



UNIVERSIDAD  
DE MÁLAGA

FACULTAD DE PSICOLOGÍA  
Y LOGOPEDIA

# La relación entre la diferenciación del self y la identidad

Trabajo de fin de grado de Jesús Pérez Martín,  
tutorizado por Jesús Oliver Pece

## Resumen

La diferenciación del self es un proceso que implica alcanzar la autonomía emocional con respecto a la familia de origen, pero sin romper los vínculos afectivos. El presente Trabajo de Fin de Grado ha analizado la relación entre la diferenciación del self y la identidad, que es la construcción interna de un individuo tras un proceso de exploración activa y compromiso de acuerdo sus propios valores. Para ello, se ha realizado una revisión de las investigaciones realizadas en la última década. Aunque existen pocos estudios al respecto, los resultados han mostrado una relación significativa entre ambas variables, demostrándose que los factores implicados en el desarrollo identitario también están implicados en el proceso de diferenciación. Además, cada estado identitario (Identidad difusa, Identidad hipotecada, Identidad moratoria e Identidad de logro) parece tener un efecto único sobre las dimensiones de la diferenciación (Posición del Yo, Reactividad Emocional, Fusión con Otros, Corte Emocional y Dominio de los Otros). Asimismo, se observan relaciones con otras variables asociadas a la identidad (autoconcepto y autoestima). Por último, se discuten las limitaciones encontradas, las implicaciones teóricas y clínicas, y se proponen futuras líneas de investigación.

*Palabras clave:* Diferenciación del self, Teoría de Bowen, identidad, estados de identidad, Marcia.

## Abstract

The differentiation of the self is a process that implies reaching emotional autonomy with respect to the family of origin, but without breaking the affective bonds. The present Degree Final Project analyzed the relationship between the Differentiation of self and identity, which is an individual internal construction after a active process of exploration and commitment according to the own values. For it, a review of the last decade researches has been carried out. Although there're few studies about that, the results have shown a significant relationship between both variables, demonstrating that the factores involved in the identity development are also involved in the Differentiation process. In addition, each identity state (Identity diffusion, Identity foreclosure, Identity moratorium and Identity achievement) seems to have a specific effect on the differentiation's dimensions (I position, Emotionally reactive, Fusion, Emotional cut-off and Domination of others). Likewise, there're relationships with other variables associated with identity (self-concept and self-esteem). Finally, the future lines of research are proposed.

*Keywords:* Differentiation of self, Bowen's Theory, identity, identity statuses, Marcia.

### Introducción

Murray Bowen (1913-1990) es considerado uno de los padres de las denominadas teorías familiares sistémicas. A diferencia de otros profesionales sistémicos, Bowen se centra menos en las técnicas terapéuticas y dirige sus objetivos en desarrollar una Teoría, ya que considera fundamental tener un conocimiento previo del comportamiento humano para desarrollar una mejor psicoterapia. Nace así lo que se conoce como la Teoría Familiar Sistémica de Bowen (TFSB; Bowen, 1976; Kerr y Bowen, 1988), reconocida como la teoría que mejor nos permite entender cómo se encuentran conectados emocionalmente los miembros de una familia, constituyendo una unidad emocional.

Para Bowen, en las relaciones familiares se produce la interacción de dos fuerzas vitales: la vinculación y la autonomía. El equilibrio entre ambas fuerzas dará origen a relaciones familiares más saludables, que permiten a cada individuo tener su propia autonomía emocional y, al mismo tiempo, mantener relaciones emocionales con los demás.

La Teoría de Bowen está vertebrada por ocho constructos que se encuentran entrelazados entre sí. Es por ello que resulta necesario tener conocimiento de cada uno de ellos para obtener una mayor comprensión de la Teoría. Los ocho constructos de la TFSB son: los triángulos, la Diferenciación del Self, el proceso emocional de la familia nuclear, el proceso de proyección familiar, el proceso de transmisión multigeneracional, el corte emocional, la posición de los hermanos y el proceso emocional de la sociedad. De los ocho constructos mencionados, la Diferenciación del Self es el más importante.

De acuerdo con la Teoría de Bowen, podemos definir la Diferenciación del Self como “la madurez psicológica”, que además es una característica fundamental en las relaciones familiares y que funciona tanto en un nivel interpersonal como en un nivel interno para cada miembro de la familia. En pocas palabras, es la capacidad que tiene un individuo para autorregularse emocionalmente, y está modulado por el grado de autonomía y la vinculación en las relaciones interpersonales (Bowen, 1978; Skowron y Friedlander, 1998; Titelman, 1998).

Un menor grado de Diferenciación del Self hará que la persona disponga de una menor cantidad de recursos para enfrentarse a diferentes problemas y situaciones. Es cierto que las familias no causan la enfermedad, pero hay evidencias de que el sistema emocional familiar va a influir en la manera en que los individuos hacen frente a las experiencias de la vida, sobre todo a las estresantes, las cuales son la base de multitud de disfunciones psicológicas, físicas o incluso sociales. Diversas investigaciones han encontrado que una mayor diferenciación del self está relacionada con un mayor bienestar (Skowron, 2003), una menor sintomatología física y psicológica (Rodríguez-González, 2018), una mayor autorregulación emocional (Bowen, 1978; Skowron y Friedlander, 1998) y un menor conflicto marital (Skowron, 2000; Spencer y Brown, 2007), reduciendo tanto el desajuste de la relación como la posibilidad de violencia en la familia.

Una variable que podría estar relacionada con la Diferenciación del Self y que tiene un papel importante en el ajuste psicológico de los seres humanos es la Identidad.

Erik Erikson (1902-1994) es considerado uno de los psicoanalistas que mayor contribución ha aportado a la psicología del desarrollo, sobre todo en cuanto al tema de la Identidad. Se trata de un constructo que muchos cuestionan, incluso hay autores que lo definen como Autoconcepto (Hendry y Kloep, 2018; Hill, 1973). La reputación de Erikson se debe en gran parte a su concepto de Crisis de Identidad, término que acuñó en *Identity: Youth and Crisis* (1968) junto al concepto de Identidad durante la época de la Segunda Guerra Mundial, al comprobar que aquellos soldados que habían sido sometidos a las exigencias de la guerra habían perdido el sentido del yo, ya que el trauma experimentado les había llevado a sentir que no tenían un pasado ni un futuro. Presentaban un sentido de la identidad del yo extremadamente deteriorado. Comprobó esa misma pérdida del sentido del yo en un estudio sobre jóvenes adolescentes, pero esta vez debido a una guerra “contra ellos mismos”.

Erikson (1968) designó la crisis de identidad como un período durante el cual las identificaciones previas que tiene un individuo ya no las consideran como adecuadas. La gente tendió a interpretar la palabra “crisis” como “catástrofe”. Su significado no tenía intención catastrófica, sino más bien de “punto de inflexión” durante el desarrollo humano en el que se necesita tomar de manera activa una dirección u otra como si fuese una oportunidad para alcanzar el crecimiento personal. Las direcciones que tomamos van a construir nuestra identidad. Por tanto, podemos definir la Identidad como el conjunto de características que posee un individuo y que le permiten diferenciarlo del resto, y que se va estructurando a lo largo de los años a través de las decisiones que se toman de acuerdo a uno mismo. Consiste en el compromiso de la persona hacia sus propios valores, en las diferentes áreas de su vida (rol de género, profesión, ideología política, entre otras). El hecho de no superar esa crisis de identidad de una manera positiva puede llevar a la persona a acarrear consecuencias desafortunadas e inmediatas. Un buen desarrollo de la identidad influye en el ajuste psicológico en la medida en que la persona reduce

la probabilidad de experimentar problemas de conducta, de autoestima, de ansiedad, depresión, entre otros.

Sabiendo la importancia de estos dos constructos, la Diferenciación del Self apenas ha sido investigada en España. Además, se han realizado pocos estudios que hayan analizado la relación entre la Diferenciación del Self y la Identidad. Es por ello que el objetivo del presente TFG es realizar una revisión bibliográfica de las investigaciones más actuales, para así conocer qué aspectos de cada variable influyen sobre la otra, y por tanto, las relacionan.

Para el cumplimiento de este objetivo, se realizó una búsqueda bibliográfica en el metabuscador Jábega de la Universidad de Málaga, introduciendo como palabras clave: "Differentiation of Self", "Self", "Bowen", Skowron y Friedlander", "Identity", "Identity status", "Marcia", "Symptomatology", "Erikson". Para una mayor contrastabilidad, se ha acotado la búsqueda a los últimos 10 años. Junto con el metabuscador Jábega, también se hizo uso de ProQuest, una colección de bases de datos de carácter multidisciplinar, y Psyclnfo, considerada una de las base de datos más importantes del campo psicológico.

### La diferenciación del self

El concepto de Diferenciación del Self hace referencia al grado en que un individuo es capaz de autorregularse emocionalmente, vincularse a los demás de manera adaptativa y, a su vez, poseer autonomía en las relaciones interpersonales (Bowen, 1978; Skowron y Friedlander, 1998; Titelman, 1998;).

Se trata de un constructo multidimensional, puesto que para definirlo siempre se utilizan dos tipos de componentes: uno intrapersonal y otro interpersonal. En cuanto al nivel intrapersonal, se entiende la diferenciación del self como una fuerza vital instintiva de los seres humanos que los empuja desde la infancia a convertirse en individuos separados emocionalmente de sus progenitores, capaces de actuar, pensar y sentir por sí mismos (Kerr, 1984; Kerr y Bowen, 1988). En otras palabras, es la capacidad para separar al pensamiento del sentimiento, sobre todo en aquellas situaciones en las que hay una mayor tendencia a la emoción y, por ende, se anula el pensamiento. Por otro lado, en el nivel interpersonal, la diferenciación del self se entiende como la capacidad que tienen las personas para vincularse a los demás a la par que funcionan de manera autónoma. La Teoría de Bowen (1976) establece una interdependencia entre todas aquellas relaciones que poseen un componente emocional. En dichas relaciones, las personas van a tener una necesidad tanto de conexión con los demás como, a su vez, una necesidad de diferenciarse y ser independientes (Kerr, 1980). El bienestar emocional de una persona está muy influido por el equilibrio entre las fuerzas de unión con los otros y de individualidad que experimentan las personas en su respectivo sistema familiar.

Para Bowen (1978), existen dos tipos de Self:

- **El Self básico**, que sería el Self "real" o "verdadero". Solamente está mediado por una nueva experiencia, y no es negociable ni influenciado a través de la presión experimentada en el sistema de relaciones, ya sea para conseguir la aprobación de los demás o bien para mejorar la posición de uno mismo con los demás. Esto hace que se trate de una cualidad estable. El grado de Self básico que tiene un individuo se desarrolla en la infancia y se va consolidando en la edad adulta. Existen tres factores que van a determinar el nivel básico de diferenciación que va a conseguir una persona:
  1. El Self básico que presenten los progenitores (pudiéndose incluir generaciones anteriores).
  2. El nivel de ansiedad crónica que tenga la familia desde el nacimiento y a lo largo de las diferentes etapas del desarrollo evolutivo del hijo/a.
  3. Las relaciones que tenga la familia con otros sistemas (familia extensa, redes sociales, etc.).
- En segundo lugar nos encontramos con el **pseudo-Self**, al que también podemos denominar Self cambiante o funcional. Es descrito como aquel que "se adquiere bajo la influencia del sistema de relaciones y en sí mismo" (Bowen, 1985). Ese pseudo-Self consiste en una recopilación de multitud de hechos, principios, filosofías, conocimientos y creencias que se internalizan en el sistema de relaciones, y que cambia con la emoción que se presente. Las circunstancias que se presenten ante el individuo influirán en el pseudo-Self, que además variará más o menos dependiendo también de su grado de Self básico. Es el responsable de esa gran necesidad de pareja o fusión que experimentan algunas personas, sobre todo cuando se encuentran en momentos de mayor estrés emocional (Kerr, 1981; Kerr y Bowen, 1988). Estas personas viven en un mundo dominado por los sentimientos, son incapaces de distinguir entre el hecho y la verdad sobre todo en tiempos de estrés, y tienen una mayor

probabilidad de tomar decisiones en función de su estado de ánimo. Son más propensos a los estresores emocionales, y las situaciones que resultan amenazantes para el individuo provocan un aumento significativo de la ansiedad (Bowen, 1985).

### **Dimensiones de la Diferenciación**

Elizabeth Skowron y Myrna Friedlander (1998) son dos grandes investigadoras cuyos estudios han permitido estructurar el componente intrapersonal y el componente interpersonal de la Diferenciación del Self en cuatro dimensiones diferentes, facilitando así la comprensión del constructo:

#### **Posición del Yo (PY)**

Dimensión de la Diferenciación del Self que se encuentra incluida dentro del componente intrapersonal. Se define como la capacidad que tiene una persona para tener sus propias convicciones, creencias y posiciones, y por supuesto mantenerlas ante la presión de individuos significativos.

#### **Reactividad Emocional (RE)**

Esta dimensión estaría incluida, al igual que la posición del yo, dentro del componente intrapersonal. Ésta es definida como la incapacidad que presenta una persona para manejar sus propias emociones junto con la tendencia de responder ante los estímulos ambientales de manera impulsiva (automática).

#### **Fusión con Otros (FO)**

Dimensión de la Diferenciación del Self que se encuentra incluida dentro del componente interpersonal. La podemos definir como la tendencia que tiene una persona para fusionarse emocionalmente en las relaciones, mantener la posición que tenían en su familia de origen, y conseguir en todo momento la aprobación de los demás.

#### **Corte Emocional (CE)**

Esta dimensión estaría incluida, al igual que la fusión con otros, dentro del componente interpersonal. Hace referencia a la tendencia que tiene una persona de mantener una independencia rígida con la familia de origen y otras personas significativas, provocando malestar emocional en las situaciones de intimidad. Consiste en distanciarse tanto física como emocionalmente de los demás.

A pesar de no existir a penas bibliografía al respecto, Oliver y Berástegui (2019) identificaron una quinta dimensión de la Diferenciación del Self, poco trabajada pero sobre la que se está investigando actualmente en España:

#### **Dominio de los Otros (DO)**

Esta dimensión de la Diferenciación del Self se podría incluir dentro del componente interpersonal. Se define como la tendencia a no tolerar las diferencias con los demás.

Las personas con un grado más bajo de diferenciación mostrarían, en este sentido, un mayor DO, mostrándose dogmáticas e inflexibles al tratar de imponer sus propias ideas a los demás mediante presión, revelándose una gran falta de madurez.

### **Consecuencias del grado de Diferenciación**

Bowen (1985) conceptualizó la Escala de Diferenciación del Self para valorar el Self de cada persona, lo que representa un continuo del funcionamiento humano, que va desde niveles bajos a niveles altos de diferenciación. Teóricamente, la escala consiste en perfiles en los que se representa el grado en que un individuo es capaz de distinguir procesos de sentimiento y procesos de pensamiento (Kerr y Bowen, 1988). Describe el perfil de una persona con diferenciación completa del yo como "la madurez emocional completa", y el punto más bajo lo denomina "indiferenciación" o "no-self" (Bowen, 1985, p. 162).

Por un lado, las personas que presentan alto grado de diferenciación se describen como personas centradas y dirigidas hacia sus objetivos, se encuentran seguros de sus creencias pero no son personas rígidas en su pensamiento, y sus relaciones se caracterizan por tener la capacidad de disminuir los límites del yo en cuanto a la sexualidad o en otras experiencias emocionales. Además, son capaces de desvincularse y continuar el curso hacia su propia voluntad. Esto no quiere decir que la persona es menos empática, que solamente se centra en sus propios objetivos o que no valora la intimidad emocional, sino que presenta relaciones interpersonales de una manera más equilibrada,

estable y satisfactoria. En el nivel individual podríamos decir que los sujetos que están más diferenciados tienen una mayor capacidad para emplear el razonamiento lógico, una mayor capacidad de reflexión, una mayor conciencia emocional y una experiencia afectiva más intensa. Cuando hablamos de la Diferenciación del Self en el nivel interpersonal, los individuos que están más diferenciados son más capaces de alcanzar la intimidad emocional sin sentirse tan dependientes como para experimentar miedo al abandono. Además, cuando aparece algún tipo de conflicto entre personas muy diferenciadas, éstas son capaces de mantener la conexión sin necesidad de llegar al corte emocional o incluso, al control relacional. Según Bowen (1985), los diferentes niveles que encontramos en la Diferenciación del Self van a transmitirse de manera intergeneracional, es decir, el grado de diferenciación que tienen los padres influye en el grado en que sus hijos/as alcanzan su propia Diferenciación del Self. De este modo, aquellos padres y madres que tienen una mayor diferenciación suelen favorecer el desarrollo de la autonomía de sus hijos/as en función de su edad, así como una mayor capacidad para autorregular su conducta y sus emociones (Oliver, 2015). También nos encontramos que los individuos más diferenciados presentan unos límites más flexibles, viéndose reflejado en que tienen una mayor intimidad emocional y física sin temor a la fusión. Sienten libertad a la hora de involucrarse en las relaciones personales sin que esto repercuta en los valores que le dirigirán hacia su meta. La presión grupal no limita su capacidad para tomar decisiones adaptativas. Cuando nos centramos en las dimensiones, las personas muy diferenciadas tienen un alto nivel de posición del yo y un bajo nivel de reactividad emocional. Cuando se presenta una mayor diferenciación en el nivel intrapsíquico, los individuos son más capaces de adaptarse a los estresores vitales, reflexionar y valorar equilibradamente la realidad, y mantenerse más en calma respecto a la emocionalidad de otros (Bowen, 1978). Con respecto al ámbito interpersonal, una alta diferenciación supone sentir comodidad en la intimidad y tener autonomía respecto a las relaciones.

Por otro lado, las personas que presentan un bajo grado de diferenciación del Self son aquellas que tienen una mayor dependencia de los sentimientos de los demás, se agobian más fácilmente y presentan disfunciones en áreas importantes de su vida (Bowen 1976, 1985). Son personas muy dependientes de los demás en cuanto a las relaciones, impidiéndoles alcanzar sus propios intereses y tienden a fusionarse con otros, a invertir demasiado en las relaciones, a tratar de controlarlas o distanciarse de las mismas. Estas personas tienen una mayor tendencia a vivir en una ansiedad constante, necesitan involucrarse en situaciones o relaciones que les permitan estar fusionados, o bien evitan dicha relación en el caso de que consideren desagradable la intimidad emocional. Además, evalúan la situación de una manera más dependiente de todo lo externo. Tienden a desarrollar altos niveles de estrés y ansiedad. Las personas poco diferenciadas tienden, a la fusión con otros, a la posición contraria (corte emocional), o bien, hacia el control y dominio de los demás. Aquellas familias que presentan un grado bajo de diferenciación presentan una fusión con otros y una reactividad más elevada con los miembros de su familia, lo que implicará que cuando alguno de los miembros se encuentre ante alguna vivencia estresante, esto tenga consecuencias también sobre el resto de miembros.

### **Variables relacionadas con la Diferenciación**

La mayoría de las investigaciones que se han llevado a cabo apuntan que la Diferenciación del Self es un constructo que está relacionado con multitud de variables.

Multitud de estudios señalan que cuando una persona presenta un mayor grado de diferenciación, también es mayor su adaptación a las situaciones estresantes que se presentan en su vida cotidiana o de manera inesperada. Esto hace que estas personas tengan una menor probabilidad de emitir una respuesta ansiosa, o al menos una respuesta tan ansiosa como para llegar a convertirse en desadaptativa. Una menor diferenciación hará que ante estas situaciones estresantes, los individuos tengan una menor cantidad de recursos de afrontamiento, ejecutando respuestas menos adaptativas y, por tanto, generando una mayor ansiedad (Gore y Murdock, 2004).

También se han encontrado otras variables relacionadas con la Diferenciación del Self, como es el caso de la Satisfacción Marital (Skowron, 2000). Las investigaciones respecto a esta variable demuestran que cuando los individuos presentan un alto nivel de diferenciación se presenta una relación romántica significativamente mayor que en aquellos casos en los que la diferenciación presentaba un grado más bajo, es decir, con una alta diferenciación la satisfacción en el matrimonio aumenta. Se postuló que los niveles altos de diferenciación indican una mayor capacidad del individuo para experimentar una intimidad más completa, manteniendo a su vez la autonomía dentro de sus relaciones (Peleg, 2008; Skowron, 2000). Existe, por tanto, una relación positiva entre el nivel de diferenciación y la satisfacción de la relación romántica.

Se ha encontrado una variable muy curiosa relacionada con la Diferenciación del Self que son los Estresores Homosexuales. Las investigaciones sugieren que el colectivo LGTBIQ+ puede experimentar factores estresantes individuales a su orientación sexual que afectan básicamente a su bienestar psicológico. Estos factores estresantes hacen que su desarrollo sea más desadaptativo. Los resultados de estudio muestran que los individuos pertenecientes a dicho colectivo que presentan un mayor grado de diferenciación del self experimentan menos situaciones estresantes o las encuentran menos angustiosas (Brooks, 1981).

Además, también se han encontrado relaciones de la Diferenciación del Self con variables como la ansiedad social (Peleg, 2002) o la ansiedad por separación (Halaby, Peleg, y Whaby, 2006).

### La identidad

Erikson formuló por primera vez en 1950 los conceptos de identidad, crisis de identidad y difusión de la identidad como características cruciales de la personalidad, la adolescencia y los trastornos de personalidad. Durante la adolescencia, la persona se enfrenta a la ardua tarea de decidir quién quiere ser y qué quiere defender en la vida. Esto se hace teniendo en cuenta un conjunto de valores, creencias, posturas morales y religiosas, roles familiares y sociales, etc., y por supuesto, que se consideren relevantes y satisfactorias para el individuo. Como tal, puede ser el período más importante de la actividad de identidad en todo el curso de la vida, ya que es precisamente en esa etapa del desarrollo cuando las personas experimentan una crisis de identidad, aunque si el individuo no logra desarrollar una identidad madura en la adolescencia, continuará haciéndolo en diferentes etapas de su vida. En un inicio, las áreas de vida relevantes en la identidad de las personas fueron las que Erikson había considerado como más importantes: la elección vocacional y la ideológica. A lo largo de los años y de las diferentes investigaciones que se han llevado a cabo, esas áreas han ido experimentando modificaciones; de hecho, a día de hoy se van a considerar como relevantes todas aquellas áreas que sean significativas para el individuo y que estén disponibles según la cultura. Eso quiere decir que, dichas áreas cambiarán en función del tiempo, de la cultura y poblaciones especiales.

Erikson (1968) describió la identidad como una síntesis global de las funciones del yo, por una parte, y como la consolidación de un sentimiento de solidaridad con los ideales y la identidad de grupo, por otra. La teoría de Erikson ha sido considerada modernista en su representación de los siguientes elementos estructurales de identidad:

- En primer lugar, dentro del punto de vista clásico de Erikson, la identidad se describe como un sentido vigorizante de igualdad y continuidad independientemente del contenido.
- En segundo lugar, este sentido se describe como un desarrollo epigenético (interacción de los genes y el ambiente).
- En tercer lugar, el período de desarrollo adolescente se relaciona con un período de crisis o exploración de alternativas, que idealmente conduce a la elección, que a su vez permite el cierre de la identidad y, por lo tanto, a una edad adulta de compromiso estable.
- Y, por último, la teoría enfatiza fuertemente la elección personal y la separación, como precursores de una identidad autónoma personal madura. Básicamente, esta es una descripción de la Identidad caracterizada por la autoconsistencia, estabilidad y autonomía.

Por tanto, podemos definir la Identidad como el conjunto de características que posee un individuo y que le permiten diferenciarlo del resto, que se va estructurando a lo largo de los años a través de las decisiones que se toman de acuerdo a uno mismo. Consiste en el compromiso de la persona hacia sus propios valores, en las diferentes áreas de su vida y que la persona considere relevantes. Para ello, se debe pasar por ese período de crisis de identidad. Debido al desconocimiento sobre el tema en cuestión, la gente asociaba el término "crisis" con "catástrofe", cuando a su significado realmente se refería a una visión generalmente positiva del desarrollo humano: una crisis puede ser una oportunidad para un gran crecimiento si las personas lo tratan como tal, toman conciencia y se involucran activamente en sus vidas. Sin embargo, el hecho de no superar una crisis de identidad de manera positiva puede tener algunas consecuencias inmediatas y desafortunadas. Erikson describió tres formas en que las crisis de identidad puede tomar forma: severidad, prolongación y agravación. Una crisis de identidad es severa cuando el sentido de confusión de identidad abruma el sentido de identidad. Una crisis de identidad es prolongada cuando se lleva a cabo una realineación con las identificaciones de la infancia y la adolescencia durante un largo período de tiempo. Esta realineación puede ser influenciada por los contextos sociales. Por último, una crisis de identidad se agrava cuando los intentos repetidos de resolver la etapa de identidad no tienen éxito, situación que puede ser exacerbada por la participación en contextos sociales en los que la persona no está preparada.

La configuración de la identidad está orientada a objetivos, negociados entre los valores personales y sociales, y los intereses de los diferentes contextos culturales que pueden ser diferentes y dinámicos. Se puede decir, por tanto, que la cultura también es un factor influyente, ya que un individuo que se encuentra en un determinado contexto cultural puede intentar crear una configuración de identidad que optimice la individualización y la autonomía, mientras que otro en otro contexto puede crear una configuración que promueva la interdependencia. Se trata de un proceso que está condicionado tanto por los valores del propio individuo como por la existencia de un contexto facilitador. Por tanto, la Identidad se trata de un constructo multifacético y, además, cambiante en el tiempo.

### Dimensiones de la Identidad

James Marcia (1966) desarrolló los conceptos de Erikson de formación de identidad cuando éste introdujo los dos conceptos de Exploración de Identidad y Compromiso de Identidad. Este investigador y precursor de las etapas de formación de identidad sugirió que la manera en que un individuo adulto logra una identidad sana puede conceptualizarse como la medida en que ha explorado diferentes alternativas de creencias y valores (por ejemplo, respecto a profesiones, puntos de vista políticos, religiosos...), y además, se ha comprometido con ese conjunto de valores.

Marcia describió cuatro estados identitarios, que emergen del cruce de las dimensiones de exploración y compromiso:

- *Identidad difusa*: es el estado de la Identidad en la que los individuos no tienen expectativas de futuro, por lo que no se han comprometido ni ideológica ni vocacionalmente, ni en cualquier otra área relevante para la persona. Puede ser que en un pasado se hayan comprometido, pero no han querido continuar y tampoco buscan alternativas ante ese abandono. Les caracteriza la indiferencia. El individuo que no ha explorado distintas alternativas se puede decir que cualquier compromiso fuerte se encuentra en este estado identitario.
- *Identidad hipotecada*: serían aquellos individuos que no siguen sus propios valores y se han dejado influenciar por los valores de otras personas para comprometerse en las diferentes áreas de su vida. En pocas palabras, la persona ha elegido comprometerse con un conjunto de valores sin haber pasado por una exploración activa (por ejemplo, el individuo que se basa ciegamente a los valores paternos).
- *Identidad moratoria*: la persona que no se ha comprometido (es decir, tiene poco “compromiso continuo”) pero que está explorando activamente sus opciones se encuentra en medio de una crisis de identidad, se dice que está en este estado identitario. Se puede definir como “crisis de identidad”, es decir, la etapa de búsqueda constante de alternativas sin concretar una decisión final.
- *Identidad de logro o lograda*: tras un proceso de esfuerzo en la búsqueda de posibles alternativas, los individuos adquieren finalmente un compromiso que le dirigirán hacia sus valores. El individuo que ha hecho un compromiso duradero con un conjunto particular de valores tras un proceso de exploración activa puede decirse que se encuentra en este estado identitario.

El principio básico de Marcia consiste en que la identidad se logra a través de una combinación de explorar conjuntos de valores alternativos y luego comprometerse con los mismos. En la adolescencia tardía, se asumía que la Identidad de logro representaba la posición más avanzada del desarrollo entre los estados. Luego la Identidad moratoria, por ser el camino hacia la Identidad de logro, era la siguiente más avanzada. La Identidad difusa, debido a que representa un estado sin identidad concreta, se muestra como la menos avanzada, por debajo de la Identidad hipotecada. La identidad que resultaba de la adolescencia tardía no sería la identidad final, de hecho, la identidad inicial sufre cambios y adaptaciones a lo largo de las diferentes etapas del desarrollo post-adolescente. Esto quiere decir que si observamos la identidad a lo largo del ciclo vital, los cambios que puede experimentar la misma puede hacer que no sepamos en qué etapa del desarrollo se encuentre el individuo.

### Consecuencias de una Identidad consolidada

Erikson (1968) sostuvo que una persona que no resuelve esta “crisis de identidad”, o una que se ve frustrada en su intento de resolverla por parte de padres excesivamente dominantes o circunstancias adversas de la vida, experimentará un estado de confusión de identidad y pasará por la vida sin rumbo hasta que sea capaz de iniciar un proceso de exploración.

Diversos estudios han llevado a análisis la relación entre los diferentes estado identitarios con el bienestar, salud mental, resultados de la vida, etc. (Goossens, Luyckx, y Soenens, 2008). Los resultados de estas investigaciones coinciden en que los estados de identidad que se correlacionan con una mejor salud mental y estilo de vida son más “avanzados” o más “maduros”, lo cual es una supo-

sición razonable si uno se adhiere a la noción general de que la meta del desarrollo es lograr un estado de funcionamiento emocional superior. En general, los dos estados de identidad de alto compromiso (es decir, la Identidad de logro y la Identidad hipotecada) se asocian con rasgos de personalidad positivos y un mayor bienestar. Luyckx et al. (2008) a través de sus estudios pidieron a estudiantes universitarios que completaran las medidas de identidad y personalidad en tres momentos diferentes. Encontraron que estos dos tipos de Identidad se relacionaron negativamente con el neuroticismo a lo largo del tiempo, pero se relacionaron positivamente con la extraversión, la apertura y la amabilidad. Este estudio permitió a los investigadores conocer que, a medida que los jóvenes se comprometían más con sus valores, se volvían menos neuróticos, más abiertos, extrovertidos y agradables. También se encontraron con que el nivel de compromiso de identidad tiende a aumentar con el tiempo (lo que es consistente con la teoría original de Erikson de que los individuos construyen su identidad al explorar valores y hacer compromisos a lo largo del tiempo). También encontraron una correlación entre un menor compromiso con una mayor ansiedad. Del mismo modo, las investigaciones han demostrado que aquellas personas que presentan niveles más altos de compromiso de identidad presentan un mayor autoestima y puntuaciones más bajas de depresión (Luyckx et al., 2008). En general, estos resultados parecen sugerir que pertenecer a un estado de identidad de alto compromiso predice un mayor bienestar. Esto puede no ser una sorpresa con respecto al estado de logro de identidad ya que, como su nombre lo indica, se ha conceptualizado desde el principio como un resultado de identidad deseable. Sin embargo, esto sí que puede sorprender con respecto a la Identidad Hipotecaria. Aparentemente, los individuos que se encuentran en este estado de Identidad son aquellos que han tomado decisiones de vida sin haberlo pensado mucho, lo que puede resultar como un estado muy deseable. Los autores de los estudios citados anteriormente plantean la hipótesis de que la razón de la asociación positiva entre compromiso y bienestar puede ser que cualquier compromiso implique una disminución de la incertidumbre y un aumento de la estabilidad. Es decir, cualquier compromiso, incluso aquel que no haya sido considerado por uno mismo, es mejor que ningún compromiso. Además, aquellos que asumen las ideas de sus padres sin cuestionarlas tienen menos conflictos, más inseguridad y un mayor sentido de cohesión familiar. Pero, a largo plazo, son personas con una clara falta de madurez, con menos habilidades sociales, y con unas actitudes más dogmáticas que las que se alcanzan en el estado de logro cuando se atraviesa la crisis de identidad.

Se ha comprobado que aunque las personas que no han llevado a cabo una exploración sistemática pueden tener una vida de éxito, los compromisos adquiridos después de un período de exploración tienden a ser más resistentes y más flexibles ante las circunstancias cambiantes de la vida (Beyers, Goossens, Luyckx, Soens y Vansteenkiste, 2005; Cote y Levinbe, 2002). A pesar de ello, otros estudios han encontrado asociaciones consistentes entre la exploración de identidad activa y síntomas de ansiedad y depresión (Bacho, Dunham, Kidwell, Pastorino y Portes, 1995; Luyckx et al., 2008). Estos hallazgos aparentemente divergentes tienen sentido cuando se considera lo que realmente implica el proceso de exploración. Sin duda, conlleva una cierta apertura y el coraje de acercarse a lo desconocido con curiosidad y flexibilidad. Las personas que no poseen al menos cierta capacidad de curiosidad probablemente no explorarán seriamente valores y opiniones que sean diferentes a las que les son más familiares. Sin embargo, el proceso de exploración también conlleva la suspensión del juicio, la incertidumbre sobre los objetivos de la vida, un posible período de caos social a medida que uno se mueve entre grupos de iguales y un período de confusión sobre lo que se valora en la vida. Cuando se examina desde esta perspectiva, un período de exploración de identidad activa parece casi sinónimo de un período de mayor ansiedad y volatilidad emocional. Por tanto, un estado más exploratorio de la Identidad puede ofrecer mayor bienestar o mayor ansiedad en función de la flexibilidad cada persona, de sus recursos de afrontamiento o de su personalidad. Una Identidad más consolidada es sinónimo de apertura, flexibilidad y bienestar, tanto físico como mental.

### **Variables relacionadas con la Identidad**

En cuanto a las diferentes variables con las que se relaciona la Identidad, los sujetos con alto nivel de identidad (es decir, estado de Identidad de logro) presentan menos niveles de estrés o ven las situaciones como menos amenazantes que los sujetos con menor desarrollo identitario. Esto quiere decir que son menos vulnerables a las condiciones estresantes puesto que son más realistas, mientras que aquellos que presentan un menor desarrollo identitario, tienen una menor cantidad de recursos internos para enfrentarse a las situaciones estresantes (Bakker y Schaufeli, 2004).

Otra variable interesante relacionada es la autoestima, que se ha demostrado poseer una correlación positiva en la medida en que ésta será mayor cuanto más lo sea el estado de identidad. Tienen una autoestima menos vulnerable ante las opiniones de los demás (Luyckx et al., 2008).



La ansiedad es una variable muy relacionada puesto que presenta influencias divergentes, o bien una persona en un estado de Identidad de logro puede presentar una baja ansiedad al encontrarse en dirección a sus valores, o bien presentar una alta ansiedad por todo lo que ello puede repercutir (Luyckx et al., 2008).

Por otro lado, también se ha demostrado que el estilo relacional también es una variable destacable, puesto que una persona que tenga un esta de Identidad de logro será una persona segura de sí misma que confía en los demás, estableciendo relaciones sanas pero sin dejarse influenciar por ellos/as en cuanto hacia la dirección hacia sus propios valores. Además, un elevado grado identitario es capaz de mejorar el funcionamiento psicosocial en los diferentes contextos (Berzonsky, Luyckx, Schwartz, et al., 2008).

La depresión también puede considerarse una variable relevante pues se ha comprobado que las personas que presentan un estado de Identidad de logro son menos propensas a presentar síntomas depresivos (Luyckx et al., 2008).

Cuando el estado identitario que se presenta es más elevado (Identidad de logro o Identidad moratoria), nos encontramos ante personas más curiosas y con una mayor apertura a la experiencia (Clancy y Dollinger, 1993; Goossens, Luyckx y Soenens, 2006).

### **Relación entre la diferenciación del self y la identidad**

Cuando se trata de profundizar en los estudios acerca de la existencia de una relación entre la Diferenciación del Self y la Identidad, pocos son las investigaciones al respecto, aunque de momento, suficientes para esclarecer la principal de las hipótesis: ambas variables se encuentran relacionadas.

Por un lado, a pesar de que el estudio de las dimensiones familiares que afectan al nivel de diferenciación de los/as adolescentes está comenzando a emerger, se conoce poco sobre los pasos del proceso de diferenciación que los propios jóvenes adultos desempeñan activamente. En la Teoría de Bowen (1978) se plantean dudas acerca de la capacidad que tienen los individuos para aumentar su nivel de diferenciación, de hecho se implica que los niños/as son únicamente receptores de las proyecciones de sus progenitores. Por otro lado, y en contraposición a este punto de vista, algunos autores (Bray, Malone y Williamson, 1986, 1988; Johnson y Waldo, 1998; Nelson y Johnson, 1998; Williamson, 1982) han postulado que realmente sí que existe un papel activo en los individuos en cuanto a su propio proceso de diferenciación, mediante el uso de diferentes estrategias que ayuden en el proceso. Y esto es algo que puede explicarse debido a la presencia de una búsqueda activa de la Identidad, de todos aquellos valores y diferentes elecciones significativas para la persona y que también se encuentran implicadas en el proceso de diferenciación.

Algunos autores (Bray y Harvey, 1992; Carter y McGoldrick, 1989) han postulado que una búsqueda activa de la Identidad, implicando la formación de la Identidad mediante elecciones basadas en nuestros propios valores resulta esencial para el proceso de Diferenciación del Self. A primera vista, podemos indicar que las diferentes dimensiones de la Identidad (Identidad de logro, Identidad hipotecada, Identidad moratoria e Identidad difusa) están relacionadas con las diferentes dimensiones de la diferenciación (Fusión con Otros, Corte Emocional, Posición del Yo, Reactividad Emocional y Dominio de los Otros). Cada estado de la Identidad parece tener un efecto único en los diversos componentes de la Diferenciación.

Por un lado, resultados en investigación sugieren que cuando hay presencia de un compromiso claro en relación a los propios valores, por supuesto, logrado tras un arduo período de exploración personal y de alternativas (Identidad de logro), hay una dirección más concreta del sentido de la identidad, más definida y con capacidad de adherirse a las convicciones del self. Por otro lado, los resultados también indican que cuando el compromiso hacia los propios valores están basado en poca o ninguna exploración de las alternativas (Identidad hipotecada), hay una menor diferenciación y una participación más emocional con los demás, incluyendo la triangulación y una mayor identificación con los progenitores (Fusión con Otros).

Los resultados sugieren una imagen más compleja en cuanto a la Identidad moratoria. La exploración activa de la identidad que es fundamental para el proceso de moratoria parece estar asociada con una menor diferenciación, ya que se incluye más Fusión con otros, más Corte emocional, menos Posición del yo y más Reactividad emocional. Esto quiere decir que durante el proceso de moratoria los individuos presentan niveles más bajos en cada componente de la diferenciación. No obstante, aparentemente hay una contradicción en cuanto a que las personas más fusionadas están, simultáneamente, están más separadas de otros significativos. Es decir, se caracteriza por oscilaciones entre los extremos de Fusión con otros y de Corte emocional. Además, según lo postulado por Johnson y Waldo (1998), en lugar de hablar de polos opuestos en cuanto a estas dos dimensiones del Self, se podría

hablar de las dos caras de una misma moneda indiferenciada. En otras palabras, el Corte emocional y la Reactividad emocional son una reacción de una fusión no resulta con los padres. Esta turbulencia de la Identidad moratoria refleja intentos reactivos demasiado involucrados de individualizarse de los padres, que alternativamente toma la forma de permanecer fusionados y de establecer Corte emocional. De manera similar, los individuos que se encuentran en moratoria tienen niveles bajos de Posición del yo, mientras que los que han alcanzado la Identidad de logro tienen niveles altos en esta dimensión. Este hallazgo muestra apoyo a las afirmaciones de Erikson (1963, 1968) y de Marcia (1966, 1980) de que se obtiene un sentido claro de identidad tras un período de crisis y exploración.

Por último, cuando los individuos se encuentran en el estado de Identidad difusa, hay un mayor Corte emocional y una menor Reactividad emocional. Es decir, en contraste con los individuos en proceso de moratoria que participan más activamente en la propia exploración, las personas en Identidad difusa se encuentran más alejadas del proceso de diferenciación. Aunque ambas dimensiones de la Identidad serían similares en cuanto a su tendencia para aislarse emocionalmente de otras personas significativas, algo que los diferencia sería el nivel de Reactividad emocional asociado con la moratoria. Por tanto, se puede observar cómo el proceso de exploración es un proceso reactivo por naturaleza, necesario para alcanzar finalmente la Identidad de logro.

No se han encontrado más estudios que hayan analizado la relación entre la Diferenciación del Self y la Identidad. Sin embargo, algunas investigaciones han analizado la relación entre la diferenciación y otros conceptos afines a la identidad, como es el caso del autoconcepto y la autoestima.

Jacobs y colaboradores (2003) encontraron que cuando se presentan un autoconcepto más pobre, las personas presentan un self que tiende al Corte Emocional (CE), lo que de manera indirecta se asocia con un menor desarrollo identitario (Erikson, 1950, Kaplan, 1986; Jacobs et al., 2003). La capacidad de una persona para un adecuado desarrollo identitario se encuentra relacionada con la capacidad de establecer vínculos tempranos con los progenitores (Jacobs et al., 2003). Ese vínculo permite que a edades tempranas se promueva un desarrollo de la identidad basada en la exploración activa, otorgándole a la persona autonomía en sus propias decisiones (PY) pero, al mismo tiempo, sin necesidad de romper lazos significativos (sin excesivo CE) (Hart y Kenny, 1992). Un buen desarrollo identitario da como resultado un autoconcepto positivo, permitiendo a la vez una buena diferenciación del self. Cozzi y Ostuzzi (2007) han encontrado también que las personas que tienen dificultades para desarrollar su identidad se encuentran poco diferenciadas, ya que al no contemplarse como competentes, y/o al compararse con aquellos que son más dependientes, no dirigen la exploración hacia sus propios valores. Además, un bajo autoconcepto también puede dar lugar a una mayor Fusión con Otros (FO). Esta relación se explica teniendo en cuenta que cuando las personas tienden a presentar una fuerte FO, se presentan dificultades para diferenciarse de la familia de origen y, por tanto, también hay dificultades para desarrollar una identidad independiente. Asimismo, Rodrigues (2016) observó en sus resultados que las personas que presentan un elevado corte emocional (CE) tienden a presentar bajos niveles de autoestima, lo que influye negativamente al proceso de exploración de su propia identidad. Se ha descubierto que las personas con baja autoestima no están seguras de su capacidad para alcanzar el éxito independientemente de sus capacidades objetivas y tienden a experimentar el fracaso como algo más devastador que los individuos con alta autoestima (Baumeister, 1997; Brown, 2014). Esto quiere decir que estas personas tienden a presentar una posición del yo (PY) más baja, que influye negativamente en el proceso de exploración de la identidad del propio individuo debido al miedo al fracaso. Del mismo modo, presentar una autoestima baja da como resultado una mayor reactividad emocional (RE), y por tanto, impide un buen proceso de diferenciación. Durante la adolescencia, esa baja autoestima también desemboca en una peor calidad de las relaciones interpersonales, provocando así en el corte emocional. Además, debido a esos niveles bajos, las personas también tienden a presentar un bajo nivel de diferenciación del self debido a la falta de interdependencia con personas significativas (Jacobs et al., 2003).

### **Discusión y conclusiones**

El proceso de revisión de estudios que se han llevado a cabo hasta la fecha ha demostrado una clara evidencia de conexión entre la Diferenciación del Self y la Identidad, además de la manera en que las diferentes dimensiones que componen el desarrollo identitario influyen de alguna manera sobre los componentes de la diferenciación.

Por un lado, la premisa que nos ofrece una primera clave de que existe una relación entre ambos constructos es que tanto el desarrollo identitario como el proceso de diferenciación se desarrollan en la etapa de la adolescencia. Partiendo de esta idea, la adolescencia es una etapa crucial en el desarrollo de cualquier persona, ya que constituye el inicio de la madurez psicológica que lleva a los/las niños/

as a convertirse en adultos bien diferenciados y con una identidad propia. Es decir, el adolescente asume el riesgo de diferenciarse, muestra autonomía y se distancia de los padres pero sin necesidad de romper los vínculos afectivos, y a la vez, toma decisiones conforme a valores y objetivos propios para una búsqueda activa de la identidad. Esto refleja una clara influencia, y además recíproca, entre las dos variables de estudio.

Un aspecto interesante de la identidad es que es multifacética, ya que uno puede tener una identidad profesional lograda, y en cambio una identidad política difusa, y además, cambiante, ya que las ideas que tenga en un momento no son las mismas que las de ahora. Sin embargo, en la adolescencia es fundamental tener una identidad general lograda (aunque haya aspectos que aún no tenga definidos), ya que eso ayuda a tener una construcción de uno mismo, un sentido de continuidad y una coherencia entre las conductas, favoreciendo la conversión en personas autónomas, a no depender en gran medida de los objetivos y decisiones de los padres y, por tanto, a diferenciarse.

Por otro lado, se ha comprobado el efecto concreto de cada estado identitario sobre los diferentes componentes de la diferenciación. A primera vista, los individuos más comprometidos hacia sus propios valores tras el proceso de exploración presentan un mayor sentido de la identidad, permitiéndoles una mayor diferenciación. Asimismo, aquellos que no presentan expectativas de futuro ni se comprometen en ningún aspecto de su vida, tendrán más dificultades para diferenciarse. Siendo el estado de moratoria fundamental para el desarrollo identitario debido al proceso de exploración que lo caracteriza, resulta ser el que mayor asociación presenta con una baja diferenciación, ya que durante la moratoria las personas presentan niveles más bajos en cada una de las dimensiones de la diferenciación del self.

En el ámbito clínico, es importante que los psicólogos tengan en consideración cómo los niveles bajos de diferenciación pueden ser signo de problemas de identidad no resueltos. Por ejemplo, las personas que presentan altos niveles de FO, pueden haber llevado a cabo decisiones importantes en algunos aspectos de su vida, como la elección de un futuro profesional e incluso de una pareja. Al trabajar con estas personas, es apropiado alentarles que sus decisiones son realmente suyas, a pesar de que se conozca la alta fusión de sus relaciones. En contraste, aquellos individuos que presentan altos niveles de CE, pueden estar experimentando una identidad difusa o en moratoria, pero se deberá seguir fomentando su proceso de exploración activa. Esto quiere decir que resulta muy importante que los psicólogos hagan que las personas con las que se trabaja adopten un papel activo en el desarrollo de su propia identidad y en el correspondiente proceso de diferenciación. Además, se debe ayudar a que se involucren activamente en la elección su propio camino, en lugar de replicar las elecciones o deseos de los padres. Por tanto, la intervención debe ir dirigida al desarrollo psicológico del individuo de acuerdo a su propia trayectoria. Del mismo modo, sería crucial emplear una psicoeducación dirigida a los padres, para que conozcan mejor la etapa en la que se encuentra su hijo/a, y lo importante que resulta la implicación de los mismos en el desarrollo de la identidad y en el proceso de diferenciación del/la adolescente.

En un nivel teórico, la diferenciación presenta ciertas limitaciones, ya que ni el trabajo de Bowen (1979, 1978) ni los posteriores estudios de Skowron y Friedlander (1998) concretan una cantidad ideal para los diferentes componentes de este constructo. Las interpretaciones de los niveles bajos de diferenciación deben hacerse con precaución, ya que existen otras variables que pueden influir en dichas interpretaciones. Por ejemplo, pueden existir contextos culturales en los que un nivel alto de fusión con los padres sea el deseable, e incluso el esperado, lo que hará que el compromiso del individuo para con sus valores también sea diferente. Por ello, futuras investigaciones de la influencia del desarrollo identitario sobre la diferenciación podrían tener más en cuenta la presencia de un contexto específico.

A pesar de la conexión entre ambas variables y de su clara influencia mutua, existen pocos estudios que profundicen en un análisis más exhaustivo y concreto. Las investigaciones podrían centrarse en una comprensión más compleja del papel de la moratoria, ya que además de que en dicho estado puede existir una alternancia extrema entre FO y CE, se trata de un proceso crucial en la vida de las personas y muestra una clara influencia sobre el proceso de diferenciación. Del mismo modo, sería interesante y enriquecedor una evaluación más profunda de los diferentes aspectos que influyen en la formación de la identidad y en el proceso de diferenciación. Más concretamente, y siguiendo como línea principal la etapa adolescente, se podría especificar el tipo de relaciones que establece con su grupo de iguales, cuáles son sus expectativas y cómo percibe su futuro desarrollo profesional, cuál es su orientación sexual, cuál es su identidad de género, que tipo de estructura presenta la familia (familia nuclear, familia reconstituida, familia homoparental, familia monoparental) e incluso cuál es el estilo educativo familiar (democrático, autoritario, negligente, permisivo). En otros estudios, podrían tenerse en consideración una edad superior a la adolescencia o la juventud. Esto podría resultar útil a la hora de realizar estudios comparativos entre individuos de diferente edad, pero con una diferenciación y un

estado identitario similar, con el fin de conocer posibles vías de actuación preventiva, para comprobar si existe realmente correlación entre las edades, o para otras investigaciones futuras.

Una de las principales limitaciones encontradas dentro del propio proceso de análisis es la escasez bibliográfica, sobre todo, en castellano. La mayor parte de las investigaciones se encuentran en inglés, lo que requiere un alto nivel de comprensión tanto del idioma como del lenguaje científico utilizado en los respectivos estudios.

Finalmente, y de cara a futuros trabajos de fin de grado, resultaría interesante realizar investigaciones, o en su defecto, revisiones, acerca de la relación entre la diferenciación del self y la identidad de género, ya que es un tema muy interesante y con bastante controversia en la actualidad. Asimismo, podría analizarse la relación existente entre la diferenciación con algunos constructos muy complejos, pero interesantes, como sería la adopción, el racismo, la violencia de género, e incluso la pedofilia.

### Referencias

- Ackbar, S. y Senn, C. (2010). What's the Confusion About Fusion? Differentiating Positive and Negative Closeness in Lesbian Relationships. *Journal of Marital and Family Therapy*, 36, 416-30.
- Bohlander, J. (1995) Differentiation of Self: An Examination of the Concept, *Issues in Mental Health Nursing*, 16 (2), 165-184.
- Braverman, A. (2016) Verbal Ability and Identity Development, 73. doi: 10.7282/T3M90BZG.
- Bussey, K. (2011). Gender identity development. En K. Luyckx, S. Schwartz, S. y V. Vignoles (Eds.), *Handbook of Identity Theory and Research* (pp. 77-98).
- Côté, J. (2018) The Enduring Usefulness of Erikson's Concept of the Identity Crisis in the 21st Century: An Analysis of Student Mental Health Concerns. *Identity: An International Journal of Theory and Research*, 18 (4), 251-263.
- Demidenko, N., Tasca, G., Kennedy, N. y Bissada, H. (2010). The mediating role of self-concept in the relationship between attachment insecurity and identity differentiation among women with an eating disorder. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 29 (10), 1131-1152.
- Erikson, E. (1968). Identity, youth, and crisis. Nueva York: W. W. Norton & Company.
- Goossens, L., Luyckx, K., Soenens, B. y Beyers, W., Schwartz, S. (2008) Development Typologies of Identity Formation and Adjustment in Female Emerging Adults: A Latent Class Growth Analysis Approach. *Journal of Research on Adolescence*, 18 (4), 595-619.
- Kerbawy, A. (2016). Examining Level Of Differentiation And Conflict Resolution Styles Used In Romantic Relationships And Implications For Romantic Relationship Satisfaction. Wayne State University Dissertations.
- Kernberg, O. (2007). Identity: Recent findings and clinical implications. *Aperturas psicoanalíticas: Revista de psicoanálisis*, 25.
- Kroger, J., Marcia, J. (2011). The Identity Statures: Origins, Meanings, and interpretations. En S. Schwartz, K. Luyckx y V. Vignoles. (Eds), *Handbook of Identity Theory and Research* (pp. 31-53). Nueva York: Springer.
- Luyckx, K., Duriez, B., Klimstra, T., Witte De, H. (2010). Identity statures in young adult employees: Prospective relations with workengagement and burnout. *Journal of Vocational Behavior*, 77, 339-349.
- Luyckx, K., Schwartz, S., y Vignoles, V. (2011). Handbook of identity theory and research: Structure and processes (pp. 77-98). Nueva York: Springer.
- Marcia, J. (1966). Development and Validation of Ego-Identity Status. *Journal of Personality and Social Psychology*, 3(5), 551-558.
- Marcia, J. (2001). A Commentary on Seth Schwartz's, Review of Identity Theory and Research. *Identity: An International Journal of Theory Research*, 1(1), 59-65.
- Oliver, J. (2015). ¿Cómo podemos favorecer la madurez de nuestros hijos adolescentes? Psyche&Logos. España. Recuperado de: <https://www.psyqueylogos.com/single-post/2015/02/11/%C2%BFC%-C3%B3mo-podemos-favorecer-la-madurez-de-nuestros-hijos-adolescentes>
- Oliver, J. y Berástegui, A. (2019). La Escala de Diferenciación del Self: desarrollo y validación inicial. *Mosaico*, 72, 100-119.
- Rodríguez-González, M. (2015). La Teoría Familiar Sistémica de Murray Bowen. En M. Rodríguez-González y M. Martínez (Eds.), *La teoría familiar sistémica de Bowen: avances y aplicación terapéutica* (pp. 3-34). Madrid: McGraw Hill Education.
- Rodríguez-González, M., Skowron, E., Cagigal, V. y Muñoz, I. (2016). Differentiation of Self, Mate Selection, and Marital Adjustment: Validity of Postulates of Bowen Theory in a Spanish Sample. *The American Journal of Family Therapy*, 44 (1), 11-23.

- Rodríguez-González, M., Schweer, M., Skowron, E., Cagigal, V., Jódar, R. y Major, S., (2018). Stressful Life Events and Physical and Psychological Health: Mediating Effects of Differentiation of Self in a Spanish Sample. *Journal of Marital and Family Therapy*. doi: 10.1111/jmft.12358.
- Schachter, E. (2005). Context and Identity Formation: A theoretical Analysis and a case Study. *Journal of Adolescent Research*, 20 (2), 375-395.
- Skowron, E. A., Van Epps, J. J., Cipriano-Essel, E. A. y Woehrle, P. L. (2015). Teoría de Bowen e investigación empírica. En M. Rodríguez-González y M. Martínez (Eds.), *La teoría familiar sistémica de Bowen: avances y aplicación terapéutica* (pp. 61-84). Madrid: McGraw Hill Education.