

CAPITULO II

Revisión de la literatura

En este capítulo se revisa la literatura de todas las variables involucradas así como una reseña histórica de la evolución de los conceptos y las investigaciones mas recientes. Asimismo se menciona el instrumento que se usará para medir cada variable.

Experiencias tempranas parentales

Este estudio está sustentado en la teoría del apego de Bowlby (1983) y las investigaciones de Parker (1992) acerca de los lazos parentales. Ambos trabajos se explican a continuación. También se explican los estilos parentales definidos por varios autores.

Lazos afectivos

El establecimiento de fuertes lazos afectivos es una necesidad esencial de todos los seres humanos, estos lazos son los que le permitirá vivir y desarrollarse adecuadamente, son tan vitales como la alimentación. El establecimiento de estos lazos afectivos va a explicar las múltiples formas de realizar sus futuras relaciones interpersonales de los individuos e incluso los padecimientos emocionales en los que estén incluidos. Estos lazos afectivos han sido llamados de diferentes formas, tales como Necesidad de Dependencia, Relaciones Objetales, Simbiosis e Individuación. En esta investigación nos centraremos a lo que Bowlby llama la Teoría del Apego. (Bowlby 1983)

Se entiende por apego cualquier forma de comportamiento que hace que una persona sienta proximidad con respecto a otra persona identificada y preferida. Durante el desarrollo

sano, la conducta de apego lleva a establecer nuevos apegos, la forma de establecerlos está presente en el ser humano durante toda la vida. Al principio estos vínculos se establecen entre el niño y la madre. Desde el punto de vista de la Simbiosis e Individuación el infante comienza la vida en un estado de unión simbiótica con la figura materna significativa. Mediante una progresión de pasos en su desarrollo es gradualmente capaz de separarse de esta dependencia simbiótica, y de establecer una existencia psíquica separada y relativamente autónoma. La negociación exitosa del proceso de separación-individuación lleva en la dirección de una organización psicológica única de ese individuo en crecimiento (Mahler 1968), que provee las defensas para el trabajo y la resolución exitosa de las crisis de desarrollo y las complejidades conflictivas inevitables de la vida humana. Para Bowlby (1983) el desarrollo de la conducta del apego en un individuo y de la forma que se organiza su personalidad se relacionan con las experiencias que se tuvieron durante la infancia, la niñez y la adolescencia.

Las emociones más intensas surgen durante la formación de las relaciones de apego, estas a la vez que se forman se desorganizan y se renuevan. A esta formación de vínculos se le han llamado de diferentes formas tales como enamorarse, amar a alguien y que contrasta con el perder a la pareja, llorarle, sufrir el duelo. El mantenimiento inalterado de un vínculo se experimenta como una fuente de seguridad y la renovación de un vínculo como una fuente de dicha. Estas emociones suelen reflejar el estado de los vínculos afectivos de una persona, se considera con esto que la psicología y la psicopatología de las emociones están en relación directa con los vínculos afectivos (Bowlby, 1983).

Cuidado y seguridad.

El cuidado es una conducta complementaria del apego y en el curso de la evolución se ha

vuelto característica de muchas especies, debido a que el cuidado contribuye a la supervivencia del individuo apegado, reduciendo así el riesgo de que sufra algún daño físico y en el medio humano de adaptación evolutiva ser víctima de depredadores. Por lo general quien protege es un progenitor u otro adulto y este cuidado va dirigido a un niño o adolescente, sin embargo puede darse de adulto a adulto, en las relaciones de pareja o en situaciones convalecientes de los seres humanos.

Para proveer una base segura a los hijos a partir de la cual puedan explorar el mundo exterior y tener la seguridad de contar con un hogar cálido al cual puedan regresar y ser reconfortados física y emocionalmente cuando lo necesiten, es indispensable que los padres cumplan con un rol accesible en donde estén preparados para responder y tal vez ayudar, interviniendo activamente solo cuando es evidentemente necesario. Los niños y los adolescentes, cuanto más confían en esa base segura mas están preparados para responder a los problemas que se enfrentan en la vida, son más estables emocionalmente y sacan mas partido a las oportunidades. Los padres que proveen de este tipo de hogar son sensibles y accesibles a las necesidades de sus hijos y fomentan su autonomía. Este tipo de padres tienen al menos un conocimiento intuitivo de la importancia del apego del niño (Bowlby, 1989).

Control y protección.

Este término no es fácil de conceptualizar, sin embargo se relaciona con el dominio psicológico que se ejerce sobre el niño. En este contexto, el término contiene en un extremo a la intrusividad, dirección parental y control a través de la culpa, que sugieren métodos psicológicos encubiertos que no permiten llegar al otro extremo que sería la autonomía. El extremo del control es la sobreprotección que no es sinónimo de cuidado excesivo, sino que

más bien fomenta la dependencia y detiene o disminuye la socialización necesaria para el niño (Parker, 1992,1979).

Estilos Parentales

Los estilos parentales se difieren de manera significativa en dos distintas dimensiones de educar a los hijos. El porcentaje de cuidado que demuestran los padres durante la interacción con sus hijos y el porcentaje de control que demuestran los padres sobre las actividades de sus hijos y su comportamiento.

Diana Baumrid (citado en Moore, 1997) define los siguientes tres estilos parentales:

Autoritario: Este tipo de padres restringen la ternura y ejercen un fuerte control. Establecen en el hogar normas absolutas para el comportamiento de todos los hijos. Estas reglas no pueden cuestionarse ni negociarse. Los padres adoptan una disciplina forzosa y demandan una obediencia inmediata, no utilizan métodos persuasivos sino coercitivos. El afecto, elogios y premios no son nunca una opción, tienden a modelar las formas más agresivas de resolución de conflictos.

Permisivo: Este estilo parental proporciona un nivel de moderado a alto de cuidado y menos control paterno. Este tipo de padres son poco exigentes para con sus hijos y tienden a ser inconstantes en cuanto a la aplicación de la disciplina, ellos aceptan impulsos, deseos y acciones de sus hijos y son menos propensos a vigilar su comportamiento, los hijos son amigables y sociables, pero en contraste con otros niños de su edad carecen de habilidades de comportamiento para situaciones sociales básicas y toman poca responsabilidad por su mala conducta.

Autoritativo: padres que tienden a ser altamente cariñosos y moderados en términos de

control paterno en lo relativo al comportamiento de los hijos. Este estilo es el que más facilita el desarrollo de la competencia social. Estos padres interactúan amistosa y afectuosamente con sus hijos consideran sus deseos, pensamientos y necesidades, se interesan en las actividades cotidianas de sus hijos, respetan sus opiniones y expresan su orgullo paterno en los logros de sus hijos, apoyan y alientan a sus hijos cuando se enfrentan a presiones cotidianas. Estas interacciones positivas impulsan también al niño a corresponder a los padres el cariño recibido, esto también es un estímulo positivo para los padres que continúa fomentando el intercambio.

Por otro lado Parker (1996) plantea cuatro estilos parentales los cuales también son diferenciados en dos dimensiones: el cuidado y control o protección que ejerzan los padres durante la crianza de sus hijos. Estos estilos parentales son el resultado de una combinación de ambos factores. Para comprender mejor los cuatro estilos parentales, Parker (1996), traza dos ejes, uno para cuidado y otro para control. Estos dos ejes al cruzarse definen cuatro cuadrantes que ubican las características parentales. Estos estilos parentales son medidos por el Inventario de Lazos Parentales, el cual es usado en este trabajo.

- Cuidado óptimo: son aquellos que están definidos por un alto cuidado y baja sobreprotección
- Compulsión Afectiva: Este estilo paternal es una combinación de excesivo cuidado y excesiva protección.
- Control sin afecto: El estilo paternal identificado por una sobreprotección y un escaso cuidado se le denomina control sin afecto.
- Negligente o descuidado: Este estilo es el que se forma con la combinación de bajo cuidado y baja protección.

Experiencias de la Infancia de los Padres

Las ventajas de ofrecer mucho cariño a los hijos comienzan desde la infancia. En ese momento, el cariño materno facilita la relación segura, altos niveles de cariño en la crianza de los hijos asegura que habrá mas interacciones positivas que negativas entre los adultos y los niños en la vida familiar. Esto estimula a los hijos a corresponder en cariño y a pasar mas tiempo con los padres, esto es determinante también para que los padres sean una influencia significativa. En estos casos, los hijos se identifican positivamente con los padres y sus valores por lo tanto los niños son mas dados a satisfacer las expectativas que de ellos se tienen y tienden menos a lastimar a sus padres. Además, el hecho de que adopten realmente los valores de sus padres los hace resistir mas eficazmente las presiones de sus grupos de compañeros. Por otro lado, niveles de control moderado ayudan a fijar normas de comportamiento para el niño y les ayudan a apegarse a ellas. Para que esto suceda los padres ofrecen explicaciones o razones para justificar algunas peticiones especiales de los padres. Esta práctica aumenta la comprensión de los hijos a las reglas impuestas, la comprensión de ellas motiva a los hijos a moderar o vigilar su comportamiento aún en ausencia de los padres (Moore, 1997).

John Bowlby (1989) revisa varias investigaciones en donde la influencia de los padres es determinante para ejercer la propia maternidad o paternidad. Asegura que infancias felices de estos padres darán como resultado actitudes paternas más adecuadas, debido a que los padres que son más sensibles a las demandas de los hijos y proporcionan contacto físico protector y afectivo es más fácil que los hijos repitan estas acciones con los demás, en la infancia con otros niños ya que desde entonces comienzan a consolar o ayudar a los otros y en la adultez en la práctica de la crianza de sus propios hijos. Las historias de separación de los padres, historias

de perturbación en la infancia como los maltratos físicos y psicológicos; los cuidados irregulares o inexistentes de los padres hacia los hijos; convivir con padres en donde la crítica y la censura fueron frecuentes y amargas, dan como resultado dificultades en la propia paternidad o maternidad y se refleja en las pocas interacciones que pueden establecer con sus bebés, dificultades con la alimentación y el sueño de sus hijos, en muchos casos estos padres son aprensivos por el temor constante al abandono tanto con sus hijos como de sus propias parejas, ejercer violencia es una opción para la educación de sus hijos, y en algunos casos son los padres quienes exigen paternidad a los hijos invirtiendo los papeles ya que han experimentado su propia crianza inadecuada.

Para los educadores y psicólogos es preocupante que los padres modifiquen su estilo de paternidad y que no solamente repitan lo que ellos vivieron en caso de que esto haya sido desagradable y que con esto obstaculicen el desarrollo de sus hijos, los colegios han implementado en dentro de sus instituciones las “Escuelas para Padres”, por otro lado, se han creado varios programas educativos dirigidos a los padres, en ambos, se pretende difundir las ventajas que tienen estilos parentales menos rígidos, apegados al afecto, donde las interacciones de padres e hijos sean más enriquecedoras donde se promuevan infancias llenas de cuidado, seguridad, control adecuado que permitan la crianza de niños felices y con esto continuar una cadena de conductas adecuadas futuras (Fine, 1989).

Satisfacción Marital

Para abordar este tema es necesario establecer lo que se entiende por matrimonio así como el ciclo vital de la pareja, conceptualizar lo que es satisfacción marital y las investigaciones que

respecto a este tema se han realizado en el país.

Matrimonio

El matrimonio, ya sea con el reconocimiento de la iglesia en la que una pareja profese, o con el reconocimiento de las leyes de la sociedad de origen, se considera el grado máximo de compromiso que puede tener el ser humano para con otra persona (Sager 1976). Normalmente se considera que esta relación bipersonal entre dos adultos debe ser estable, voluntaria y exclusiva al menos en el mundo occidental y esta relación debería ser la mayor fuente de satisfacción personal y de la pareja. Para algunos investigadores, la institución del matrimonio tiene como fin principal el cuidado del niño en las etapas más difíciles del desarrollo y para algunos otros las consideraciones emotivas y satisfactorias de la relación de pareja caen en segundo término ante las consideraciones de derechos y responsabilidades de los integrantes de la relación o “contrato”. En estos enfoques lo más importante es definir roles de proveedor y de hogar y los derechos de bienes que estos roles les confieren como padre y madre legítimos. El punto de vista religioso es también más enfocado a crear una institución cuyo principal fin no es la satisfacción personal de los integrantes, sino el crear un cobijo sólido para la crianza y educación de los hijos. Independientemente de las consideraciones de tipo legal, el matrimonio es una fuente de protección y seguridad para la pareja y por consiguiente para los hijos de esta. Este ambiente de seguridad proporciona confianza afectiva a la pareja y propicia un clima en el que los integrantes desarrollen su propio placer sexual lo que a su vez conlleva a originar una buena familia (citado en Alvarado y Cisneros, 1987).

La formación de un buen matrimonio depende en gran medida de las relaciones que los integrantes de la pareja hayan tenido con sus propios padres. El casarse es un proceso de

establecer una nueva relación en la cual los aprendizajes de la infancia juegan un papel muy importante. De su infancia los integrantes de la pareja aportan su propia condición psíquica interna, pero al mismo tiempo se integran dos sistemas familiares diferentes que no son ni correctos ni equivocados. En un nivel inconsciente las diferencias que en un principio atraen y unen a una pareja, son posteriormente fuente de asombro e incluso de conflictos al aflorar los patrones de interacción con la familia de origen. Normalmente las relaciones de la infancia son trasladadas a la pareja debido a los modelos ya establecidos de necesidades de relación. Las imágenes paternas por medio de un proceso inconsciente influyen de tal modo en la elección de pareja que en una investigación realizada por Koch en 1976 90% de los encuestados percibieron similitudes entre sus padres y su pareja. Esto confirma en cierta medida que los patrones aprendidos en la infancia se repiten en la relación marital (citado en Centeno, 1988 y citado en Rodríguez, 1994).

El proceso de integración a la pareja en el matrimonio es un proceso que requiere madurez emocional en ambos cónyuges para poder ajustarse el uno al otro. Este ajuste es un balance de fuerzas en las luchas ambivalentes de los objetos internos. El ajustarse es en gran parte revivir los anhelos infantiles y el permitir las regresiones del cónyuge. Un matrimonio en el que los cónyuges no resuelven satisfactoriamente sus luchas tanto internas como relacionales, es muy probable que tenga hijos los cuales al formar sus propias relaciones maritales vuelvan a repetir los conflictos de la familia de origen, ya sea para resolverlos finalmente o para perpetuarlos. El lograr un buen ajuste y poder resolver todos los conflictos acarreados desde la infancia otorga al matrimonio un fortalecimiento tal, que da a los hijos la libertad de elegir su propia vida. La fortaleza de los padres en un buen matrimonio permite a los hijos la diferenciación de objetos y

un apropiado proceso de separación que no amenaza a su individualidad (Framo, 1976).

Ciclo Vital de la Pareja

Para comprender de una manera integral las interacciones familiares se debe de entender que las familias están sujetas a un complejo desarrollo que es resultado de diversas variables y factores. Estos variables deben de comprender: los factores individuales que son lo que el individuo aporta a una relación y que en determinado momento son resultado de un desarrollo familiar anterior; los factores familiares contemplan la manera como la familia influencia el desarrollo del grupo como unidad en el cual las acciones de cualquiera de sus miembros produce reacciones y contra reacciones en los otros y en él mismo; la cultura en la que la familia y el individuo están inmersos es el tercer factor que influencia el desarrollo de estas interacciones. Los factores familiares, individuales y culturales se moldean entre sí y las interacciones de un sistema familiar dependen en gran medida del resultado de la familia de origen de la pareja, pero a su vez se va a ir modificando de acuerdo a sus propias interacciones y las del medio en que se mueven (Barragán, 1980).

Para estudiar la interacción entre los factores familiares y factores individuales en el desarrollo, será necesario entender los diferentes aspectos de la unidad llamada familia y la evolución de ésta a través del tiempo. Varios autores (Citados en López, 1996) han caracterizado el ciclo vital de la familia en etapas bien diferenciadas y con características únicas de acuerdo al enfoque del estudio. Sin embargo aunque las divisiones hechas por los autores son diferentes, en general se observa que se pueden agrupar todas estas divisiones en 4 etapas generales que marcan las transiciones más importantes en la historia de la familia, como se muestra mas adelante en la tabla 1.

El ciclo vital de la pareja, es parte del proceso de la familia misma ya que una contiene a la otra. A pesar de ello, la mayoría de los autores usan como referencia para diferenciar a las etapas, a la evolución de los hijos y no de la pareja. En este estudio en particular lo que se considera primordial es la evolución de la pareja, ya que es esta unidad la que da origen y sostén a la unidad familiar, es decir, son ellos los que fungen como esposos y como padres.

Barragán (1980) hace un estudio basado en autores tales como, Linz 1968, Lewinsohn 1974, Bernan 1975, Lief 1975, Bakker 1973, Minuchin 1970, Ackerman 1961, Pollack 1965, Cuber y Harroff 1966, donde plantea que la relación de los esposos entre si se divide en 6 etapas que van desde la selección de la pareja hasta llegar a la vejez y muerte.

Dentro de este estudio deben de considerarse 3 áreas importantes que son los límites del individuo, la intimidad de la pareja y el poder:

Límites: También llamada dimensión de inclusión exclusión, consiste en el estudio de otros factores incluidos en la diada marital; con frecuencia se trata de uno o los dos padres de uno de ellos, o en su defecto, parientes o amigos, carrera, diversiones, intereses sociales, incluso mascotas.

Intimidad:- Estudia las oscilaciones en distancia geográfica y emocional a través del proceso de vida compartida. La necesidad, y a la vez, el miedo a la cercanía.

Poder o Jerarquía: Es común observar como el débil y sumiso de la pareja domina con frecuencia al otro a través de maniobras pasivas.

Selección: Las bases sobre las cuales una persona escoge a otra para compartir el resto de su vida son de gran importancia, sobre todo en los tiempos presentes en las que la mayoría de las selecciones son voluntarias. Comúnmente, la selección se hace partiendo de

una necesidad básica que debe ser satisfecha por el cónyuge. En la mayoría de los casos, las parejas afirman que la base de la selección es el hecho de estar enamorados y en este proceso intervienen varios mecanismos conscientes e inconscientes que van desde la apariencia física y capacidades intelectuales y afectivas hasta juicios de otras personas importantes, poder, etc.

La duración de esta etapa es muy variable tanto por consideraciones culturales como por el grado de madurez y desarrollo individual en el que se encuentren los integrantes de la pareja.

Transición y Adaptación Temprana.

El adaptarse a la nueva vida de pareja, con los cambios que trae el salir de la familia de origen y las nuevas demandas, satisfacciones y hábitos del cónyuge, es la tarea fundamental de esta segunda etapa que dura normalmente del primer al tercer año de la unión.

En esta etapa es una causa frecuente de fracasos la intromisión excesiva de los padres en asuntos de la pareja en cuanto a territorio e identidad. Esto puede afectar seriamente los límites de la relación.

También en esta etapa, la falta de reglas en el área de la *intimidad* fomenta una cierta fragilidad que puede ocasionar algunos conflictos sin no se negocian apropiadamente.

En el *área del poder* es el momento en que la relación empieza a ser probada en aspectos tales como la administración del dinero, decisiones acerca de diversiones, etc.

Los pleitos en esta etapa son frecuentes y pueden llevar a la resolución del conflicto original en cuyo caso serán positivos y funcionales desde el punto de vista del desarrollo de la pareja. Si por el contrario, fallan al establecer un balance del poder satisfactorio para ambos o se desvirtúan desviando el tema del conflicto, la relación puede comenzar a desgastarse.

Reafirmación como Pareja y Paternidad.

Es en esta etapa en que la mayoría de las parejas comienza la etapa de la paternidad, pero es también en esta etapa donde surgen serias dudas sobre la adecuada selección del cónyuge. El poder resolver adecuadamente estas dudas reafirma la unión y estabilidad de la o en el caso contrario o a una certeza de que lo mas adecuado para la futura felicidad es la separación y el divorcio. Esta etapa se desarrolla entre el año tercero y el octavo del matrimonio.

En cuanto a los límites de la pareja, el inicio de la paternidad puede propiciar conflictos cuando la pareja disfuncional involucre a los hijos en los conflictos como mecanismo de evasión. En esta etapa ya están definidas las relaciones con los padres de los cónyuges, pero también es ahora cuando la relación se pone a prueba con la aparición de amigos y potenciales amantes. Naturalmente las manifestaciones de cariño y las relaciones sexuales también se ven modificada por la llegada de los hijos y pueden oscilar de un extremo a otro según el polo de ambivalencia en que se encuentre la pareja.

En esta etapa las parejas pueden caer en tres tipos de relaciones al clasificarlas desde el punto de vista del poder y quien y como lo ejercen.

Relación simétrica: Esta es una relación entre dos personas con los mismos tipos de conducta; ambos esperan dar y recibir y ambos dan y reciben ordenes.

Relación complementaria: la conducta entre los dos es diferente. El matrimonio de este tipo de relación es el tradicional. Uno de los dos miembros predomina y manda y el otro se somete y obedece.

Relación Paralela: Los esposos alternan entre relaciones simétricas y complementaras de

acuerdo a contextos diferentes y situaciones cambiantes. “Es la relación más deseable en nuestra cultura”

La inclusión de los niños tiende a producir la principal de las perturbaciones estructurales en el desarrollo de la pareja.

Diferenciación y Realización.

Esta etapa corre aproximadamente del octavo al quinceavo año del matrimonio. Su característica principal es un proceso de diferenciación que se inicia al consolidar la estabilidad del matrimonio y la terminación de las dudas a cerca de la elección del cónyuge. No es raro que en los inicios de esta etapa las dudas de la etapa anterior se continúen e incluso se aumenten, su resolución trae consigo la estabilidad de la pareja, esta estabilidad a su vez propicia la oportunidad de lograr mayor desarrollo y realización personal. Este proceso puede provocar en las parejas muchos conflictos, especialmente si el ritmo de crecimiento de los cónyuges es diferente y esto origina una carga desigual en las obligaciones frente a los hijos o también si las formas de lograr la realización personal son diferentes entre los cónyuges.

En esta etapa la pareja solidifica sus límites y define mas su identidad, pero en el proceso se pueden violar los límites principalmente por medio de las, de relaciones extramaritales.

En el aspecto de intimidad, se observa que esta se profundiza notablemente en los buenos matrimonios, mientras que en los malos, es en esta época cuando se consolida un alejamiento gradual y progresivo. Bajo esta perspectiva Cuber y Harroff clasifican a las parejas en cinco tipos.

Matrimonio habituado al conflicto. Este matrimonio se caracteriza por controles rígidos, tensión y conflicto permanente.

Matrimonio desvitalizado. Este matrimonio se caracteriza por expresiones aisladas de insatisfacción probablemente debidas a intereses y a actividades diferentes.

Matrimonio que congenia en forma pasiva. Este matrimonio es placentero para ambos hay un compartir en el área de intereses pero existe también una interacción distante.

La Relación Vital. Esta relación es excitante y satisfactoria además de extremadamente importante para ambos en una o varias áreas. Los cónyuges trabajan juntos con entusiasmo.

Matrimonio Total. En términos de grado de acercamiento, este matrimonio es similar al anterior pero incluye mas facetas. En éste, todas las actividades son compartidas y el uno es indispensable para el otro en todo. Este tipo de relación es rara pero posible.

Estabilización. Esta etapa sucede aproximadamente del decimoquinto al treintavo año de unión. Comúnmente los integrantes de la pareja están viviendo la transición de la mitad de la vida (40 a 45 años de edad). La búsqueda de equilibrio de los integrantes reorganiza sus prioridades para estabilizar a ambos y a la unión.

Los conflictos de esta etapa surgen básicamente por las diferencias en las apreciaciones del éxito logrado y las expectativas del éxito en un futuro. Pueden resurgir las dudas sobre la adecuada selección del cónyuge al aflorar los miedos en cuanto al atractivo físico y las habilidades por el inevitable envejecimiento. Es común que el desenlace sea relaciones extramaritales con personas más jóvenes.

Las violaciones de los límites son normalmente fruto de la comparación de los logros y aspiraciones.

El proceso de estabilización puede producir una monotonía que junto con el proceso de

envejecimiento pueden alterar la intimidad.

El logro o no del éxito en el mundo exterior juega en esta etapa un papel importante en el balance del poder que suele buscar su compensación con el poder en el hogar. Así misma la salida de los hijos del hogar es también determinante del poder en esta etapa.

Tabla 2 Ciclo Vital de la Pareja

Etapa	Nombre	Duración	Características
1.	Selección.	Variable	Una persona escoge a otra para compartir el resto de su vida.
2.	Transición y adaptación temprana.	Del 1o al 3er. año de la unión.	Adaptarse a la nueva vida de pareja, con los cambios que trae el salir de la familia de origen y las nuevas demandas, satisfacciones y hábitos del cónyuge
3.	Reafirmación como pareja y paternidad.	3er. al 8o año	Es la etapa de la paternidad, pero es también donde surgen serias dudas sobre la adecuada selección del cónyuge
4.	Diferenciación y realización.	8º. al 15o año	Consolidar la estabilidad del matrimonio y la terminación de las dudas a cerca de la elección del cónyuge
5.	Estabilización.	15o. al 30o. Años aprox.	Los integrantes reorganizan sus prioridades para estabilizarse ambos y a la unión
6.	Enfrentamiento con vejez, soledad y muerte.	30º. en adelante aprox.	La vejez y la pérdida de capacidades físicas e intelectuales, la soledad, la partida de los hijos y la muerte gradual de parientes y amigos, y el rechazo hacia los ancianos estresan a las parejas de esta etapa.

Enfrentamiento con vejez soledad y muerte.

Esta etapa es más difícil de encuadrar que las otras, pero estadísticamente suele ocurrir del treintavo al cuarentavo año de unión. La vejez y la pérdida de capacidades físicas e intelectuales, la soledad, la partida de los hijos y las muertes graduales de parientes y amigos, y el rechazo hacia los ancianos estresan a las parejas de esta etapa cuando buscan el uno en el otro el apoyo y afecto para soportar esta angustia. Irónicamente, es también esta la etapa en que la muerte llega quitándoles la pareja que puede proporcionarles todo esto para enfrentar la soledad de la viudez.

Tanto la intimidad y el poder están ya bien establecida en esta etapa y por consiguiente la relación está ya bien definida. La intimidad en particular se ve reforzada ante la incierta amenaza de una separación definitiva. La cuestión del poder está ya libre de conflictos y no tiene mas alteraciones que las ocasionadas de vez en cuando por respuestas originadas por miedo al abandono.

Para esquematizar el ciclo vital de la pareja según Barragán (1980) ver tabla 2.

Conceptualización de Satisfacción Marital

No existe una definición estándar ni un consenso sobre lo que la satisfacción marital es. Cada investigador lo define de un modo diferente de acuerdo a las variables que considera importantes para el este concepto, estas variables comúnmente son la felicidad del individuo, la percepción de la relación, la interacción en esta, la igualdad de recursos y obligaciones, el sexo y el placer o displacer percibido, etc. De igual manera existe varios términos para nombrar a este concepto: Ajuste Marital, Armonía Marital, Satisfacción Marital, Felicidad Marital,

Ajuste Diádico Marital, etc. Sin embargo en el fondo todos estos términos son usados para denotar el grado de satisfacción que el individuo encuentra dentro de su relación con su pareja (Centeno, 1988).

Alvarado, y Cisneros (1987) recopilan varias definiciones de Satisfacción marital que nos pueden ser útiles para mejor demostrar el concepto. Hicks y Platt en 1970, definieron la satisfacción marital como la congruencia en las expectativas de los integrantes de la pareja, el desempeño, la autopercepción, la comunicación y una plena aceptación de las críticas por parte de los cónyuges. Por otro lado, Campbell en 1976 toma únicamente en cuenta la edad, escolaridad y sueldo como factores relevantes. Spainier en 1976, considera que el ajuste marital es un proceso y no un estado en la relación. Para él éste representa un movimiento a lo largo de un continuo que puede ser evaluado en términos de proximidad a un ajuste bueno o pobre en cuatro dimensiones separadas: Consenso, satisfacción, cohesión y expresión afectiva. Kirkpatrick en 1955 sugiere que el éxito matrimonial se deba a las siguientes características:

- Felicidad en el matrimonio de los padres.
- Amplia duración en el noviazgo.
- Adecuada educación sexual.
- Infancia feliz
- Aprobación del matrimonio por padres y allegados.
- Ajuste en el noviazgo y motivación para el matrimonio.
- Igualdad étnica y religiosa.
- Posición social y nivel educativo.
- Edad, preferencias, intereses y formación ideológica similares.

Por otro lado Centeno (1988) cita a Terman quien en 1952 menciona que la felicidad de un esposo es independiente de la del otro, lo cual sugiere que la satisfacción encontrada en el matrimonio depende de las actitudes y temperamento propios del individuo. Sager y Framo en 1980 consideran que las experiencias sanas en la familia de origen están relacionadas positivamente con el ajuste marital.

Miller en 1976 establece que elementos como socialización, roles de transición en la familia, número de hijos, años de matrimonio, duración del matrimonio, nivel social y nivel económico son centrales en la satisfacción marital. Para Galligan en 1978 la satisfacción marital depende de la presencia, número y edad de los hijos. Rhyne en 1981 realiza estudios acerca del efecto del sexo del cónyuge con relación a la satisfacción, encontrado que los hombres están en general mas satisfechos que las mujeres. White en 1983 encontró que hay factores emotivos (amor, amistad, celos, interés), factores demográficos (empleo y nivel socioeconómico) y factores de personalidad que tienen que ver con la satisfacción en la relación (citado en Lignan y cols. 1996).

Alvarado y cols., (1996) mencionan que Catell y Nesselroade en 1967 plantean que el entendimiento de procesos como son los rasgos de la personalidad y las actitudes son determinantes para que se dé la atracción interpersonal y la compatibilidad marital, asó como para comprender su desarrollo y su dinámica. Por otro lado, Luckey en 1964 y Tharp en 1963 refieren que la satisfacción marital depende de la congruencia entre la percepción que tienen los esposos de sí mismos y de su pareja, en cuanto a los roles que desempeñan como parte de las funciones de su propio sexo, y de las establecidas socialmente por el grupo al que pertenecen.

La satisfacción con la relación impacta tanto la situación afectivo y emocional, (amor)

como los procesos cotidianos que vive la pareja (interacción, cercanía, intimidad), todo esto se correlaciona con la satisfacción marital (atracción, inteligencia, duración, edad, cohabitación, comunicación, celos, infidelidad). Sin embargo la importancia del amor como elemento integrador de la satisfacción marital se debe a que es un concepto que engloba sentimientos y emociones, cogniciones subjetivas y símbolos culturales. Los estudios al respecto indican que a mayor amor percibido, mayor satisfacción marital se manifiesta (Díaz-Loving y cols., 1996).

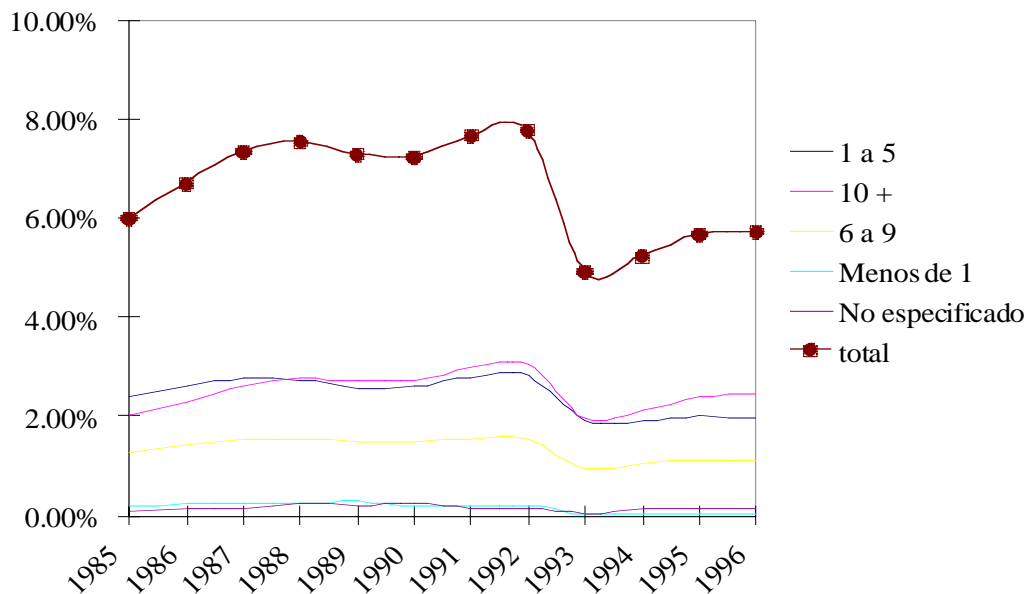
Investigaciones en México

En México, existen varios estudios de satisfacción marital que abarcan varios factores considerados relevantes para éste tema desde los más variados enfoques. Los investigadores mexicanos están ocupados en saber cuales son las causas que promueven la armonía matrimonial y las que debilitan este tipo de relaciones, pues cada vez la opción del divorcio es más común entre las parejas con problemas. Los datos del INEGI (1997) no parecen tan alarmantes ni se ve una tendencia clara a aumentar, el promedio de divorcios de 12 años de 1985 a 1996 es de un 6 % en los matrimonios registrados. (Ver Figura 1)

Las parejas que mejor se llevan son las que tienen pocos años en la relación, sin embargo el 2.42 por ciento del 6 por ciento total de los divorcios se encuentran en matrimonios de 1 a 5 años de duración, si bien el otro porcentaje alto es el de 2.51 de matrimonios que tienen más de 10 años de duración (INEGI 1997). Las investigaciones en México afirman que en la medida que pasa el tiempo, en cuanto al sexo, las mujeres tienden a sentirse mas aburridas que los hombres. La frecuencia sexual intensifica y acelera los procesos psicológicos que llevan al involucramiento de una relación marital, a mayor tiempo de la relación marital y a mayor edad de los cónyuges, menor número de relaciones sexuales y menor es el interés de tenerlas (Pick,

Díaz-Loving, Andrade, 1988; Díaz-Loving, Rivera, Sánchez, 1996; Pick y Andrade, 1988).

Figura 1 Divorcios Registrados por Duración del Matrimonio



E

n otro estudio similar, se llegó a la conclusión de que el número de hijos es otro factor para la satisfacción marital, y a menor número de hijos y a menos años de matrimonio, la satisfacción marital es mayor.

Lignan, 1996 encontró que dentro de la relación de pareja cuando se presenta algún cambio emocional, la intimidad se ve afectada de manera directa, es decir, el aspecto sensual de la relación, complacencia y sentimientos afectivos. Esto indica que cuando un miembro de la

pareja se percibe enojado, molesto o decepcionado, no sentirá deseo de ser complaciente, afectuoso y compartir momentos íntimos.

Sánchez y Díaz-Loving (sf), encontraron que la cercanía percibida en la relación de pareja y la satisfacción marital están íntimamente relacionados. Donde por cercanía nos referimos a la situación en la cual la persona actúa como si algunos o todos los aspectos de su pareja estuvieran parcialmente dentro de ella misma.

Alvarado, Ojeda, Rivera y Díaz-Loving en 1996 encontraron que la insatisfacción de las mujeres se limita a áreas muy particulares de la relación como es el caso del manejo de la recreación de la familia, el tipo de cuidado y educación que provee la pareja a los hijos y la manera en que se organizan las actividades familiares. Poseer características positivas tanto en rasgos de femineidad como masculinidad, favorecen la satisfacción marital, ya que al tener dentro de su repertorio características como “afectuoso(a)”, “cooperador(a)”, “sociable y emprendedor(a)”, “trabajador(a)”, “responsable”, la adaptación en una situación de pareja puede ser mas adecuada, y su capacidad de flexibilidad para reflexionar y actuar en cada situación, facilitará el éxito en el matrimonio. Los hombres requieren de la expresividad femenina tradicional para estar satisfechos en la forma y frecuencia de abrazos, besos, caricias e interés en relaciones sexuales, así como en la comprensión, apoyo, respuesta a emociones que perciben de su pareja. Las características masculino positivas que son deseables para lograr la satisfacción en el área de la recreación, toma de decisiones, solución de problemas, distribución de dinero y responsabilidades son la tenacidad, competitividad, el ser emprendedor y responsable. Para las mujeres el ser expresivas es lo que les permite lograr satisfacción en aspectos tales como la forma, frecuencia y distribución de las tareas y recursos en el hogar. Es

sin embargo deseable que tanto hombres como mujeres posean la capacidad de mostrar de acuerdo a las circunstancias rasgos masculinos y femeninos positivos. Y es importante recalcar que “de acuerdo a las circunstancias”, ya que una mujer que muestre rasgos masculino-positivos que le son benéficos para desenvolverse fuera del hogar, le podrían restar satisfacción al no mostrar su expresividad en situaciones necesarias en casa. El logro de las expectativas de comunicación para ambos es un requisito para el logro de empatía e independencia, sin embargo para los hombres pesa más en el logro de la satisfacción emocional y en las mujeres para la organización y cuidado (Rodríguez, 1994). Las parejas que conversan más en su comunicación un estilo positivo, son por lo general parejas con una relación mejor y más satisfactoria (Nina, 1991).

Sánchez, Ojeda y Lignan (s.f.) encontraron que un grupo de parejas que participó en el curso sobre Habilidades de Comunicación, incrementó su satisfacción en cuanto a la interacción conyugal y los aspectos organizacionales y estructurales de cónyuge. Este curso está enfocado directamente sobre las relaciones maritales y el estilo de comunicación necesario para mejorarlas. Se enfatiza en comunicar al cónyuge la percepción que se tiene en el momento de él y de la relación, así como mejorar el entendimiento y disposición de la autopercepción.

El sistema bio-psico-socio-cultural en que se desarrollan los hombres y mujeres que forman a las parejas de mexicanos, enfatiza el aspecto sexual y sus correlatos positivos en los hombres, siendo estos: pasión, intimidad, interactuar, etc. como fundamento de una evaluación satisfactoria de la relación de pareja; mientras que en las mujeres se impulsa a los aspectos positivos-afectivos como son la pasión, intimidad-confianza, interacción, etc. y las consecuencias negativas de la sexualidad: infidelidad, celos, dolor, etc. como protectoras de la

satisfacción marital. Estos resultados indican la causa del deterioro encontrado en las relaciones de pareja, los hombres se rigen por el aspecto pasional, sexual y las mujeres por una predisposición afectiva, para ellas tiene mas peso la cercanía emocional, la ternura, el compañerismo, el afecto y sobre todo la adecuada ejecución de su rol, por lo que estas últimas parecen vivir en la constante desconfianza de la orientación sexual-pasional de los hombres, concluyendo en una pareja que vive la constante agonía de mantenerse satisfechos en un compromiso a largo plazo (Díaz-Loving , Rivera y Sánchez, 1996; Rodríguez, 1994).

El hecho de ser la familia reconstituida o no reconstituida es también un factor determinante para la satisfacción marital. Se ha encontrado que en general, las parejas reconstituidas expresan un menor grado de satisfacción marital que las parejas no reconstituidas, pero en particular se ha encontrado que en ambos tipos de pareja, las mujeres reportan un menor grado de satisfacción marital que los hombres, en particular en el aspecto emocional del cónyuge, la interacción conyugal y la organización y cumplimiento de reglas (Hernández y Cevallos, 1998).

Por otra parte, López (1996) y Narváez (1994), afirman que hay evidencia de que existe mayor satisfacción marital en las parejas en las que los roles maritales pueden ser en alguna medida intercambiables, en los que el marido colabora activamente en la educación de los hijos. Este intercambio de roles y decisiones relativas al hogar proporciona mas conocimiento de las habilidades de la pareja y confianza en estas, lo cual también propicia una mayor comunicación. Es importante hacer notar que para que una pareja tenga éxito, debe de resolver adecuadamente los problemas de una etapa antes de pasar a la siguiente. Si esto no sucede, lo más factible es que la nueva etapa además de traer nuevos problemas, acentuará los ya

existentes que no fueron resueltos.

Medidas de Satisfacción Marital

Desde la década de los 70s ha habido varios intentos por definir instrumentos que pudieran medir la satisfacción marital, sin embargo aquellos enfoques no consideraran a la Satisfacción Marital como un conglomerado de factores sino mas bien como un solo factor general. En particular en México ha habido pocos estudios de este tipo y ningún instrumento que estuviera validado y que fuera confiable (Pick y Andrade 1988).

En 1988 se desarrolla y valida en México la Escala de Satisfacción Marital (ESM) de Susan Pick y Patricia Andrade, este es el primero instrumento validado en México, lo cual le confiere una especial importancia porque los instrumentos existentes hasta la fecha eran desarrollados fuera del país y por cuestiones culturales no son totalmente aplicables en México. Existe también un Inventario Multifacético de Satisfacción Marital (IMSM) proyecto financiado por D.G.A.P.A. y realizado por Díaz Loving y cols. en la Facultad de Psicología de la UNAM, el cual está aún en desarrollo y por lo tanto no está aún disponible para su uso (Cortés, M., Reyes, D., Diaz-Loving, R., Rivera, A. y Monjaraz, C. (sf)). Ante este panorama, la ESM se vuelve en México el instrumento mas utilizado, como ejemplo están algunas de las investigaciones mencionadas en el apartado anterior, y además se aplica para el presente estudio, en donde la satisfacción marital se define como el grado de favorabilidad (actitud) hacia aspectos del cónyuge y de la interacción conyugal.

INTELIGENCIA EMOCIONAL

Desarrollo Histórico del Concepto Inteligencia e Inteligencia Emocional

Somos herederos de la filosofía del “Pienso luego existo” planteado por Descartes la cual forma parte del pensamiento filosófico del siglo XX , pero para desgracia del ser humano nunca añadieron “Siento luego existo”. El famoso enunciado de Descartes, tomado literalmente establece una clara separación entre mente y cuerpo. Sugiere que el pensar y el tener consciencia del pensamiento forman la base del “Ser”. Sin embargo Damasio (1994) establece que evolutivamente hablando, hubo un momento en la historia del hombre en la que una conciencia rudimentaria nace y con esta los primeros pensamientos conscientes - ¿Cómo puede haber pensamientos conscientes sin “consciencia”? -. El pensamiento y la consciencia dan lugar a lo que llamamos mente la cual a su vez es el asiento de pensamientos más complejos que eventualmente nos llevan a desarrollar el lenguaje el cual también ayuda a organizar los pensamientos para que estos sigan evolucionando en su complejidad (Damasio, 1994). Para muchos psicólogos de la primera mitad del siglo las emociones no son mas que un estorbo a la razón, “una completa pérdida del control cerebral” (Tercera Conferencia Binacional sobre revelación, estrés, salud e inteligencia emocional). Sin embargo en épocas recientes se ha sostenido que estas emociones son parte integrante de la inteligencia y que son adaptativas, funcionales y organizan las actividades cognitivas y el comportamiento subsecuente, es decir, la pasión sirve a la razón (Mayer, Salovey, 1993).

La Inteligencia como concepto hizo su aparición en libros poco antes de iniciar este siglo (Bar-On, 1997b) y aun ahora finalizando este y en vísperas de un nuevo milenio los investigadores interesados en este concepto muestran una diversidad de teorías las cuales divergen entre si, cabe mencionar que este concepto se ha enfocado principalmente en lo que

conocemos como Inteligencia Cognitiva, el cual ha tenido una interesante evolución a lo largo del siglo XX y como parte de ésta en la última década podemos observar que se acuña el concepto de Inteligencia Emocional, correspondiendo a la concepción actual del ser humano y a las necesidades de nuestro tiempo.

Las corrientes psicológicas basadas en esta premisa han tenido varios postulados, desde la posición hereditaria, fisiológica pasando por la mecanicista hasta llegar al punto de vista mas enriquecido de Inteligencias Múltiples.

A continuación resumiremos el desarrollo del concepto de Inteligencia Emocional a partir de los primeros conceptos de Inteligencia.

De 1900 a 1920.

En este primer periodo formal de la evaluación de la Inteligencia se desarrollaron los primeros tests que intentaban medir la inteligencia. En este periodo, la inteligencia era considerada como una capacidad única, individual, inamovible y de algún modo relacionada con la genética e incluso con la raza. Esta capacidad o factor general (factor G) fue medido por primera vez con fines prácticos para la selección de personal para las fuerzas armadas norteamericanas durante la Primera Guerra Mundial. Personajes como Galton y Binet dominaron la escena en este tiempo con sus teorías (ver tabla 3) (Molero, Saíz y Esteban,1998; Bar On, s.f.; Goleman, 1995b).

De 1920 a 1950.

Este periodo es muy importante cuantitativamente y cualitativamente por los grandes cambios y cantidad de teorías desarrolladas en cuanto a la Inteligencia. Fue un gran salto el que en la década de los 20s, Thorndike (Mayer, 1996) formulara una teoría en la que la inteligencia

ya no era un factor único, sino que estaba dividido en Inteligencia Abstracta, Inteligencia Mecánica e Inteligencia Social, siendo esta última el precursor directo de nuestra Inteligencia Emocional moderna, sin embargo se seguía creyendo que estas Inteligencias eran fijas. Sin embargo el conductismo de los 30s, con su concepto de estímulo-respuesta, abre la puerta a conceptos de Inteligencia que pueden cambiar (a mayor estímulo mayor respuesta y viceversa). Estos dos movimientos junto con la Teoría del Gestalt, que hablaba de la inteligencia como una habilidad de discernimiento, pusieron las bases para un concepto de inteligencia mucho más comprensivo. Por su parte Leeper propone que la inteligencia es inseparable del contenido emocional. En el campo de la medición, a la que siempre se la ha dado gran importancia en Norteamérica, se desarrolla el WAIS (Weschler) que se vuelve a poco en uno de los instrumentos más usados para medir la inteligencia. Weschler considera a la inteligencia como una composición de factores en las que no todos son cognitivos (Molero, Saíz y Esteban,1998; Bar On, s.f.; Goleman, 1995b) (ver tabla 3).

De 1950 a 1979.

Durante este periodo las principales y más fuertes contribuciones en el campo de la inteligencia provienen de dos fuentes: Las teorías Estructuralistas y las del Procesamiento de la información. Los primeros enfatizan ahora los aspectos cualitativos, contrario a los cuantitativos del periodo anterior y proponen que la Inteligencia tiene patrones de adquisición y procesos específicos que los determinan. De estos, el mayor exponente es Piaget. Los Procesos de Información, nacidos de la época de la Inteligencia Artificial, establecen que la inteligencia puede verse como habilidades aisladas individuales. De aquí los psicólogos toman modelos que iluminan algunos de los procesos mentales humanos. Se enfatiza la habilidad de

manipular símbolos y signos como parte del proceso de abstracción. Al ser humano se le caracteriza como una máquina compleja donde los procesos cognitivos pueden ser entendidos y explicados por modelos simplistas donde la conciencia es desvirtuada y supeditada a la conducta. Lo importante no es la persona sino las habilidades de ésta y por lo tanto las operaciones que esta pueda realizar (Molero, Saíz y Esteban, 1998) (ver tabla 3).

De 1983 a 1998.

El abanico de teorías se abre abarcando desde los grupos enraizados en explicar la inteligencia como una actividad “computacional” hasta grupos que consideran que la inteligencia no merece mas atención que la necesaria al ser un simple medio que nos lleva a un fin. Sin embargo existe la demanda de definir la inteligencia desde un punto de vista mas humanista e interdependiente de muchos factores. Las complejas relaciones entre los componentes de la inteligencia, llevan a concluir a algunos teóricos que ésta es algo mucho más complejo que el solo resolver un problema (cosa que una máquina puede hacer muy bien). La capacidad humana llamada inteligencia, no solo resuelve, sino que también propone e incluso inventa sus propios problemas. Hasta ahora no hay una definición que logre la unificación de criterios de lo que es la Inteligencia (Molero, Saíz y Esteban, 1998) (ver tabla 3).

En este periodo se consolidan las investigaciones hechas en periodos anteriores y se habla ya abiertamente de Inteligencias No Cognitivas y se intenta su medición con instrumentos diseñados para esto aun cuando existen autores que sostienen que “*..deberíamos abandonar tanto los test como las correlaciones entre los test, y, en lugar de eso, deberíamos observar fuentes de información más naturales, acerca de cómo la gente en todo el mundo desarrolla capacidades que son importantes para su modo de vida*” (Gardner, 1993).

Muy importante en este periodo es Gardner (1983) quien estableció un concepto de Inteligencias múltiples de 7 componentes. Entre sus 7 componentes los que abrieron el marco general para el estudio de la inteligencia emocional son los que él llamó Inteligencias Interpersonales e Intrapersonales que se definían como la capacidad de conocer y manejar los sentimientos ajenos y los propios respectivamente. En particular la Inteligencia Intrapersonal implica el tener un autoconocimiento o autoconcepto claro, objetivo y ajustado a la realidad que facilita al manejo de las emociones.

Antonio Damasio (Jorgensen, 1996) de la Universidad de Iowa presenta algunas ideas muy relacionadas con este marco teórico entre las que destacan las siguientes:

- Las emociones y sentimientos proporcionan un puente entre los procesos racionales e irracionales.
- No parece sensato dejar a las emociones y sentimientos fuera del concepto general de la mente, sin embargo, cuando se refieren a estos, los conceptos científicos más respetados hacen precisamente esta división, sin embargo, los sentimientos son tan cognitivos como cualquier otra imagen perceptual.
- Los sentimientos se refieren al cuerpo; nos permiten conceptualizarlo interpretando sus mensajes que llegan como emociones y dando a estas imágenes corporales una calidad de bueno o malo, placer o dolor.

Entre las teorías más interesantes que propone Damasio esta el llamado “marcador somático” que es un equivalente de la intuición. Damasio afirma que hay decisiones que no se hacen bien si se hacen racionalmente, requieren de la intuición y sabiduría emocional ganadas en experiencias pasadas. Entonces el marcador somático es como un tipo de alarma que elimina

malas opciones en el proceso de toma de decisiones.

En resumen, Damasio cree que los procesos de razón y sentimiento ocurren en los mismos sistemas neuronales y que las emociones y los sentimientos son inherentemente racionales y ayudan a manejar acciones y decisiones en una manera racional.

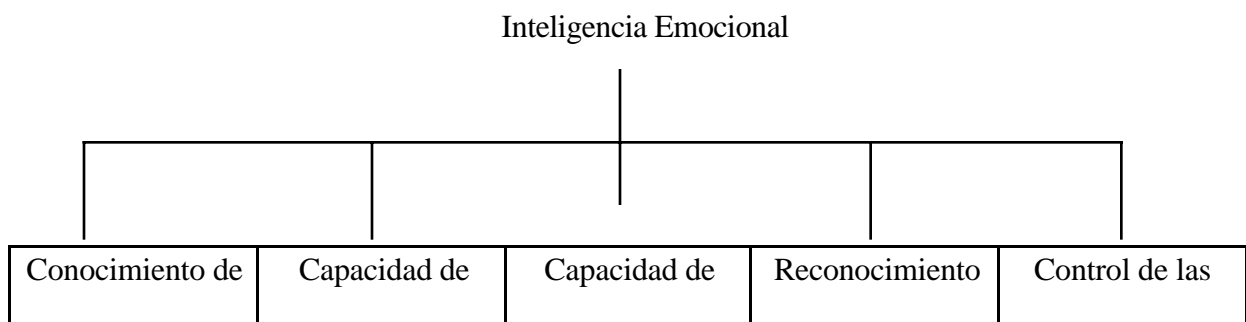
Este manejo de las emociones es considerado posteriormente como una clave en el desarrollo de la inteligencia emocional por Salovey y Mayer (1990). Ellos incluyen dentro de su concepto de Inteligencia Emocional los siguientes dominios principales (ver figura 2):

- Conocer las propias emociones. La habilidad de poder reconocer con exactitud un sentimiento mientras ocurre.
- El manejo de las emociones. Es la habilidad de manejar los sentimientos para librarse eficazmente de estados de ansiedad excesivos o de cualquier otro sentimiento.
- El poder motivarse a uno mismo. El postergar la gratificación y regular las emociones para lograr un fin objetivo.
- El reconocer las emociones de los demás. Empatía, es el reconocer las señales que los demás emiten con relación a sus necesidades y deseos. Es una habilidad básica para un óptimo desempeño social.
- La capacidad de relacionarse con los demás. Es la habilidad de manejar las emociones de los demás y determina la capacidad o incapacidad social del individuo.

En 1997 Mayer y Salovey (Tercera Conferencia Binacional sobre revelación, estrés, salud e inteligencia emocional) concluyen que la evaluación y expresión de las emociones incluye tanto el comportamiento verbal como el no verbal, es decir, el entender lo que estamos sintiendo y ser capaces de comunicar estos sentimientos en palabras y expresiones, así mismo

entender los sentimientos de las otras personas, tanto en sus palabras como en sus expresiones. Los seres humanos con inteligencia emocional adecuada deben ser capaces de sentir las emociones de las otras personas, ser empáticos. Por otro lado deben reconocer que las emociones priorizan el pensamiento, modelan la memoria, crean diferentes expectativas de solución de problemas, y facilitan la creatividad. Para todo ello, de las personas con una inteligencia emocional adecuada se espera que su vocabulario emocional sea bastante rico para entender los matices emocionales, los sentimientos mezclados, y las transiciones de una emoción a otra. Estas personas deberán aprender a regular sus emociones de tal manera que estas sean mas adaptativas para la tarea o citación que tenemos enfrente, y así también deben aprender a regular las emociones de las otras personas, de levantarles el ánimo cuando estén decaídos y de captar su atención cuando deseen ser escuchados. Un individuo inteligente emocionalmente debe determinar cuando es apropiado involucrarse en comportamientos distractores así como determinar cuales de estos comportamientos tienen un valor funcional. Una estrategia inteligente emocionalmente debe ser el tomar ventaja de las oportunidades para una distracción saludable, tal para buscar a los demás para tener apoyo social.

Figura 2 Modelo de Inteligencia Emocional según Goleman (1995b)



las propias emociones	controlar las emociones	motivarse uno mismo	de las emociones ajenas	relaciones
--------------------------	----------------------------	------------------------	----------------------------	------------

Se han hecho varios intentos para medir la inteligencia emocional, Mayer, Salovey y Caruso en 1997 desarrollaron una escala multidimensional de la inteligencia emocional, de donde han estado refinando sus técnicas de medición examinando aspectos tales como el reporte de los estilos emocionales, los métodos alternativos de evaluar las respuestas correctas. Este instrumento es uno de los intentos más cercanos para medir con validez la inteligencia emocional, y sin embargo aún no está disponible para su uso por estar en desarrollo (Tercera Conferencia Binacional sobre revelación, estrés, salud e inteligencia emocional). Para Bernet (1996) aun no existe una definición aceptada ni una medida adecuada para el Coeficiente Emocional (EQ). Para él un problema con el concepto es la confusión entre los términos sentimiento y emoción. Para refinar el concepto EQ desarrolló una escala a la que llamó “Estilo en la percepción del Afecto” para medir que tan rápidamente y sin esfuerzo se detectan conscientemente los cambios en las sensaciones en el cuerpo, ya que estas son indicadores de las emociones. Precisión y rapidez en la conciencia de los sentimientos permite respuestas emocionales y conductuales también precisas y rápidas. Sin esta habilidad las respuestas son lentas e inapropiadas. El análisis demuestra que este tipo de percepción de sentimientos está fuertemente correlacionado con la salud mental, el estado de satisfacción general y la creatividad. Se teoriza que esta habilidad es la base para la empatía y la inteligencia social y sugiere también que esta habilidad de atención rápida a los sentimientos cambiantes puede promover a la buena salud.

En otro lado del mundo y siguiendo la misma línea de investigación de Abraham Maslow,

Marie Jahoda, Roy Grinker, Daniel Offer, Melvin Sabshin, Richard Coan, Howard Gardner, John Mayer y Peter Salovey (Bar On, 1996), Bar On (sf) desarrolla un concepto de Inteligencia no-cognitiva. El trabajo de este autor se desarrolló independiente y paralelamente al de estos investigadores y se parece en varios aspectos, especialmente en la naturaleza del contenido y sin importar las diferencias o la manera en que los componentes conceptuales han sido etiquetados. Bar On inicia sus investigaciones en Sudáfrica de 1983 a 1986 y continúa en Israel de 1986 hasta 1993, en 1994 continúa con la investigación y la prueba del instrumento que desarrolló para medir la inteligencia emocional: El Inventario de Inteligencia Emocional (EQ-i). Es durante esta etapa que este instrumento se prueba y valida para varias muestras poblacionales (ver figura 3).

En 1995 se publicó el Best Seller, “Inteligencia Emocional, porque es más importante que el cociente intelectual”, en donde Daniel Goleman, hace una recopilación de las teorías de diferentes autores que hacen énfasis en el aspecto emocional del ser humano, explicando que la inteligencia emocional es el razonamiento y la emoción trabajando juntos en armonía, un aspecto interesante del concepto es que toda conducta tiene un componente emocional. Lo novedoso en el trabajo de Goleman ha sido el demostrar que el conocimiento emocional tiene una fuerte base científica que puede ser usada para manejar varios problemas sociales y tiene muchas implicaciones políticas (Francis, 1997). Goleman se basó principalmente en la propuesta de Mayer & Salovey para dar sustento todo lo que con casos renombrados de la vida real ejemplifica, y de esta manera hacer su obra más atractiva y poder llegar a todos los niveles intelectuales y sociales. Gracias a esta táctica la Inteligencia Emocional ahora es conocida en todos los ámbitos del mundo y se ha comenzado con la aplicación de este

concepto en varios campos, como es el educativo y el empresarial.

En el campo educativo, tan solo a raíz del éxito del libro de Goleman, más de 700 escuelas en Estados Unidos han instituido programas que alimenten tanto la mente como el alma con el fin de que los niños mejoren la habilidad de reconocer sus emociones, empatizar con sus compañeros y manejar las crisis (Ratnesar, 1997; Goleman, 1996). Por citar un ejemplo, en una escuela en Connecticut se están introduciendo algunos conceptos para enseñanza temprana de Inteligencia Emocional. En una práctica, 25 niños se sientan en el piso y al pasarse una pelota se dicen cumplidos con el fin de enseñarles a ser amables. En otras escuelas primarias y secundarias, con diferentes nombres intentan introducir conceptos de inteligencia emocional a los alumnos y darles las bases para incrementar su cociente emocional (Gold, y Concar, 1996). En estudios controlados hay evidencia que muestra que la inteligencia emocional puede ser aprendida e incrementada aún a temprana edad (O'Neil, 1996). En estos programas piloto se enseña a los niños a actuar como mediadores de sus compañeros y se les distribuyen cuestionarios para identificar problemas que ellos causaron en clase y generar soluciones, eso les enseña disciplina, solución creativa de problemas y no sólo castigo. Algunos profesores opinan que estos programas han mejorado las habilidades sociales de estos niños y también el pensamiento crítico (Ratnesar, 1997). Sin embargo es muy polémico el hecho de que estos programas sean realmente efectivos, ya que en todos los casos se han implementado sin haber sido antes evaluados. En la mayoría de los casos, estos programas van enfocados a la solución práctica de problemas de relaciones humanas pero también en un buen número de los casos van enfocados a reducir problemas urbanos como la violencia, la drogadicción y la deserción escolar. También son polémicos estos programas porque sacan de contexto el aspecto

emocional y de alguna manera lo divorcian de aquello que intentan unir, es decir, se enfatiza en la terminología, en el poder identificar y manejar emociones y sin embargo no se relacionan normalmente con las situaciones de la vida diaria en la que estas habilidades pueden ser útiles. Un niño que sufre de estrés frente a un examen de matemáticas difícilmente encontrará relación entre éste y los conocimientos impartidos de inteligencia emocional.

El entender y analizar las emociones es un ejercicio complicado e incluso hay quienes aventuran que es demasiado prematuro para los niños de primaria (Tercera Conferencia Binacional sobre revelación, estrés, salud e inteligencia emocional). Es recomendable que el entrenamiento sobre inteligencia emocional sea incluido dentro de los programas de las escuelas públicas, ya que esto daría a los niños preparación efectiva sobre como afrontar las demandas de su medio y aumentaría sus posibilidades de éxito en la vida (Bar On 1997a).

Desgraciadamente toda esta popularidad en el tema ha contribuido a quitarle de algún modo la seriedad y hacerlo “el culto de los 90s”. No hay mejor ejemplo de esto que buscar en Internet las páginas y pseudo organizaciones dedicadas a la Inteligencia Emocional y verse inundados por una cantidad de Tests que pretenden medir el coeficiente emocional sin ninguna base científica ni mucho menos una validación de estos.

Las siguientes tablas muestran cronológicamente el desarrollo que ha tenido los conceptos de inteligencia y la inteligencia emocional a lo largo de todo un siglo, es decir, se toma en cuenta desde el comienzo de la psicología científica hasta nuestros días (Molero, Saíz y Esteban, 1998; Bar On, s.f.) (ver tablas 4,).

El concepto de Inteligencia Emocional de Reuven Bar On (EQ-i)

Reuven Bar On establece en su concepto que la inteligencia emocional es una capacidad

“táctica” o de funcionamiento inmediato, mientras que la inteligencia cognitiva es una capacidad de “largo plazo”. De algún modo, el medir la inteligencia emocional es medir el “sentido común” y la habilidad de sobrellevar nuestro entorno (Bar On, 1997a).

Tabla 3 Desarrollo Histórico de los conceptos de Inteligencia e Inteligencia Emocional.

AUTOR	INTELIGENCIA	INTELIGENCIA EMOCIONAL
GALTON (1822-1911)	Estudia la capacidad mental sistemáticamente y enfatiza la influencia hereditaria en las capacidades individuales.	
CATELL (1890)	Inventa las pruebas mentales.	
BINET (1817-1911)	Primera escala de Inteligencia para niños (1905). Define el Cociente Intelectual como la razón entre la Edad Mental y la Edad Cronológica. (1916). Inicia la polémica sobre la inteligencia como resultado de un solo factor o de varios.	
PRIMERA GUERRA MUNDIAL (1918)	La milicia inicia la aplicación de pruebas de inteligencia a grupos.	
TERMAN (1916) Y SPEARMAN (1927)	Defensores de la teoría de la Inteligencia basada en un factor único o “general”. Elaboran tests basados en este factor “general”.	

Tabla 3 (Continuación)

AUTOR	INTELIGENCIA	INTELIGENCIA
-------	--------------	--------------

EMOCIONAL		
THORNDIKE (1920)		El componente social aparece por vez primera en el concepto de Inteligencia en el libro "La inteligencia y sus usos".
WATSON (1930), THORNDIKE (1931) Y GUTHRIE (1935)	El conductismo simplifica el concepto de Inteligencia a simples asociaciones de estímulo y respuesta.	
DOLL Y THORNDIKE (1937)		Encuentran y definen aspectos sociales en la inteligencia general.
WESCHLER (1939- 1940)	Diseña escalas de Inteligencia para adultos primero y posteriormente para niños.	Propuso que la inteligencia general contiene aspectos no intelectuales.
THURSTONE (1938), THOMSON (1939) y GUILFORD (1967).	Defensores de la teoría de que la Inteligencia está formada por varios factores independientes en lugar de un solo factor "general".	
SCHAFFER (1940)		Sostiene que las emociones son una respuesta desorganizada, por falta de una adaptación efectiva.

Tabla 3 (Continuación)

WERTHEIMER (1880-1943),	Introducen otro componente en el concepto de Inteligencia: El discernimiento o
----------------------------	--

KOHLER (1887-1967)	pensamiento productivo. Teorías de la	
Y KOFFKA (1887-1941)	Gestalt.	
LEEPER (1948)		Propuso que el pensamiento emocional es parte integral del pensamiento lógico.
RUESCH Y McLEAN (1948-1949)		Sugirieron que los desordenes psicosomáticos resultan de una inhabilidad de expresar sentimientos basados en una perturbación en el proceso cognitivo.
SEGUNDA GUERRA MUNDIAL	La psicología cognitiva avanza y recibe mas atención.	
	Hull forma el conductismo informal y la cognición se ve analizada bajo las más variadas formas.	
PIAGET (1896-1980)	Estructuralismo.	
TURING (1950)	Define en “Computing Machinery and Intelligence” la inteligencia artificial y abre campo a los psicólogos dentro de las ciencias computacionales estableciendo paralelismos en los procesos computacionales y el pensamiento humano.	

Tabla 3 (Continuación)

AUTOR	INTELIGENCIA	INTELIGENCIA EMOCIONAL
-------	--------------	---------------------------

MOWRER (1960)		Las emociones son de una importancia extraordinaria en la economía total de los organismos vivos y no merecen ser colocadas en oposición a la inteligencia.
HEBB (1960), HOLT (1964), BREGER Y McGAUGH (1965) SIFNEOS (1967)	La psicología cognitiva se renueva con los conocimientos adquiridos de las ciencias computacionales.	Inventó el término Alexitimia, dificultad para identificar sentimientos, distinguir entre ellos y describirlos.
MAYER (1977), STERNBERG (1979).	Se le da especial importancia a los símbolos y su manipulación dentro de la inteligencia.	
GARDNER (1983, 1993)	Defiende la idea del Intelecto como una conjunción de capacidades o inteligencias.	Define dos componentes: Capacidades Intrapsíquicas y Habilidades Interpersonales.

Tabla 3 (Continuación)

AUTOR	INTELIGENCIA	INTELIGENCIA EMOCIONAL
-------	--------------	------------------------

<p>BAR-ON (1985-1999)</p> <p style="text-align: center;">Sostiene que no hay relación alguna entre la Inteligencia Cognitiva y la Inteligencia Emocional.</p>	<p>Desarrolla en su tesis doctoral un modelo de inteligencia no cognitiva, medible, basado en varios componentes individuales (1985). El término EQ (coeficiente emocional) no es seriamente tomado en cuenta y Bar On tiene que renombrarlo en su tesis.</p> <p>Finalmente ellos acuñan el término "Inteligencia Emocional"</p> <p>Hace una recopilación de estudios sobre Inteligencia Emocional y difunde la importancia el Coeficiente Emocional.</p>
<p style="text-align: center;">MAYER y SALOVEY (1989-1997)</p> <p style="text-align: center;">GOLEMAN (1995)</p>	<p>Hace una recopilación de estudios sobre Inteligencia Emocional y difunde la importancia el Coeficiente Emocional.</p>

El concepto de Inteligencia Emocional todavía no aparece en los diccionarios por no haber una definición establecida ni tampoco fronteras claras para este nuevo dominio. Sin embargo, Reuven Bar On (1997b) intenta definir este concepto de un modo detallado, claro y tan operacional como sea posible. Este enfoque ayudará a hacer este concepto más tangible y por lo tanto más fácil de entender, medir y aplicar.

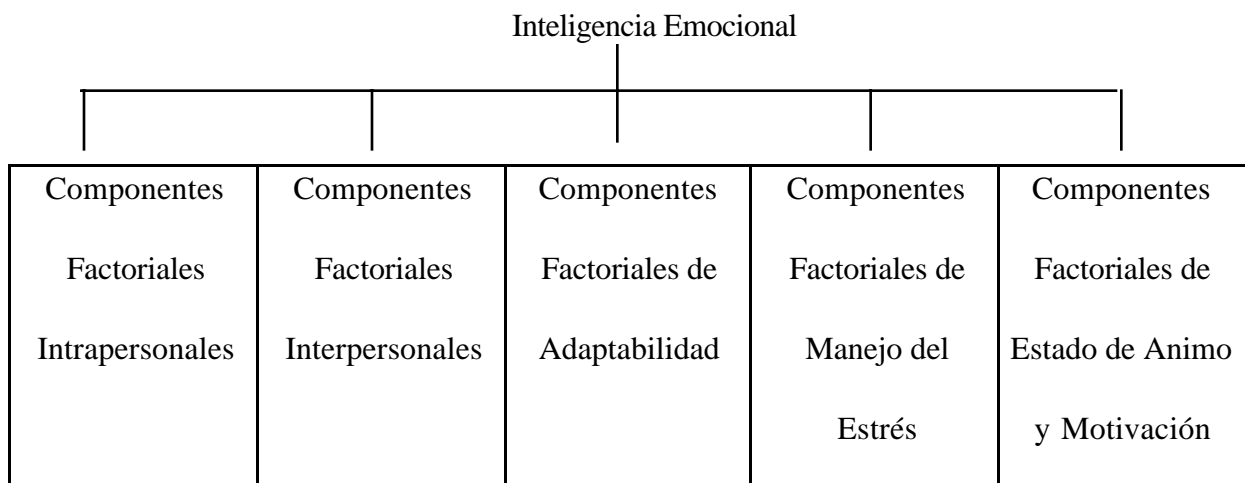
La inteligencia emocional como la define Bar On "es *un conjunto de capacidades, competencias y habilidades no cognitivas que influyen la habilidad propia de tener éxito al afrontar las demandas y presiones del medio ambiente*". Como tal, la inteligencia emocional es

un factor importante para determinar la habilidad propia de tener éxito en la vida, e influecia directamente el bienestar psicológico general.

En el concepto de Bar On los componentes de la Inteligencia Emocional están bien definidos operacionalmente y son por lo tanto mensurables, para lograr esto, cada componente esta a su vez subdividido en conceptos (subescalas) que no son de ninguna manera fijos y por lo tanto pueden cambiar a lo largo de la vida del individuo y ser desarrollados en él para mejorar su Inteligencia Emocional. Esta Conceptualización multifactorial está mas bien relacionada con el Potencial de Desempeño que con el Desempeño mismo, es decir el, enfoque está sobre las posibilidades de Exito y no con el Exito en sí. Está mas enfocado en los procesos que en los resultados (Bar On, 1997a).

A continuación estos componentes factoriales se definen según el “Technical Manual del Bar On Emotional Quotient Inventory” (Bar On, 1997a) (ver figura 3).

Figura 3 Modelo de Inteligencia Emocional (Bar On, 1997a).



Componentes Factoriales Intrapersonales.

Autoconcepto: La habilidad de entenderse, aceptarse, ser consciente de y respetarse uno

mismo, básicamente como bueno. Respetarse es aceptarse y gustarse como uno es. Aceptarse es percibir lo positivo y lo negativo de uno mismo. Asociado a este factor es sentirse satisfecho con uno mismo. Lo opuesto en esta escala son sentimientos de inferioridad y de no ser adecuado

Autoconciencia Emocional: La habilidad de reconocer y entender los sentimientos propios, para saber que es lo que uno siente y que es lo que lo causo.

Asertividad: La habilidad de expresar sentimientos, creencias, pensamientos, y defender los derechos propios de una manera no destructiva. Esta compuesta de tres componentes básicos. 1) habilidad de expresar sentimientos, 2) habilidad de expresar creencias y pensamientos abiertamente (tomar una posición aun cuando al hacerlo pueda uno perder algo). 3) La habilidad de defender los derechos personales. Asertividad no es ser agresivo o abusivo.

Independencia: La habilidad de ser autodirigido y autocontrolado en el pensamiento y acciones propias y libre de dependencia emocional. Esto implica fiarse en uno mismo para planear y hacer decisiones importantes. No implica dejar de consultar a otros para recolectar información necesaria. La independencia se apoya en la fuerza interna, auto confianza y deseo de responder a expectativas y obligaciones sin esclavizarnos a ellas.

Autoactualización: La habilidad de lograr todas las capacidades potenciales, que nos caracterizan en involucrarnos en búsquedas que llevan a una vida significativa y rica y plena. Es el intento para desarrollar y expandir habilidades que uno disfruta y el comprometerse con propósitos y metas a lo largo de la vida.

Componentes Factoriales Interpersonales.

Empatía: La habilidad de ser consciente, entender, y apreciar los sentimientos de otros. Ser capaz de leer emocionalmente a la gente, mostrar interés en otros e identificarse con ellos.

Responsabilidad Social: La habilidad de mostrarse cooperativo, contributivo, como un miembro constructivo del grupo social. Es la habilidad de ser responsable en un grupo aun cuando no implique beneficio personal, esta habilidad esta asociada también con mantener las reglas sociales con la aceptación de otros y con el ser confiable. En el opuesto de esta escala estaría el ser abusivo con otros, antisocial y explosivo.

Relaciones Interpersonales: La habilidad de establecer y mantener relaciones mutuamente satisfactorias caracterizadas por cercanía emocional, intimidad, y recibir y dar afecto. Este componente no solo es establecer relaciones amistosas sino sentirse a gusto en ellas y tener expectativas positivas de tales intercambios. Es tener capacidad para participación social.

Componentes Factoriales de Adaptabilidad

Prueba de Realidad: La habilidad de determinar la correspondencia entre lo emocionalmente experimentado y lo que existe objetivamente. Este procedimiento involucra buscar evidencia objetiva para confirmar nuestros sentimientos percepciones y pensamientos sin fantasear excesivamente sobre estos. Involucra la habilidad de concentrarse y enfocarse al examinar varios modos de afrontar situaciones. La prueba de realidad esta asociado con no separarse de la realidad.

Flexibilidad: La habilidad de ajustar las emociones, pensamientos y comportamiento a situaciones cambiantes. Se relaciona con alterar las rutinas al cambiar las condiciones

ambientales, reaccionar sin adherirse rígidamente a principios. Se relaciona también con experimentar nuevas ideas ser abierto y tolerante.

Solución de Problemas: La habilidad de identificar y definir problemas así como generar e implementar soluciones potencialmente efectivas. Esta habilidad esta compuesta de 4 partes: 1) ser consciente del problema y sentirse seguro y motivado frente al, 2) definir y formular el problema claramente o sea recolectar información relevante, 3) generar tanto soluciones como sea posible, 4) tomar una solución sobre la solución a usar, pesar pros y contras de cada solución. Este factor se relaciona con ser concienzudo, disciplinado y sistemáticamente perseverante, así como con hacer lo mejor y enfrentar los problemas.

Componentes Factoriales de Manejo del Estrés

Tolerancia al Estrés: La habilidad para soportar eventos adversos, situaciones estresantes y emociones fuertes, “sin” desmoronarse al lidiar activa y positivamente con el estrés. Esta habilidad se basa en 1) capacidad de escoger varios cursos de acción para enfrentar el estrés, 2) ser optimista a nuevas experiencias para resolver un problema, y 3) sentir que uno puede controlar o influenciar una situación estresante. Este componente es similar a lo que se conoce como fuerza del ego y “coping positivo” el extremo opuesto en la escala es la ansiedad.

Control de los impulsos: La habilidad de resistir o retrasar un impulso, tenaz al actuar y a controlar las emociones. Involucra la capacidad de aceptar los impulsos agresivos y controlarlos así como el comportamiento hostil e irresponsable en general. Los problemas en el control de impulsos se manifiestan por baja tolerancia a la frustración, impulsividad y problemas con el enojo así como comportamiento impredecible.

Componentes Factoriales de Estado de Animo y Motivación

Optimismo: La habilidad de ver el lado amable de la vida y mantener actitud positiva aun frente a la adversidad. Asume una medida de esperanza en nuestro enfoque a la vida.

Felicidad: La habilidad de sentirse satisfecho con la vida, disfrutarse uno mismo y a otros y de divertirse y expresar sentimientos positivos. Es la habilidad de disfrutar aspectos varios de la vida. Es un subproducto o indicador del grado general de inteligencia emocional en la escala opuesta tenemos depresión, excesiva preocupación, culpa e incluso pensamientos suicidas.

Inventario EQ-I

Para medir Inteligencia Emocional se utilizará la versión publicada del Inventario de Coeficiente Emocional del Dr. Reuven Bar-On en donde según el Technical Manual EQ-i (1997a) consta de 133 reactivos y un formato de respuesta de 5 puntos que va desde “escaso o falso en mi” hasta “muy frecuentemente cierto o cierto en mi”. En promedio la prueba se hace en 40 minutos y el nivel de lectura necesario para completarlo es de 6o. grado. El EQ-i es adecuado para individuos de 17 años o mayores, aunque actualmente se esta normando para menores de esta edad. El EQ-i da una calificación de EQ total compuesta de 5 escalas individuales, y 15 subescalas descritas en el punto anterior.

Confiabilidad y Validez

El EQ-i, para probar su confiabilidad fue aplicado a 7 muestras poblacionales y la consistencia interna fue medida usando el alfa de Cronbach. El promedio de los coeficientes alfa de Cronbach fue alto para todas las subescalas , variando desde un mínimo de .69 (responsabilidad social) hasta un máximo de .86 (Autoconcepto), con un promedio general de

consistencia de .76. Estos resultados indican una muy buena confiabilidad considerando especialmente que todos los procedimientos internos de consistencia tienden a subestimar la confiabilidad real (Bar On, 1997a).

El EQ-i nos provee de los siguientes 4 indicadores de validez:

Porcentaje de Omisión.

Índice de inconsistencia.

Impresión Positiva.

Impresión Negativa.

El inventario cuenta con un factor de corrección que automáticamente ajusta los resultados de la escala basado en los resultados obtenidos en los indicadores de impresión positiva y negativa.

La estructura de calificaciones que se muestra en la tabla 4, se asemeja a la escala de inteligencia de Wechsler (WAIS) (Bar On, 1997a).

El examen proporciona una calificación de EQ total donde una puntuación de 100 es el promedio y las desviaciones estándar hacia arriba y hacia abajo son de 15 puntos en ambos casos.

+ 100 = Emocionalmente Inteligentes

- 100 = Necesitan mejorar sus habilidades emocionales en áreas específicas.

Para calificar la escala EQ a cada ítem se le asigna una puntuación del 1 al 5 tipo likert con frases que van de Muy Frecuentemente Cierto En Mí hasta casi nunca Cierto en Mí haciendo la suma de los valores se obtiene una puntuación básica para las subescalas de los reactivos correspondientes. 15 reactivos más son para la escala de impresión positiva y negativa y sus

valores también se suman. Los índices de inconsistencia se obtienen comparando 10 pares de reactivos similares, una calificación de más de 12 en inconsistencia indica respuestas probablemente invalidas (Bar On, 1997a).

Tabla 4 Escala EQ-i

Puntaje	Descripción
130 +	Marcadamente alto , capacidad emocional atípicamente bien desarrollada.
120 a 129	Muy Alto , capacidad emocional extremadamente bien desarrollada.
110 a 119	Alto , capacidad emocional bien desarrollada
90 a 109	Promedio , capacidad emocional adecuada.
80 a 89	Bajo , capacidad emocional subdesarrollada requiere mejoras.
70 a 79	Muy Bajo , extremadamente subdesarrollada capacidad emocional, requiere mejora.
70 -	Marcadamente Bajo , capacidad emocional atípica e impedida, requiere mejora.

Las puntuaciones básicas son tratadas estadísticamente por medio de fórmulas para asegurar que cada escala y subescala tengan la misma media (100) y desviación estándar (15) e incluir la edad y genero del encuestado. Esto nos da la calificación real de EQ.