cuando tengo un problema no me gusta platicarlo a nadie, por miedo a que se enojen o me juzguen				
36.- Cuando estoy muy triste finjo estar feliz para que la gente no se entere de mis penas				
37.- Me preocupo en exceso por lo que le pueda pasar a mi seres queridos				
38.- Cada vez que hay un problema en mi relación, estoy ansioso de mantenerme a distancia.				
39.- Cuando mi esposa o pareja se va por largo tiempo, siento que he perdido parte de mí				
40.- Las discusiones con mis padres o parientes me pueden hacer sentir terrible				
41.- Llamo por teléfono muchas veces a la semana a mi familia				
42.- Si no veo a mi pareja tres días consecutivos me siento terrible				
43.- No soporto ir solo (a) al cine o a otro lado				