

## La dinámica de la familia y la diferenciación

José de Jesús Vargas Flores<sup>28</sup>, Edilberta Joselina Ibáñez Reyes<sup>29</sup>  
y Karina Mares Martínez<sup>30</sup>

*Facultad de Estudios Superiores Iztacala  
Universidad Nacional Autónoma de México*

### Resumen

La familia es el contexto donde el sujeto nace y adquiere casi todo el aprendizaje social que va a desarrollar a lo largo de su vida. Una forma de abordar este importante aprendizaje es la teoría de la diferenciación de Bowen, la cual describe las relaciones emocionales que se establecen en la familia. La finalidad del presente trabajo es describir la dinámica familiar y la diferenciación dentro de la familia. Se llevó a cabo un estudio de corte cualitativo donde se entrevistaron a seis jóvenes, tres de los cuales tenían una relación estable mientras que los otros tres no la tenían. Se presentaron los resultados analizándolos a la luz de la teoría de la diferenciación y la transmisión intergeneracional. Se discutieron los resultados y se hicieron sugerencias de tipo conceptual.

**Palabras clave:** Diferenciación, transmisión intergeneracional, dinámica familiar, investigación cualitativa.

<sup>28</sup> Profesor Titular del área de Psicología Clínica. Correo electrónico: jjvf@unam.mx

<sup>29</sup> Profesora Titular del Área de Psicología Experimental. Correo electrónico: joselinai@gmail.com

<sup>30</sup> Licenciada en Psicología egresada de la FESI. Correo electrónico: karina\_m.beatle@hotmail.com

## Abstract

The family is the context where the subject is born and where almost all of his social learning will be acquired through his life. A way to approach this important learning is using the Bowen's differentiation theory in which it is described the emotional relationships that are established within the family. The main goal of this paper is to describe the family's dynamics and the differentiation within the family. We have made a qualitative study using six young subjects, in which three of them had a stable relationship and the other three didn't. The results are shown by describing and analyzing them using the differentiation theory and the intergenerational transmission. These results are discussed and conceptual suggestions are given.

**Keywords:** Differentiation, Intergenerational transmission, Family dynamics, Qualitative investigation

## Introducción

La familia es el primer grupo con el que el individuo establece vínculos desde que nace, por lo que es la principal determinante de su desarrollo tanto físico como emocional. Así como también determina cómo interactuará con el resto de las personas, ya que se encarga de introducirlo en la sociedad.

La teoría de Bowen (1989), que trabaja con los sistemas familiares, recalca que el tipo de relaciones que el individuo establece en su familia y el papel que él interpreta dentro de la misma, determinan su diferenciación de ella y esto influye a su vez en la autonomía emocional, además de que determina el modelo de comportamiento que

ejecutará en cada aspecto de su vida en donde el individuo establezca relaciones interpersonales, ya sea en los momentos de tranquilidad, como en las situaciones de tensión.

La familia de manera explícita o implícita nos impone códigos, normas y formas de comportamiento y convivencia. A través de la cotidianeidad y de manera casi inconsciente, nos trasmite prácticas que se expresan cuando la crisis llega a nuestras vidas. Así, se puede afirmar que estos modelos de conducta se van heredando de generación en generación, pues el individuo que los practicó en el pasado con sus padres, tiende a seguirlos con su pareja y en un futuro, los repetirá con sus propios hijos.

En la dinámica familiar y social se nos va enseñando que el ciclo “normal” de la vida personal es pertenecer a una familia, conseguir una pareja y formar nuestra propia familia con el paso del tiempo (Estrada, 2003). Se nos hace hincapié en que la persona que elijamos como pareja debe hacernos felices, pues se encargará de cubrir nuestras necesidades emocionales (que alguna vez fueron cubiertas por nuestra familia), siguiendo los estereotipos socialmente aceptados de lo que “debe ser” una relación de pareja.

Al momento de buscar una pareja, el individuo va ya predispuesto con una serie de expectativas y características que espera encontrar en su compañero(a), las cuales se van aprendiendo de diversos medios (amigos, escuela o trabajo), pero que principalmente son adquiridas en la familia, no sólo por lo que ésta nos dice, también por lo que nos demuestra con sus actos día a día.

### *Teoría de Bowen*

La teoría de Bowen (1989) de sistemas familiares es una teoría del comportamiento humano que busca describir las relaciones que se establecen dentro de la familia, pues desde esta perspectiva la familia es considerada como una unidad emocional que influye de manera significativa en los pensamientos, sentimientos y acciones del individuo. En dicha unidad, el comportamiento de

cualquier miembro altera la conducta del resto, ya que cada familia mantiene un determinado nivel de interdependencia emocional. Esto desemboca en que todos los individuos se encuentren a expensas de la atención, la aprobación y el apoyo de los otros (Kerr, 2003). El nivel de dependencia emocional que el individuo tenga hacia la familia también determinará su nivel de diferenciación o de autonomía.

### *Diferenciación*

La diferenciación del yo es el concepto central de la teoría de Bowen (Titelman, 2014) y hace referencia al nivel de independencia emocional que el individuo desarrolla desde el seno familiar, ya que se enfrenta primero a la diferenciación hacia los padres, es decir, a la separación emocional con estos. Se hace referencia entonces a la capacidad que tiene el sujeto de ser autónomo sin sentirse excluido del grupo y pudiendo ver con mayor objetividad lo que acontece dentro del mismo (Kerr, 2003; Vargas e Ibáñez, 2002). El grado de diferenciación determina el impacto que las otras personas y los acontecimientos externos ocasionaran en el individuo.

Explicado desde la dinámica familiar, de acuerdo con Bowen (1989), los miembros de una familia se caracterizarán por ser diferenciados, indiferencia-

dos o con una situación de apego emocional no resuelto.

Las personas con un yo desarrollado o diferenciados han resuelto de una mejor manera el vínculo emocional con su familia, son responsables de ellos mismos pero no participan o no se hacen responsables de la irresponsabilidad de otros (Vargas, Ibáñez y Armas, 2009). Se adaptan fácilmente al estrés, afrontan de mejor manera los problemas y, por ende, tienden a tener menos conflictos. Una capacidad que tienen desarrollada las personas diferenciadas es que distinguen entre el intelecto y su emotividad, lo que hace que respondan con la conciencia y control suficientes tanto de la situación, como de ellos mismos (Bowen, 1998).

### *Indiferenciación fusionada*

Es una unión emocional que el individuo mantiene con otra persona, la cual desemboca en dependencia debido al miedo que le produce separarse de ella. Una persona fusionada percibe la separación como algo terrible, insoportable o catastrófico, tendiendo a ser impulsiva emocionalmente, a ser territorial, altamente sensible y a creer que siempre tienen razón (Vargas e Ibáñez, 2007). El individuo que se encuentra fusionado buscará siempre ser querido, reconocido y sentirse acompañado, ya que él solo no puede

cubrir sus necesidades emocionales y tenderá a buscar a alguien que lo haga; pero al mismo tiempo, se sentirá con el deseo de hacerse cargo de los demás y hacerlos felices.

Ante alguna situación de ansiedad y estrés dentro del grupo, las personas con un yo poco desarrollado o indiferenciadas se convierten en los miembros más vulnerables del sistema familiar. Se caracterizan por presentar poca adaptación a las demandas del exterior, de manera que dependen de la aprobación y aceptación de los demás, por lo que la mayor parte del tiempo modifican lo que piensan o dicen para complacer a otros (Kerr, 2003; Bowen, 1998).

### *Indiferenciación desconectada emocionalmente*

Es una de las alternativas a las recurren las personas con problemas emocionales no resueltos, consiste básicamente en establecer una distancia emocional de manera geográfica o con un alejamiento personal. Es decir, la persona se trata de convencer de que no necesita de los demás y emprende una búsqueda de una supuesta independencia. Para las personas desconectadas emocionalmente, la relación con los seres queridos o significativos les produce ansiedad y miedo, por lo que optan por negarla y huir de la misma (Bowen, 1997; Kerr, 2003). De esta forma, una persona desconectada puede huir de su casa y no

se vuelve a saber de ella en diez años. O tal vez no se aleje geográficamente, pero se desconecta del resto de la familia de manera interpersonal. Generalmente estas personas se están quejando de todo lo que ocurre en la familia y crean gran tensión en las relaciones familiares, de tal manera que cuando se alejan, los demás se sienten aliviados. Por supuesto, no logran resolver el conflicto con la familia, salen huyendo de la familia y posponen su conflictiva emocional cuando posteriormente establecen otras relaciones íntimas.

## *Familia*

La familia funge un papel significativo en el desarrollo del yo de las personas, ya que así como el individuo se diferencia de sus padres, éstos un día tuvieron que hacerlo con los suyos. Entonces, por obviedad, se espera que un sistema familiar bien diferenciado propicie una diferenciación apropiada en sus miembros; sin embargo, esto no siempre es así. Una familia poco diferenciada, que por lo regular se torna exigente, demandante y perfeccionista, impedirá la diferenciación de sus integrantes, haciendo de los hijos, personas indiferenciadas fusionadas o desconectadas emocionalmente.

Así como la familia nos dota de diversas fortalezas para enfrentar al mundo también puede heredar-nos factores que nos convierten en personas más

vulnerables. La proyección familiar es una situación en donde los padres transmiten sus ansiedades y problemas emocionales a los hijos y como resultado los hijos presentan una gran necesidad de atención y aprobación, dificultades para afrontar las expectativas, sentimiento de responsabilizarse por los otros y culparse a sí mismos o a los demás ante situaciones inconvenientes (Kerr, 2003; Vargas e Ibáñez, 2007).

Dentro de la familia se van dando pautas de interacción con las personas que son significativas en nuestra vida, estas interacciones se repiten en las relaciones que establecemos con los demás. La teoría de Bowen es de corte intergeneracional dado que el grado de diferenciación se transmite de una generación a la siguiente y el individuo lleva, de manera implícita, internalizados los conflictos, problemas, formas de ver la vida y soluciones que han pertenecido a sus padres y a generaciones pasadas, tanto que, es difícil que sea detectado por la persona. Este grado de diferenciación que se va heredando desde la familia de origen se acentúa y remarca con el paso de las generaciones, haciéndose evidente dentro de la propia familia extensa (Kerr, 2003; Ibáñez, Guzmán y Vargas, 2010).

Todos estos patrones de comportamiento dentro de la familia de origen son extrapolados a todas las relaciones interpersonales que el individuo

establezca a lo largo de su vida, sin importar el grado de diferenciación que desarrolle. Lo que sí dependerá de qué tan desarrollado tenga el yo será la manera de responder ante las demandas que el entorno requiera.

Por ejemplo, una persona bien diferenciada piensa que el amor, el afecto y la aprobación de los demás es algo muy deseable pero no indispensable, siendo capaz de establecer compromisos claros con los demás. Por otro lado, una persona fusionada optará por actuar de manera dependiente, dándole una excesiva importancia a todas sus relaciones. Y por último, una persona desconectada, pensando que ha “cortado” todo vínculo con su familia de origen, buscará en algún grupo una clase de “familia sustituta” (Bowen, 1998), en donde seguirá adoptando la misma dinámica que con la familia de origen. Cuando la tensión se presente en algún grupo al que pertenezca o con alguna persona, él huirá de la situación una y otra vez. Aunque existen excepciones, pues el individuo ante sus conflictos intrapsíquicos causados por su familia de origen tiene la opción de repetirlos, crear defensas contra ellos o superarlos en sus relaciones con los otros.

La diferenciación es un concepto que se ha utilizado para describir los patrones de interacción familiar que, en mayor o menor medida, regula la distancia entre los miembros de la familia y ayuda

a equilibrar la individualidad y la intimidad (Vargas, Ibáñez y Armas, 2009).

## *Pareja*

Como punto de partida para entender las relaciones de pareja se debe considerar que para los seres humanos, más que para ninguna otra especie, son importantes las necesidades de apareamiento, compatibilidad física y biológica (Valdez, González-Arratia y Sánchez, 2005). Así como también la necesidad de afecto, apego, cuidado, cariño, interdependencia, compañía y amor. Según algunos autores, el amor es un compromiso con uno mismo y con otra persona, donde es necesario salvaguardar las respectivas personalidades, independientes y únicas (Valdez, Maya, Aguilar, González y Bastida, 2012).

Como ya se ha mencionado, dentro de la familia se va formando un estilo de interacción con las personas cercanas e importantes, dicho estilo se repite en las relaciones con los demás, sobre todo con la pareja, pues es la persona con la que se experimenta una intimidad similar a la que el individuo experimenta con la familia. La elección de pareja es una experiencia que pone a prueba a los individuos, puesto que en ella se ven involucrados aspectos de la historia personal, la relación que se tuvo con los padres, la capacidad que se tiene para adaptarse a nuevas situaciones, saber nego-

ciar y escuchar al otro y la habilidad para conocer y comunicar los propios sentimientos (Valdez, González-Arratia y Sánchez, 2007).

El ser humano es sutil pero constantemente educado por la familia y la sociedad a que es natural siempre depender emocionalmente de otra persona. Los medios de comunicación, la música y la literatura se encargan de reforzar esta idea. Entonces se pasa de la dependencia emocional con la familia a la dependencia emocional hacia la pareja y el amor, es decir, la compañía del otro. Al individuo se le enseña que los demás están obligados a cubrir sus necesidades emocionales y a ver la soledad como algo antinatural, en lugar de ser enseñado desde la infancia a saber estar solo y a cubrir sus necesidades por sí mismo.

La elección de pareja no es, entonces, únicamente una tarea social inherente a la vida adulta, sino una necesidad de afecto e interdependencia que comprende variables biológicas, familiares y psicosociales. Es importante señalar también, que las ideas acerca de cómo se es una buena pareja están enmarcadas en las experiencias previas de relación en familia y es en el vínculo con padres y otros significativos que cada uno de los miembros de la pareja construye su mapa del mundo para, a partir de él, establecer un contrato privado que espera hacer efectivo a través de la interacción con el otro (Acevedo y Restrepo, 2010).

## *Teoría de Bowen y las relaciones de pareja*

En el caso de la diferenciación, ésta moldea y modula la distancia entre los miembros de la pareja. Una persona que ha crecido en un entorno diferenciado confía en su pareja y no tiene miedo a que la abandonen. Ama de una manera más objetiva a su pareja, y a pesar de amarla, puede reconocer los defectos que ésta tenga y aun así seguir amándola.

Cuando los hijos viven dentro de un ambiente indiferenciado tienden a repetir las trampas que les hicieron sus padres exigiendo a su pareja que sea perfecta de acuerdo a un estándar estricto, se sienten incómodos con su pareja pero ante la necesidad emocional que tienen, no son capaces de separarse. Otra alternativa es que se separan constantemente, buscando siempre alguien que cubra sus necesidades. Generalmente estas necesidades son cubiertas momentáneamente porque no conocen a profundidad a la pareja, se enamoran de ella y la consideran perfecta. Pero cuando ya entran en un compromiso comienzan a darse cuenta de sus defectos y no son capaces de entenderlos y tolerarlos, por lo que se vuelven a separar y a buscar a otra pareja y así sucesivamente, van en busca de alguien que cubra de manera perfecta y exacta sus necesidades emocionales (Vargas e Ibáñez, 2003).

A partir de la teoría formulada por Bowen, donde el comportamiento humano es mediado por un mecanismo de regulación interno compuesto por lo aprendido en la niñez y el tipo de familia a la que se pertenece. Se sabe que lo que el individuo aprende de niño es con lo que llega a establecer una relación de pareja y posteriormente un matrimonio, mezclándose con el aprendizaje de su pareja, adaptándose y formando un nuevo estilo de comportamiento que, a su vez, transmitirá a sus hijos (Vargas e Ibáñez, 2007).

Es así como la estructura de la teoría de Bowen logra abordar, de manera muy funcional, las relaciones interpersonales y los fenómenos que se suscitan en ellas. El objetivo de esta investigación es describir de qué forma las prácticas familiares son exportadas al resto de las relaciones interpersonales. De manera más específica, describir cómo opera el nivel de diferenciación en la dispo-

sición de iniciar y mantener una relación de pareja estable. Pretendiéndose también analizar, describir y definir la construcción del concepto de pareja de los participantes.

## Método

Se realizó un trabajo de tipo cualitativo, el cual se caracteriza por reconocer la diversidad de casos, contextos y situaciones teniendo como objetivo establecer secuencias de procesos, causas y relaciones explicativas. Se eligió este tipo de estudio con la intención de profundizar en la información recabada, pues hablando de familia no se puede generalizar.

Participantes: 6 adultos jóvenes varones de 19 a 26 años de edad. 3 de ellos no han tenido una relación de pareja estable en su vida y los otros 3 se encuentran en una relación de pareja estable de mínimo dos años.

Participante	Nombre	Edad	Ocupación	Estatus
1	Omar	25 años	Capturista en una editorial	Soltero
2	Horacio	22 años	Egresado de la licenciatura	Soltero
3	Diego	23 años	Egresado de la licenciatura	En una relación

4	Eduardo	24 años	Egresado de nivel superior	En una relación
5	Marcelo	22 años	Egresado de la licenciatura	Soltero
6	Edgar	20 años	Estudiante de nivel superior	En una relación

**Tabla 1. Datos sociodemográficos de los participantes**

Escenario: Cubículo de la Clínica Universitaria de Salud Integral (CUSI) de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala, ubicada en el municipio Tlalnepantla de Baz.

Método de recolección de datos: Entrevista en profundidad, ya que el objetivo fue comprender la percepción y el punto de vista que relata el informante con sus palabras acerca de algún acontecimiento, hecho o experiencia.

Instrumento: Se realizó un guión de entrevista intentando hacer una historia de vida con temas como su niñez, infancia, adolescencia, ambiente familiar, descripción de sus padres, hermanos, etcétera.

Métodos de análisis de datos: Programa para el análisis de datos cualitativos Atlas-ti para la realización de un análisis descriptivo por categorías de la información recabada. Un análisis de tipo cualitativo tiene como objetivo extraer del discurso del informante una serie de significados que permi-

tan comprender la situación del sujeto para posteriormente generar "modelos analíticos" que permitan la interpretación del fenómeno estudiado. En este método la categorización servirá para identificar y clasificar los elementos útiles y relevantes del discurso y así realizar posteriormente de cada agrupamiento una síntesis de la información e interpretarla.

## Resultados

Presentación breve de cada uno de los participantes y un análisis de la información obtenida. Los nombres han sido cambiados para conservar la confidencialidad de los participantes.

Participante 1.

Omar es un hombre soltero de 25 años de edad que trabaja como capturista en una editorial. Actualmente vive con su madre de 50 años de edad, su abuela materna de 81 años y sus dos hermanos menores, Iván de 22 años y Andrés de

6 en el municipio de Ecatepec de Morelos en el Estado de México. Los miembros de la familia nuclear se han mantenido así desde el año 2012 cuando su padre falleció debido a una complicación quirúrgica al diagnosticarle un año antes insuficiencia renal.

La relación de Omar con su madre en el pasado fue muy conflictiva, al contrario de la que mantenía con su padre, aunque ésta se vio fracturada por la preferencia que su padre tenía hacia su hermano Ignacio y por la infidelidad de su padre en su matrimonio. En la transición de la adolescencia a su adultez, la relación de Omar con sus padres se intercambió y él mostró más apoyo hacia su madre, estrechando el lazo con ella cuando su padre falleció. En el pasado, los padres de Omar fueron proveedores económicos en el hogar, su padre como vendedor y su madre como trabajadora en un lugar establecido. Omar decidió no seguir estudiando y se dedicó a trabajar, pero

no aportaba ingresos a casa; lo que cambió con la muerte de su padre. En la actualidad son Omar y su madre los que llevan los gastos de la familia mientras Ignacio y Andrés estudian.

Es importante mencionar que la abuela de Omar, a quien hace unos años se le diagnosticó demencia senil, siempre ha vivido con ellos y ha sido un factor constante de conflictos en la familia, en un inicio con el padre de Omar cuando vivía, interviniendo en su matrimonio; y posteriormente con los tres hermanos por lo que hacen o no.

### Genograma

En el genograma (Figura 1) de Omar, se expone la composición de su familia nuclear y explica superficialmente el tipo de relación que existe entre los miembros del sistema familiar. Debajo del esquema se encuentra una tabla con los significados de la simbología en él.

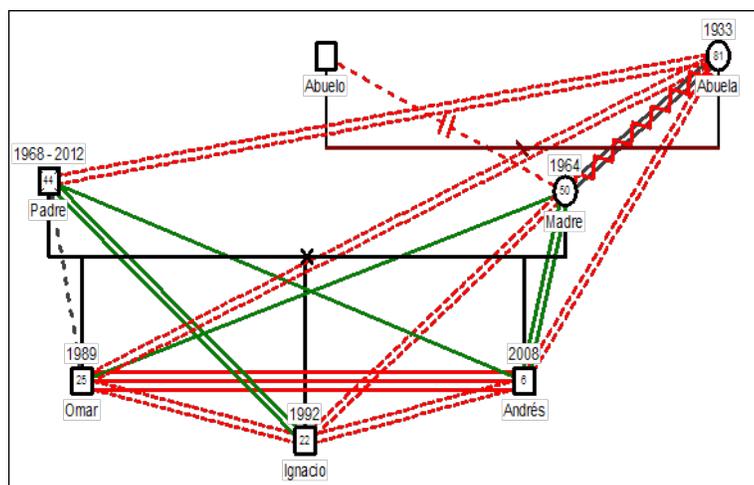
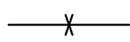
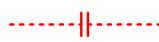
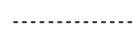
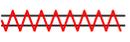


Figura 1. Genograma que muestra las relaciones entre los miembros de la familia de Omar.

<b>Símbolo</b>						
<b>Relación</b>	Viudez	Conflicto	Desconexión	Cercana	Distante	Fusión
<b>Símbolo</b>						
<b>Relación</b>	Cercana con conflicto	Muy cercana				

De acuerdo con su historia, Omar tiene un yo indiferenciado con tendencia a la fusión. Se le ubica en ése punto de la escala por la poca capacidad que ha desarrollado para impedir que sus emociones intervengan en sus pensamientos y acciones, actuando desde su infancia de manera emotiva por el favoritismo que su padre tenía hacia Ignacio y con una actitud desobediente para cada favor u orden que provenía de su madre, lo cual era justificado por la relación hostil que mantuvo con ella.

Para cuando es adolescente, y al caer la imagen que tenía de su padre, Omar comenzó a responsabilizar a los demás por lo que hacía. Por ejemplo, justificó su decisión de dejar los estudios y presentar algunas conductas "viciosas", así como una nula consideración por los límites de la casa bajo el argumento de que su padre infiel no podía darle un ejemplo de vida.

#### Participante 2.

Horacio es un hombre soltero de 22 años de edad, acaba de finalizar la licenciatura en Psicol-

gía en la UNAM por lo que de momento no trabaja. Actualmente vive con su madre de 43 años, sus dos hermanos, David de 24 y Omar de 18, su abuela materna de 70 años y dos tíos, Pablo y Víctor de 36 y 49 años respectivamente en Atizapán de Zaragoza en el Estado de México. Éste ha sido su lugar de residencia a partir de que los padres de Horacio se separan cuando él era un niño.

Debido a la repentina separación de sus padres después de siete años o menos de matrimonio la relación de Horacio con su padre siempre ha sido superficial, mientras que con su madre muy estrecha. Aunque Horacio describa las relaciones de los tres hermanos con sus padres como iguales, él siempre ha percibido favoritismos de su familia hacia sus hermanos.

Al vivir con parte de la familia materna, ésta ha desempeñado un papel importante en la vida de Horacio, debido a los lazos afectivos que ha establecido con tío(a)s y primo(a)s a lo largo de su vida. Una persona de especial relevancia para

Horacio es su tío Pablo, quien ha servido como figura paterna en cuestiones emocionales, académicas y ejemplares. Al mismo tiempo que la familia ha ayudado a cubrir necesidades emocionales, también ha sido causa de conflictos debido a diferencias de opiniones, costumbres y territorialidades como es el caso de su tío Víctor.

### Genograma

Aquí se presenta el genograma (Figura 2) de Horacio, se expone la composición de su familia nuclear y explica superficialmente el tipo de relación que existe entre los miembros del sistema familiar.

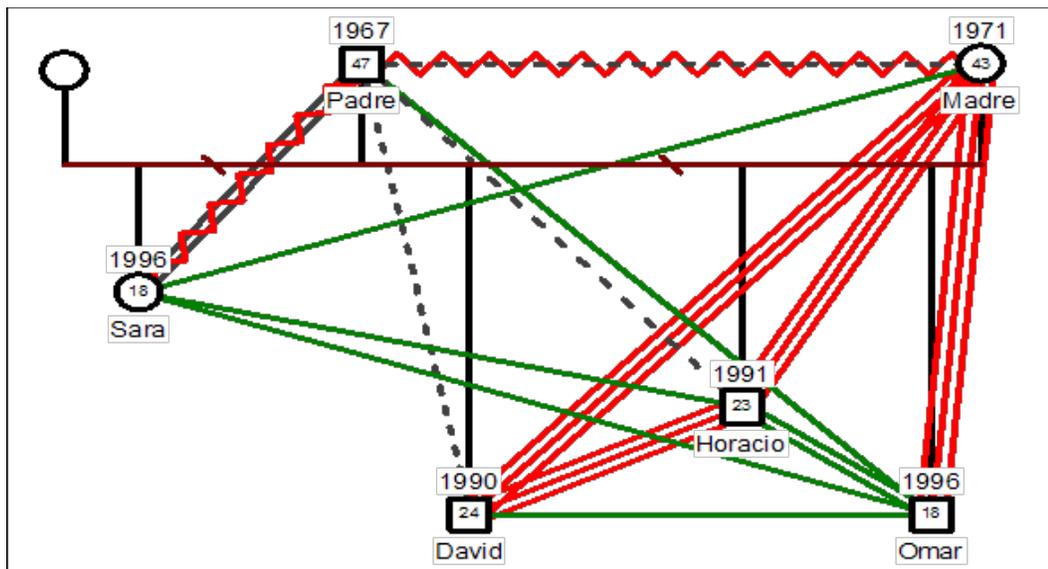


Figura 2. Genograma que muestra las relaciones entre los miembros de la familia de Horacio.

De acuerdo con la información del discurso de Horacio, él tiene un yo indiferenciado con tendencia a la fusión. Se le coloca en dichos niveles debido al intenso impacto que el ambiente ejerce sobre él que dispara de manera inmediata su reactividad emocional, siendo ésta la que domina y gobierna sus pensamientos y acciones. Se le identifica en el rango de la indiferenciación por el uso frecuente de la frase “ansiedad adaptativa” a lo largo de la entrevista. Ansiedad que comenzó a

manifestarse desde la separación de sus padres cuando era niño y que es una de las características de una persona indiferenciada.

Participante 3.

Diego es un hombre de 23 años de edad egresado de la carrera de Psicología en la UNAM. Su familia nuclear se compone de sus padres, con los que actualmente vive en la delegación Iztacalco en el

Distrito Federal y su medio hermano Alan, quien ha dejado a la familia para formar la propia con su esposa e hijastro.

La familia de Diego ha sufrido varias modificaciones a lo largo de su vida, iniciando por ser una familia reconstruida, ya que sus padres vienen de matrimonios previo con hijos. Su madre integró a Alan a la nueva familia, siendo un factor de conflictos entre los padres de Diego en diversas ocasiones. Un momento significativo para Diego fue la mudanza que su familia hizo del Distrito Federal a San Luis Potosí cuando él era niño; etapa en la que ocurrió un accidente con consecuencias emocionales y familiares: Alan pasó unos meses en la cárcel por manejar en estado de ebriedad.

Durante la adolescencia de Diego la familia volvió a acomodarse en cuanto a relaciones y jerarquías y fue cuando decidió regresar al Distrito Federal a estudiar el bachillerato, mientras su familia nuclear permaneció en San Luis Potosí. Diego vivió con sus tíos paternos cerca de año y medio, periodo en el que se vio rodeado de maltrato, conflictos, y sensaciones de abandono, por lo que muchas veces consideró regresar a San Luis Potosí con sus padres, con quienes la relación se había vuelto superficial y conflictiva. Oportunamente se le presentó la posibilidad de vivir con tres primos de su madre, donde el ambiente

hostil de su otra familia es sustituido por una atmosfera de preocupación y cuidado, creando Diego estrechos lazos afectivos con sus tíos, tanto que asegura que ellos han tenido más influencia en la persona que es ahora, que su familia nuclear.

Cuando Diego se encuentra a punto de terminar al bachillerato su familia materna le comentó que ya no podía vivir con ellos así que decidió trabajar y vivir solo, poco tiempo después, convenció a Alan de vivir con él en el Distrito Federal. Posteriormente sus padres se reunieron con Diego y su hermano para radicar toda la familia en el Distrito Federal donde viven actualmente cambiando nuevamente la dinámica familiar, pues al separarse Alan de la familia nuclear, los conflictos disminuyeron y la relación de Diego con sus padres se volvió estrecha, pero con límites más claros y firmes, así como una posición más empoderada e independiente. Todos estos han sido factores que han fomentado una mejor convivencia y capacidad de afrontamiento entre los miembros de la familia.

## Genograma

Aquí se presenta el genograma (Figura 3) de Diego, el cual expone la composición de su familia

nuclear y explica superficialmente el tipo de relación que existe entre los miembros del sistema familiar.

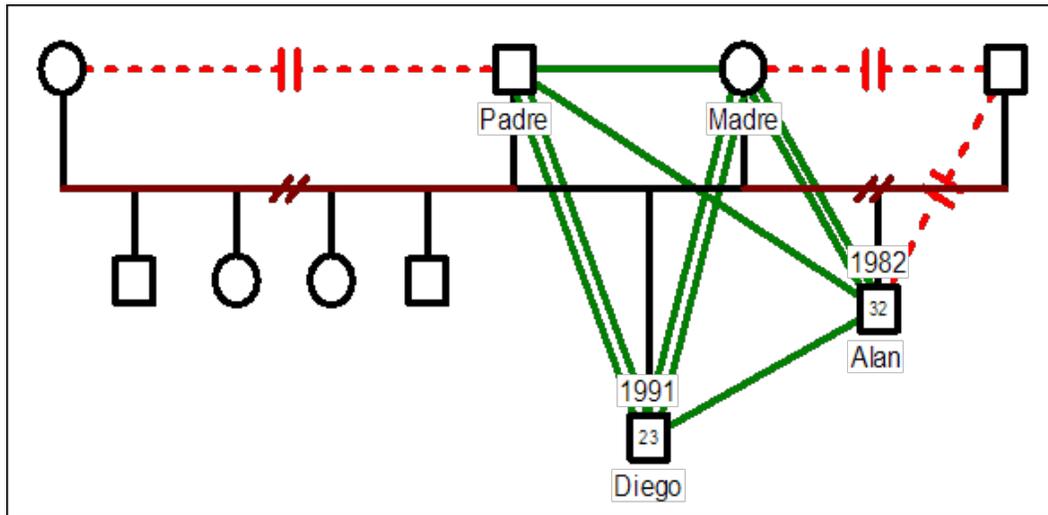


Figura 3. Genograma que muestra las relaciones entre los miembros de la familia de Diego.

De acuerdo con la información dada por Diego, él tiene un yo diferenciado con ligera tendencia a la fusión. Se le ubica en tal lugar de la escala por haber desarrollado la capacidad de ser una persona más autónoma y responsable de sí misma, la cual se fija metas basadas en sus deseos propios y que ha logrado superar funcionalmente sus conflictos con la familia de origen, todo esto a través de las experiencias de vida de la adolescencia y parte de la adultez que lo hicieron transitar de un individuo fusionado a uno más diferenciado.

La fusión de Diego estaba caracterizada por el conflicto familiar que durante su infancia lo hacía adoptar una actitud ansiosa, pues aunque él no estuviera involucrado recibía un fuerte impacto al ver a la familia agresiva y desunida. Lo cual fue adoptando en todas sus relaciones interpersonales, admitiendo que entre más pudiera evitar el conflicto, mejor. Además está el hecho de que su accidente lo dejara con una pobre valoración de sí mismo y poca motivación por despegarse del hogar pues se arraigó en su comportamiento la necesidad de complacencia hacia sus padres, al ser el “hijo que todas las madres querían”, convirtiéndose en un niño consentido. Todo lo anterior

fue suficiente para que Diego poco a poco cubriera con el perfil de un adulto muy pobremente diferenciado.

Participante 4.

Eduardo es un hombre de 24 años de edad egresado de la carrera de Ingeniería Mecánica en el IPN. Su familia nuclear está formada por su madre de 46 años, su padre de 44, ambos se dedican al comercio, su hermana Adriana de 14 y su medio hermano mayor Saúl, el cuál vivió con ellos una breve temporada y ha dejado el hogar, él fue concebido en una relación anterior de su madre.

La familia de Eduardo siempre ha vivido en la misma vivienda, ubicada en la delegación Iztapalapa en el Distrito Federal. Dicha vivienda perteneció a los padres adoptivos del padre de Eduardo y actualmente la comparten con tres tíos más; esta información es relevante debido a que en un momento existió el conflicto entre los hermanos por saber quién o quiénes heredarían la casa al morir los abuelos, teniendo como consecuencia el distanciamiento y rompimiento de algunas relaciones entre los familiares.

La familia de Eduardo se ha caracterizado por mantener un conflicto sutil e implícito en donde existe apoyo y responsabilidad entre la pareja y hacia los hijos. Con una excepción durante la infancia de Eduardo, cuando la mudanza de Saúl con la familia nuclear ocasionó conflictos entre los padres de Eduardo. En ese entonces los padres seguían el rol de padre trabajador y madre ama de casa. Eduardo desde su niñez fue una persona muy querida por su abuela biológica, María, lo cual es relevante pues uno de los motivos por los cuales Eduardo se encuentra en conflicto con la familia extensa es su actitud de indiferencia ante la enfermedad y muerte de ella.

Desde que Eduardo era adolescente y hasta la actualidad, el origen de una serie de fricciones y disfunciones que ha tenido con su familia se encuentra en el favoritismo que él ha percibido hacia Adriana desde que ella nació. Por lo que hoy Eduardo ha optado por distanciarse de la familia.

### **Genograma**

Aquí se presenta el genograma de Eduardo, el cual expone la composición de su familia nuclear y explica superficialmente el tipo de relación que existe entre los miembros del sistema familiar.

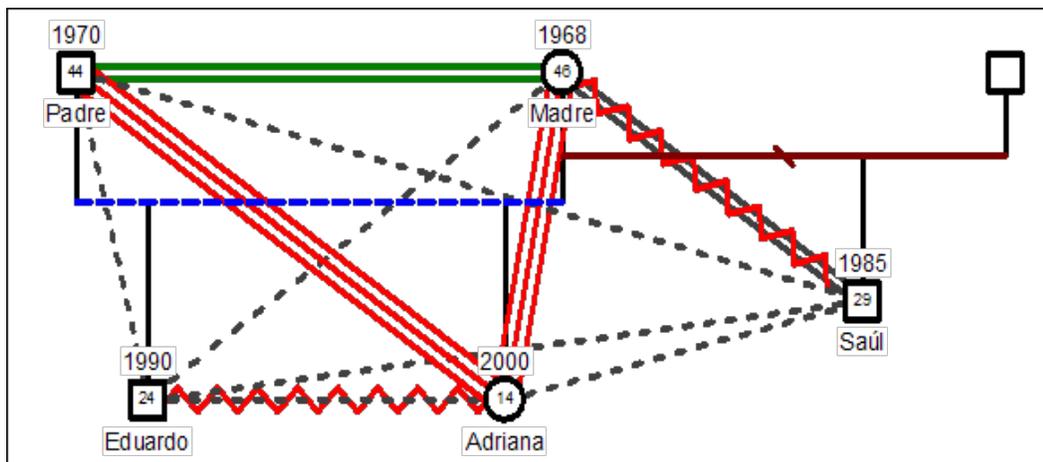


Figura 4. Genograma que muestra las relaciones entre los miembros de la familia de Eduardo.

De acuerdo con la historia de Eduardo, tiene un yo indiferenciado fusionado. Se le ubica en ese punto de la escala por la muy deficiente separación que Eduardo ha tenido con su familia de origen. Siendo una persona altamente fusionada, ha desarrollado un yo "falso" que intenta dar una impresión de independencia. Debido a las fallas que Eduardo ha señalado en su relación con los miembros de su familia califica las relaciones como distantes y superficiales, refiriéndolas como "buena", "normal" y "neutral". Eduardo usa dichas etiquetas como un mecanismo de defensa para su condición vulnerable y de alta reactividad al ambiente en el que se encuentra. Vive engañándose al no diferenciar para su comodidad los conceptos de independencia, autosuficiencia y desconexión.

Para empezar a explicar la fusión de Eduardo también se puede recurrir a la teoría del apego de

Bowlby (1993), desde la cual se explica que Eduardo desarrolló un apego inseguro considerando las interacciones positivas de apoyo y de disponibilidad que el individuo tiene con los cuidadores como elementos que después proveerán de seguridad al niño para relacionarse de la misma manera con las personas significativas. En el caso del participante, al ser su hermana Adriana la más grande preocupación de sus padres, dichas interacciones fueron muy escasas y deficientes a pesar de que Eduardo considere que una relación distante con los demás es buena y más conveniente.

Participante 5.

Marcelo es un hombre de 22 años de edad egresado de la carrera de Psicología en la UNAM. Él y su familia viven en el municipio de Tultitlán en el Estado de México. Dicha familia se conforma por

su madre de 45 años que estudió una carrera técnica como enfermera, su padre de 47, con una carrera técnica también, y su hermano menor José, de 19 años, quien se encuentra cursando el nivel superior.

Marcelo vivió su infancia en el seno de una familia funcional y afectiva en donde el padre era quien trabajaba para mantenerla mientras la madre se quedaba en casa a cuidar de los niños. Durante la niñez de Marcelo su familia no se vio perturbada por conflictos ni problemas relevantes. Al ser el hijo mayor, sus padres depositaron expectativas muy altas en él en el ámbito académico, Marcelo recuerda mucho la exigencia que sus padres ejercían en él. Fue un niño obediente, querido y consentido, incluso después de que nació José jamás percibió un trato preferencial hacia alguno de los hermanos.

Para cuando Marcelo inició su adolescencia y cursó la secundaria, su familia comenzó a atravesar dificultades económicas, por lo que su madre buscó empleo. La falta de dinero fue el origen de una serie de conflictos que duraron años en la familia de Marcelo, conflictos que marcaron fuertemente las relaciones y dinámicas familiares de cada miembro del sistema. Además de la ansiedad generada por la falta de dinero, el hecho de que la madre de Marcelo trabajara provocaba

celos en su padre, tan intensos que desembocaron en conductas violentas y en una tentativa de divorcio. Ante tal atmósfera de hostilidad las relaciones entre todos los miembros de la familia perdieron el equilibrio y mientras algunas se distanciaron y debilitaron otras se fusionan. De la misma manera, la violencia física no fue exclusiva en la interacción entre los padres, también se manifestó de su padre hacia él y su hermano.

Actualmente no se han vuelto a suscitar situaciones de agresión física y, aunque el conflicto sigue existiendo, Marcelo considera que ha disminuido aunque las condiciones que lo generan siguen siendo las mismas. La diferencia se encuentra en que si antes Marcelo era el miembro de la familia que se sentía responsable por mantener el equilibrio en casa, poco a poco ha intentado desconectarse de dicha responsabilidad que él solo adquirió.

### **Genograma**

Aquí se presenta el genograma (Figura 5) de Marcelo, el cual expone la composición de su familia nuclear y explica superficialmente el tipo de relación que existe entre los miembros del sistema familiar. Debajo del esquema se encuentra una tabla con los significados de la simbología en él.

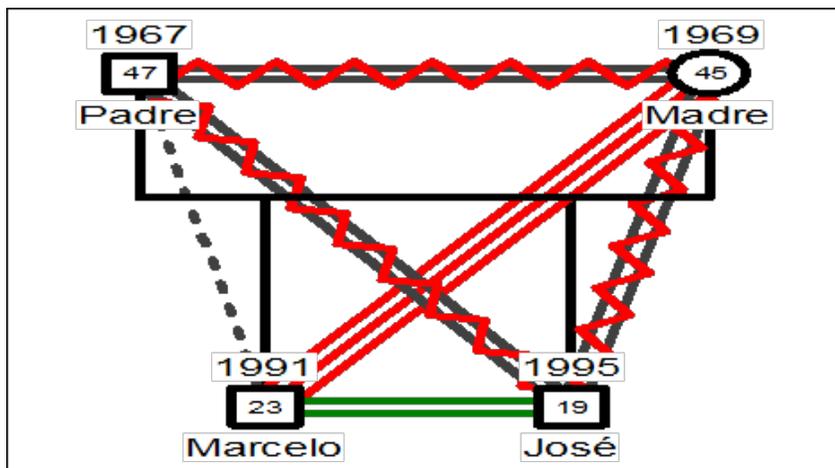


Figura 1. Genograma que muestra las relaciones entre los miembros de la familia de Marcelo.

De acuerdo con la historia de Marcelo tiene un yo indiferenciado con tendencia a la fusión. Se le ubica en éste punto por la incapacidad que tiene para impedir que sus emociones intervengan en sus acciones y pensamientos. Pero algo que caracteriza a la gente en este punto de la escala es una mayor probabilidad para lograr desarrollar un nivel de diferenciación más alto al que se tiene.

La fusión de Marcelo se manifiesta desde la infancia con la exigencia que su madre ejerce sobre él, pidiendo siempre su perfección como alumno, como hijo y como hermano mayor, siendo la absoluta obediencia el medio para no decepcionar a sus padres lo que va convirtiendo a Marcelo en un niño influenciado por el elogio y susceptible a la crítica de sus padres.

La indiferenciación de Marcelo sale a relucir a partir de su adolescencia, donde se acentúa y

“toca fondo”. Ante los problemas en casa él ocupa el lugar del hijo triangulado al convertirse la persona a la que su madre recurría en busca de apoyo. Esto lo convirtió en el miembro más vulnerable del hogar, desarrollando así la necesidad y el sentimiento de responsabilidad sobre los desperfectos de su familia y la salud emocional de todos los miembros que la integran.

Participante 6.

Edgar es un hombre de 20 años de edad que cursa una universidad privada el área de sistemas. Él y su familia viven en el municipio de Naucalpan en el Estado de México. Su familia está integrada por su madre de 42 años quien es maestra, su padre de 49 que es servidor público y su hermano mayor Ernesto de 21 años, quien actualmente cursa la carrera de Ingeniería industrial.

El caso de Edgar es particular porque su discurso se divide en dos etapas. En la primera, durante el inicio de la entrevista, el discurso puede interpretarse como superficial, ensayado y “bonito”: describe su vida, su ambiente y todo lo que sucede a su alrededor como lo que él quiere ver, o como se le ha enseñado que es correcto, bueno, y lo que “debe ser”. En su entrevista se encuentran frecuentemente frases como “qué buena vida he tenido”, “así ha sucedido todo, no creas que te miento”, “nunca he tenido problemas”, “yo creo que todos son mis amigos”.

En la segunda parte de la entrevista, al pedirle ejemplos y casos reales, comienzan a aparecer significativas contradicciones entre su discurso y lo que realmente ha sucedido. El ejemplo más notorio es en la descripción que hace de su familia como casi perfecta, donde no existen conflictos. Ocurre lo mismo en sus relaciones sociales, primero considera una persona extremadamente sociable y posteriormente reconociendo la incomodidad que a veces le genera estar con muchas

personas o con cierto tipo de personas. Las incongruencias también se encuentran en la autopercepción que tiene de sí mismo en varias etapas de su vida, al compararlo con su manera de reaccionar ante diversas situaciones.

Para Edgar no hay personas más significativas que sus padres y su novia, Marlene. Argumenta que nunca se ha visto ante momentos cargados emocionalmente, ni familiares, amistosos o amorosos, no considera haber atravesado un momento significativo que haya considerado como un desafío para su vida y es por eso que considera tener una vida afortunadamente tranquila.

## Genograma

Aquí se presenta el genograma (Figura 6) de Edgar, el cual expone la composición de su familia nuclear y explica superficialmente el tipo de relación que existe entre los miembros del sistema familiar.

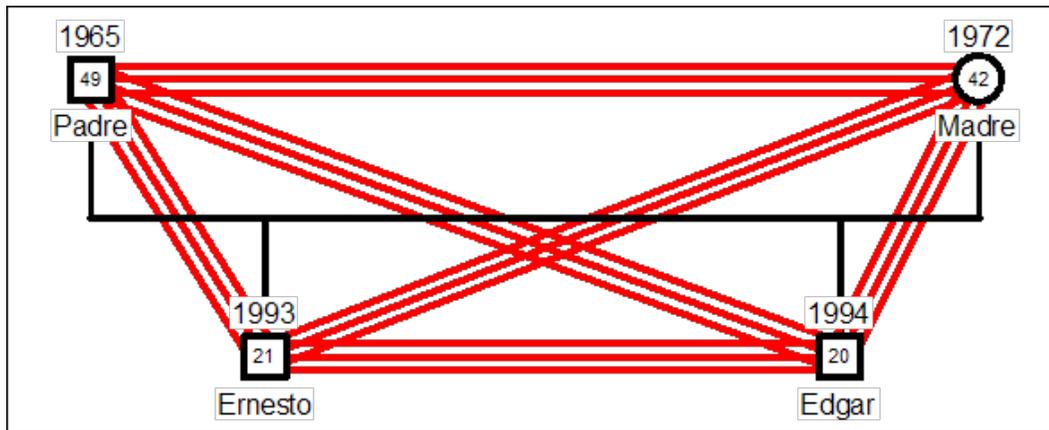


Figura. 6. Genograma que muestra las relaciones entre los miembros de la familia de Edgar.

La fuerte ansiedad que existe en la familia de Edgar hace que él adopte completamente las creencias, valores, actitudes y pensamientos de su madre, lo cual se ve reflejado incluso en la manera en la que el participante habla y se expresa.

Una vez analizado el discurso de Edgar se puede señalar que él un yo pobremente diferenciado, particularmente fusionado. Se le ubica en este punto de la escala por la muy poca separación que Edgar ha tenido de su familia de origen, así como por la alta ansiedad que ésta maneja y el anhelo por el control que predomina en sus padres. Dicha ansiedad se manifiesta de manera tan pasiva que Edgar y su familia han podido, hasta la fecha, tener una dinámica familiar dependiente aparentemente funcional y sin conflictos, siendo una familia que ha aprendido a “querer” su profunda dependencia.

Desde la teoría del apego de Bowlby (1993) Edgar ha desarrollado un apego inseguro, el cual por la información dada ha sido fomentado en mayor grado por su madre, al decirle con quién relacionarse, cómo es correcto que debe ser, qué es correcto que debe hacer y, sobre todo, la insistente búsqueda de la unión y dependencia entre la familia, la cual impide que Edgar se arriesgue a buscar más vínculos amistosos seguros y confiables. Dicha inseguridad se explica desde el momento en el que Edgar considera a su padre y a su hermano como a sus dos principales amigos y rechaza intimar demasiado con otros amigos, lo cual refleja su inseguridad hacia las personas fuera de su familia.

Con respecto a su madre, podemos notar la indiferenciación de la misma por medio de sus conductas de sobreprotección, preocupación excesiva, autoritarismo (sutil y pasivo), el deseo y

exigencia de hijos perfectos al decirles cómo deben ser y “aconsejando” lo que no deben hacer. Algo que Edgar heredó, pues también comparte esa característica al querer estar rodeado de pura gente “sana” y “correcta”. La madre de Edgar es una persona tan dependiente (fusionada), que bajo la justificación de la “unión familiar” y el “amor a los hijos” busca satisfacer las necesidades emocionales propias, evitar la sensación de abandono y llenar el vacío de un marido ausente por el trabajo.

Es tan grande la dependencia que hay dentro de la familia nuclear que Edgar, con tal de no decepcionar y seguir sintiéndose parte de la familia, obedece y sigue al pie de la letra los principios que sus padres le enseñaron pues le afecta

mucho la crítica que hacen de su comportamiento e influyen fuertemente en sus decisiones personales.

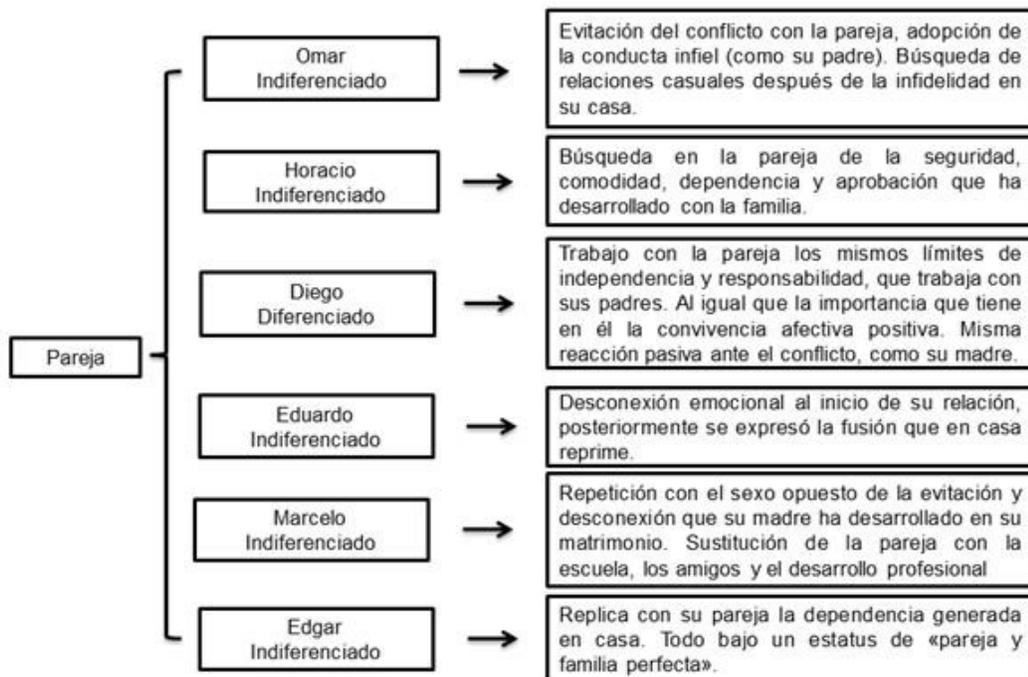
### Discusión y conclusión

El proceso de transmisión multigeneracional propuesto por Kerr y Bowen (1988) describe el mecanismo mediante el cual los padres heredan a los hijos ciertos atributos, hábitos o maneras de reaccionar al ambiente y se describe a continuación en los siguientes esquemas. Los resultados del proceso de transmisión fueron clasificados en tres categorías, la primera es familia, y dentro de ésta se consideraron todos aspectos que los participantes heredaron de sus padres y de los cuales hacen práctica en la dinámica familiar.



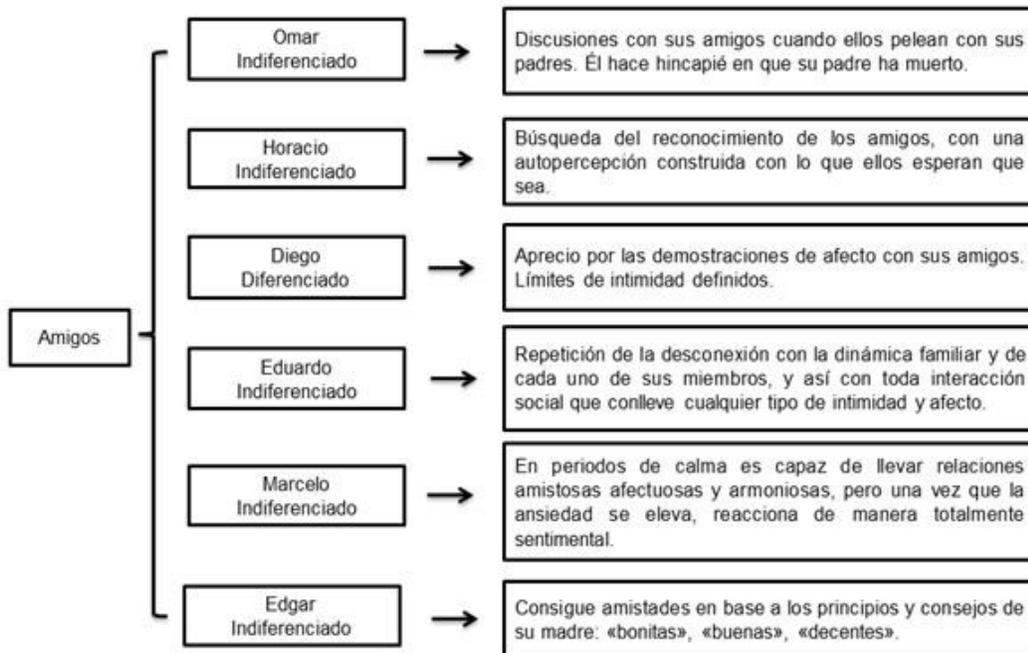
Como se planteó desde un inicio, el vínculo interpersonal de principal interés para el trabajo fue la pareja. Pudiendo afirmar lo dicho por Valdez, González-Arratia y Sánchez (2005), acerca de que las dinámicas familiares son llevadas a la relación de pareja, ya que ésta es el vínculo emocional más

parecido al que establecemos con la familia. Encontrando en cada uno de los participantes atributos familiares que son parte de la dinámica con sus parejas, o con el sexo opuesto (en el caso de los participantes sin pareja).



Aun así, a través de las entrevistas fue posible detectar la dinámica social de los participantes y como casi todos eran jóvenes universitarios, excepto Omar, la rutina escolar fue de gran ayuda

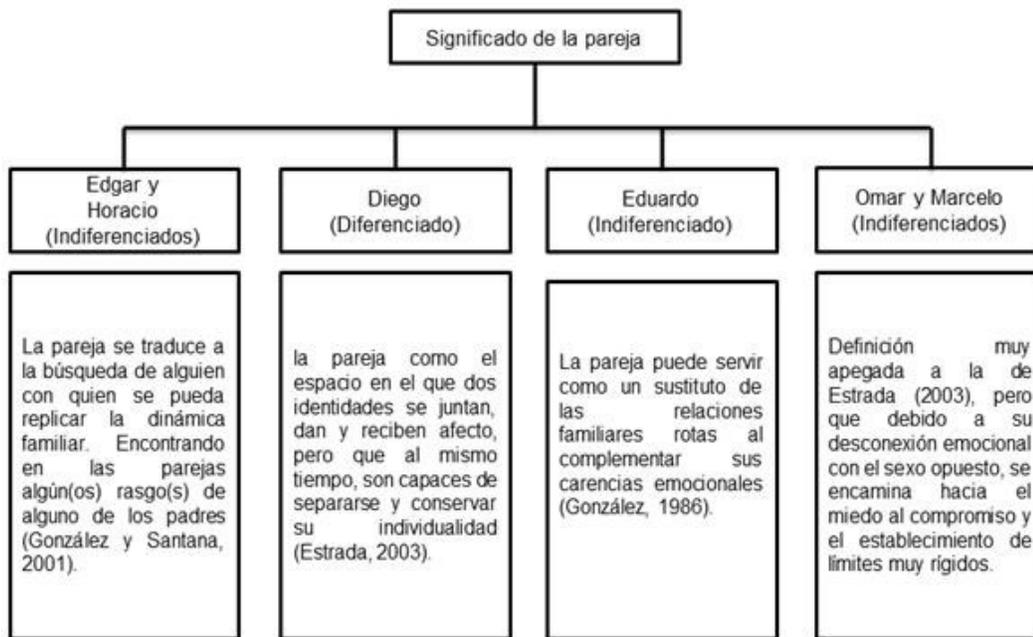
para observar que así como en la pareja, los modelos internos de convivencia se repiten en todas las interacciones del individuo, como lo había afirmado Bowen (1998).



En cuanto al objetivo de explicar cómo el nivel de diferenciación opera en la disposición de iniciar y establecer una relación de pareja, se esperaba que los participantes indiferenciados no tuvieran la habilidad para establecer relaciones duraderas. Lo cual fue descartado a través de los casos de Eduardo y Edgar, quienes a pesar de tener muy bajos niveles de diferenciación, se encuentran dentro de una relación sentimental estable y duradera.

Al proponer describir y analizar la construcción del concepto de pareja que los participantes han

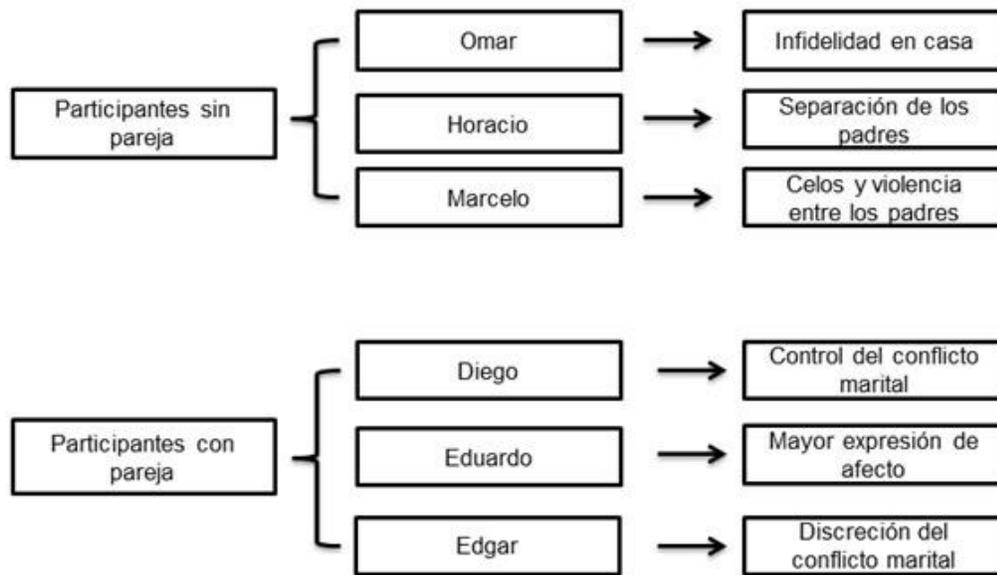
elaborado a través de su historia se concuerda con lo dicho por Gottman (1999), llega el punto en que todos los individuos, independientemente de su grado de diferenciación, desearán y describirán parejas y relaciones sentimentales independientes y funcionales. Pero dicha definición queda atrás al momento de analizar los trasfondos de las experiencias de los participantes, cuyas definiciones quedan plasmadas en el siguiente esquema, encontrando similitudes con algunas definiciones de algunos autores revisados.



Es por lo anterior que se está de acuerdo con lo dicho por Toman (1969) y Valdez, González-Arratia y Sánchez (2007) pues se logró notar cómo el ambiente y la dinámica familiar determinan fuertemente las interacciones del ser humano fuera del seno familiar, pues éste termina por replicar los modelos de interacción más implícitos y profundos que ha aprendido en casa. En el caso de las relaciones de pareja, dichas interacciones son fundamentales al momento de determinar la

disposición, dependencia o desconexión que se establece con ellas.

Algo que pudo detectarse en el transcurso de las entrevistas fue que, al compararlos con los participantes con pareja, los participantes que se encontraban sin una relación de pareja estable y duradera han sido los hijos de las historias y modelos maritales más ansiosos y disfuncionales. El siguiente esquema enumera las situaciones maritales que han jugado a favor o en contra de los participantes para relacionarse en pareja.



Algo que el trabajo con adultos jóvenes ayudó a explorar fue el contraste entre un nuevo estilo de vida expuesto, el cual incluye mayores metas profesionales y personales, así como la aceptación de diversas dinámicas sociales, sentimentales y/o sexuales que no podrían clasificarse como relaciones de pareja, y un concepto social de pareja anticuado, cuyos términos son tan rígidos y específicos que no dan paso a la incorporación de éstas nuevas dinámicas. Siendo en esta intersección donde se localiza un foco de conflicto para ellos, pues tienden a creer que la realización personal no se lleva con la vida con pareja. Sin embargo, a pesar de que algunos participantes se dieran la oportunidad de experimentar la liberación sexual y/o priorizar las metas personales y/o profesionales antes que la pareja, a través del discurso es notoria la importancia y el peso que ésta tiene en

sus vidas, pues incluso los participantes que se encuentran sin pareja se mantienen en la búsqueda del modelo romántico, comprometido y socialmente aceptado.

## Referencias

- Acevedo, V. E. y Restrepo, L. (2010). Experiencias de pareja sobre vivir feliz en pareja. *Pensamiento Psicológico*, 8 (15), 63 – 76.
- Bowen, M. (1989). *La terapia familiar en la práctica clínica*. Barcelona: Desclée de Brouwer.
- Bowen, M. (1997). *Bowen theory and practice*. Washington D.C: Georgetown Family Center.

- Bowen, M. (1998). *De la familia al individuo. La diferenciación de sí mismo en el sistema familiar*. Barcelona: Paidós.
- Bowlby, J. (1993). *El vínculo afectivo*. Barcelona: Paidós.
- Estrada, I. (2003). *El ciclo vital de la familia*. México: Grijalbo.
- Gottman, J. M. (1993). The roles of conflict engagement escalation, and avoidance in marital interaction: A longitudinal view of five types of couples. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61 (1), 6 – 15.
- Ibáñez, E. J., Guzmán, X. V. y Vargas, J. J. (2010). Descripción y análisis del concepto de diferenciación. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 13 (1), 52 – 79.
- Kerr, M. (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*. New York: W.W. Norton & Company.
- Titelman P. (2014) The Concept of Differentiation of Self in Bowen Theory. En P. Titelman (Ed.) *Differentiation of Self: Bowen Family Systems Theory Perspectives*. Nueva York: Routledge Taylor and Francis Group.
- Toman, W. (1969). *Family Constellation*. New York: Springer Publishing Company, Inc.
- Valdez, J. L., Maya, M. U., Aguilar, P., González-Arratia, N. I. y Bastida, R. (2012). Deseabilidad social en la pareja. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 15 (2), 394 – 404.
- Valdez, J.L., González-Arratia, N. I. y Sánchez, L. M. (2005). Elección de pareja en universitarios mexicanos. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 10 (2), 355 – 367.
- Valdez, J.L., González-Arratia, N. I. y Sánchez, L. M. (2007). Características de personalidad percibidas en los padres y la pareja permanente: Un estudio correlacional. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 12 (1), 147 – 156.
- Vargas, J. J. e Ibáñez, E. J. (2002). Enfoques teóricos de la transmisión intergeneracional. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 5 (2), 1 – 25.
- Vargas, J. J. e Ibáñez, E. J. (2003). Análisis y reflexiones sobre la transmisión intergeneracional. En *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*. Consultado el 1 de junio de 2014. Disponible en

<http://www.revistas.unam.mx/index.php/repi/article/view/21690/20428>.

- Vargas, J. J. e Ibáñez, E. J. (2007a). Fusión y desconexión emocional. Dos extremos en el concepto de diferenciación. *Alternativas en Psicología*, 14 (21), 16 – 27.
- Vargas, J. J. e Ibáñez, E. J. (2007b). Transmisión intergeneracional: El uso de la metodología cualitativa en un estudio de caso. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 10 (2), 49 – 81.
- 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.