

7. INDEFENSIÓN APRENDIDA, ESCASA CALIDAD DE VIDA Y DIFICULTADES EN LA EDUCACIÓN FAMILIAR

M^a José Díaz-Aguado, Rosario Martínez, Gema Martín, M^a Antonia Alvarez-Monteserín, Esther Paramio, Cristina Rincón, Fernando Sardinero

7.1. Introducción

7.1.1. La calidad de la vida de los adultos y el *empowerment* como condiciones de protección de la exclusión y la violencia

Como se analiza en el primer capítulo, para proporcionar a los hijos la atención que necesitan, y desarrollar las complejas habilidades educativas que requiere una adecuada educación, proporcionándoles seguridad sin protegerles en exceso y una disciplina consistente, que no caiga en el autoritarismo ni en la negligencia, es necesario que la vida de los adultos tenga cierta calidad, ejerciendo un nivel adecuado de control sobre su entorno.

«Para una paternidad adecuada se necesita (...) experiencia y sentido de control sobre la propia vida y sentir que las propias necesidades psicológicas están cubiertas. (...) la esencia de la paternidad (...) es «dar», por eso parece razonable que los padres más competentes sean adultos maduros y psicológicamente sanos» (Belsky y Vondra, 1987, p. 169).

Como reconocen estos autores, una de las dimensiones más relevantes en la calidad de la vida es el control que ejercemos sobre ella, al que en distintos foros internacionales sobre la lucha contra la exclusión y los derechos humanos suele denominarse con el término de *empowerment*, traducido a veces por empoderamiento o fortalecimiento. Y que, como se plantea en *IV Conferencia Mundial sobre las mujeres*, organizada por Naciones Unidas en Beijing (China) en 1995, tiene tanto una dimensión, individual, sobre el control que la persona debe ejercer sobre su propia vida, como una dimensión colectiva, sobre la forma

de distribución del poder en la sociedad, respecto a la cual se destaca la necesidad de incrementar el que ejercen los colectivos que viven situaciones de exclusión.

Los estudios realizados sobre las deficiencias que dificultan un adecuado desempeño de la paternidad o la maternidad permiten destacar una serie de características estrechamente relacionadas con la falta de *empowerment*, y con modelos y expectativas básicos de carácter negativo, al observar que los padres y madres de familias en situación de riesgo:

1. Suelen creer que la conducta de sus hijos/as no depende de lo que ellos o ellas hagan, que escapa a su control, característica que coincide con la deficiencia psicológica denominada *indefensión aprendida* (Bugental, Blue y Cruzcosa, 1989).
2. Describen la relación que mantienen con sus hijos/as como poco agradable y se refieren a ellos/as con poca satisfacción (Bauer y Twentyman, 1985). Los estudios observacionales van en la misma dirección, poniendo de manifiesto que dichos padres y madres pocas veces manifiestan afecto hacia sus hijos/as y que tampoco suelen dirigirles otro tipo de conductas positivas destinadas a estimular su desarrollo (Mollerstrom et al., 1992).
3. Están expuestos/as a un elevado nivel de estrés, que supera su capacidad de afrontamiento (Strauss y Kantor, 1987).
4. Manifiestan escasa satisfacción con el trabajo, o carecen de él, y suelen estar bastante aislados/as del entorno que rodea a la familia. Situación que les priva de importantes oportunidades para obtener: ayuda para resolver los problemas; acceso a información precisa sobre otras formas de resolver los problemas; y oportunidades de mejorar la autoestima (Belsky y Vondra, 1987; Kauffman y Zigler, 1989).

7.1.2. La falta individual de *empowerment* como indefensión aprendida

El término *indefensión aprendida* hace referencia al estado psicológico que puede producirse cuando el individuo no puede *controlar* ni *predecir* los acontecimientos que configuran su vida; y como consecuencia del cual se originan una serie de perturbaciones motivacionales, cognitivas y emocionales que afectan a todo su comportamiento; es decir a la falta de *empowerment* entendido en su dimensión individual. El modelo de la indefensión ha servido para explicar los trastornos que con frecuencia origina el fracaso escolar, el desempleo, la victimización, o la depresión (Luchow, Crowl, Jeffrey y Kahn, 1985; Alloy, Abramson & Kossman, 1985), situaciones de diversa naturaleza en las que los individuos son privados del control sobre muchos aspectos de su vida. Se conoce desde hace tiempo la relación entre acontecimientos no controlables y enfermedad, observándose que con dichos acontecimientos se produce un claro aumento en la morbilidad y mortalidad (Maier, Laudenslager & Ryan, 1985; Ferrandiz, 1996).

La desventaja para acceder a los recursos económicos y culturales disponibles en nuestra sociedad puede producir indefensión, ya que en esas condiciones resulta más difícil controlar y predecir el ambiente; provocando apatía, indiferencia, derrotismo y depresión. La indefensión aprendida puede ser conceptualizada, en este sentido, como uno de los más importantes mediadores psicológicos que conduce a la perpetuación de la desigualdad de oportunidades (entre hombres y mujeres, ricos y pobres,...); y su superación como una de las principales condiciones para avanzar en la construcción de una sociedad más justa (Díaz-Aguado, Segura, Martínez Arias et al, 1996) .

Existen tres *deficiencias* fundamentales, que aparecen en los seres humanos como consecuencia de estar expuestos a situaciones no controlables y no predecibles (Ferrandiz, 1996).

1. *La deficiencia motivacional*, que se caracteriza por una disminución de respuestas. Los individuos han aprendido que su actuación no sirve para nada y por lo tanto ni siquiera se esfuerzan en resolver sus problemas. Se adaptan a éstas situaciones, se habitúan quedando totalmente desmotivados. Las personas pueden renunciar a actuar porque carecen de un sentido de eficacia para alcanzar la conducta requerida, incluso aunque tengan capacidades renuncian a intentarlo. Cada vez encuentran la tarea menos interesante, e intentan resolver los problemas con menos ganas, les falta perseverancia, siendo la pasividad por lo tanto una de las características más sobresalientes.
2. *La deficiencia cognitiva*, que produce una disposición cognitiva negativa. A los individuos les resulta difícil aprender que sus respuestas han sido eficaces, aun cuando realmente lo hayan sido y distorsionan la percepción de control; creen que en todo lo que emprendan fracasarán, ya que han adquirido la expectativa de independencia entre su conducta y sus consecuencias. La deficiencia cognitiva hace que aumenten las dificultades en los procesos de memorización, comprensión y toma de decisiones.
3. *La deficiencia emocional*, se define como un incremento en la emotividad y ansiedad seguido de depresión. La incontrolabilidad produce frustración, miedo, insatisfacción. Lo que en numerosas ocasiones se traduce en enfermedades relacionadas con la salud mental, estrés, ansiedad, depresión, tristeza, así como en enfermedades relacionadas con la salud física, tales como, úlceras, anorexia, cefaleas, trastornos del sueño, trastornos cardiovasculares, infecciones, etc. Nadie niega actualmente que muchas enfermedades tienen un componente psicológico. Según Seligman (1992), Peterson, Maier y Seligman (1993), los dos grandes moduladores del enfermar son la indefensión y el estilo atribucional.

Estos trastornos pueden ser pasajeros o crónicos y generalizarse o no a otros ámbitos de la vida, como por ejemplo del entorno familiar al laboral y viceversa. Según la teoría de la indefensión en su formulación atribucional, la cronicidad y la generalización dependerán del tipo de atribución que realizan las personas, lo que predispone a la formación de expectativas de incontrolabilidad e impredecibilidad. Si el fracaso se atribuye a causas *internas, globales y estables*, los trastornos serán más duraderos que si se atribuye a causas *externas, específicas e inestables*.

De la misma forma el estilo atribucional se relaciona con la autoestima. La pérdida de autoestima es un hecho conocido que aparece en algunas depresiones y que también se observa en la indefensión. Cuando el sujeto cree que es incapaz de controlar el medio (esto es una *indefensión personal*) aparece la pérdida de autoestima, por el contrario si el sujeto cree que ni él ni nadie puede controlar el medio (*indefensión universal*), no habrá pérdida de autoestima. El modo en el que el sujeto se implique en el fracaso parece, pues, decisivo para la expresión de los síntomas.

Suelen observarse diferencias significativas en función de la edad en el riesgo de indefensión entre hombres y mujeres. Según los diversos estudios llevados a cabo, en este sentido, en la infancia los niños son más vulnerables a la depresión y a la indefensión que las niñas (Díaz-Aguado, Martínez Arias, Varona et al., 1996, 2001). Mientras que en la vida adulta sucede lo contrario, las mujeres parecen cambiar el estilo atribucional

y ser más vulnerables a la indefensión que los hombres (Garber y Seligman, 1980). Para explicar estos resultados conviene tener en cuenta que los estereotipos que actualmente existen respecto al papel de la mujer pueden facilitar a la niña el control sobre la realidad (al favorecer una acomodación sin conflictos a los diversos papeles sociales que desempeña) pero dificulta considerablemente dicha tarea en la vida adulta, debido a las fuertes y con frecuencia irresolubles contradicciones entre los diversos papeles sociales que desempeña actualmente la mujer (Ferrandiz, 1992; Díaz-Aguado y Martínez Arias, 2001). De lo cual se deduce la necesidad de modificar dichos estereotipos para mejorar la calidad de la vida de la mujer y su capacidad de control sobre el mundo que le rodea.

Entre las técnicas más utilizadas para evaluar la indefensión aprendida cabe destacar por su facilidad de aplicación las que se basan en el autoinforme, a partir de escalas tipo likert en las que se pregunta por el grado de acuerdo con una serie de afirmaciones en las que se hace referencia al control que se ejerce sobre el entorno, las atribuciones de los acontecimientos que se viven así como a distintos problemas relacionados con la salud que se han observado correlacionan con la indefensión aprendida.

7.1.3. Los modelos y expectativas básicos a partir de los cuales se establecen las relaciones sociales

A través de las relaciones que desde la infancia establecemos con las personas más significativas adquirimos los modelos y expectativas básicos sobre lo que puede esperarse de los demás y de uno/a mismo/a; modelos que desempeñan un decisivo papel en la regulación de nuestras emociones y conductas. En relación a lo cual cabe considerar los resultados obtenidos en los estudios sobre el origen de la empatía y la solidaridad, en los que se enfatiza que para su adecuado desarrollo es necesario que el/la niño/a establezca una relación segura con las personas encargadas de su cuidado (Hoffman, 1975); en la que encuentre un apoyo afectivo de modelos que manifiesten sensibilidad empática hacia el/ella (Yarrow, Rubinstein y Pedersen, 1975).

Suele observarse una importante continuidad entre los modelos que se adquieren en la primera infancia y el tipo de relaciones que se establecen en edades posteriores; continuidad que podría explicarse en función de la estabilidad de las experiencias a partir de las cuales se construyen y de la propia estabilidad que pueden potenciar los modelos representacionales básicos que de ellas dependen. «Los modelos funcionales (*working model*) (...) influyen en la forma en que la persona construye su experiencia y cómo se comporta, pudiendo actuar como profecías que se cumplen automáticamente y ser por ello difíciles de cambiar una vez establecidos» (Ainsworth, 1993, p. 475). En función de lo cual puede explicarse también la interacción recíproca que parece existir entre los modelos básicos negativos (inseguros, violentos, no empáticos) y la violencia doméstica (Kallmuss, 1984; O'Keefe, 1998). Así como las importantes diferencias de género que suelen observarse en estas características, puesto que en la primera infancia, los niños son bastante más vulnerables a desarrollar una relación insegura de apego que las niñas (Carlson, Cichetti, Barnett y Braunwald, 1989). Resultados que coinciden con la creencia popular según la cual las niñas son más fáciles de atender durante estas edades que los niños; así como con las observaciones longitudinales realizadas sobre la relación entre el cuidado proporcionado por la madre y el llanto del bebe, que suelen ser positivas en el caso de las niñas y negativas en el caso de los niños (Moss, 1967).

A partir de la adolescencia aumenta sensiblemente la capacidad de buscar activamente figuras de apego fuera del contexto familiar, con las que comienzan a establecerse relaciones de intimidad, en las que el propio sujeto se convierte en figura de apego. La capacidad para establecer dichos vínculos se desarrolla considerablemente en la vida adulta (Hazan y Shaver, 1987). En la que surgen además relaciones de cuidado y protección hacia los/as hijos/as cualitativamente distintas de todas las anteriores (Crittenden y Ainsworth, 1989).

Suelen observarse cuatro modelos en la forma de enfocar las relaciones de intimidad durante la vida adulta, y de compatibilizarlas con la otra gran tarea de la que depende el desarrollo del individuo en dicha edad (el trabajo): 1) un desarrollo equilibrado en los dos ámbitos, que contribuye a una mejor calidad de vida y protege al individuo contra el estrés generado por situaciones críticas; 2) el desarrollo en un sólo ámbito, la vida familiar o el trabajo, situación muy frecuente en la división sexista del mundo, y que limita considerablemente la calidad de la vida y hace al individuo más vulnerable a las crisis que pueden surgir en el único espacio en el que se encuentra; 3) y una dificultad generalizada para comprometerse con nada, que impide el desarrollo en ninguno de dichos espacios, la situación que implica un riesgo superior (Hazan y Shaver, 1987; 1990).

El papel que los modelos básicos desempeñan en la regulación de la conducta y la forma de afrontar el estrés esta mediado por el diálogo que cada persona mantiene consigo misma, aprendido a partir de las relaciones establecidas con las personas más significativas de su entorno; y estudiado por la psicología clínica a través de los pensamientos automáticos que el individuo activa en situaciones críticas. Puesto que a diferencia de la comunicación que mantenemos con los demás, en la que organizamos nuestro discurso de forma coherente y razonada, los mensajes que nos damos a nosotros/as mismos/as suelen tener un carácter poco reflexivo, *automático* (Beck, 1979). La activación de un determinado mensaje, que generalmente adopta la forma de un telegrama, provoca una serie de pensamientos de la misma valencia que el primero (positiva o negativa); tendencia que suele ser muy difícil de desviar. Las observaciones realizadas con adultos con altos niveles de estrés reflejan que los pensamientos automáticos que subyacen a sus respuestas emocionales suelen ser muy primitivos, guardando cierto paralelismo con la distorsión de la realidad psicosocial que plantea el autoritarismo y sus distintas manifestaciones (racismo, sexismo, justificación de la violencia...) y pudiendo desempeñar un papel muy relevante en su reproducción en la vida cotidiana. Entre las principales distorsiones detectadas en los pensamientos automáticos, cabe destacar en este sentido las siguientes (Beck, 1979; McKay, Davis y Fanning, 1981): a) *filtraje, centración o «visión de túnel»*, sólo se ve o se recuerda un aspecto de la realidad con la exclusión del resto; b) *pensamiento dicotómico y polarización*, tendencia a percibir la realidad en términos de «blanco o negro», pasando de un extremo al otro sin considerar posiciones intermedias; c) *sobregeneralización*, extraer conclusiones excesivamente generales en cuestiones que deberían expresarse en términos parciales; d) *fatalismo, percepción de falta total de control* sobre los acontecimientos que se viven, sesgo que subyace a la indefensión, y conduce a la pasividad y al desánimo; f) *confusión de las emociones con la realidad*, o tendencia a creer que lo que se siente como verdadero, necesariamente lo es.

Para evaluar adecuadamente la naturaleza de las expectativas básicas y su posible relación con las relaciones que se establecen con los/as hijos/as es conveniente utilizar procedimientos, distintos de los cuestionarios estandarizados, en los que exista menos riesgo de *deseabilidad social* (tendencia a responder lo que se considera socialmente deseable, en lu-

gar de lo que realmente se siente o se piensa), y en los que sea el propio sujeto evaluado quién estructure su respuesta; objetivo que puede lograrse con la entrevista de tipo clínico o con los procedimientos de asociación libre a partir de frases incompletas.

Los procedimientos de asociación libre, en los que el individuo tiene que completar una frase o una historia, han demostrado ser de gran eficacia para que el individuo exprese sus pensamientos automáticos y expectativas básicas, y poder evaluar así la calidad subjetiva de su vida (Canfield y Wells, 1976; Díaz-Aguado, Dir., 1995; Díaz-Aguado, Martínez Arias, Martínez y Andrés, 2000).

7.2. Objetivos e hipótesis

El principal objetivo del estudio que aquí se presenta es evaluar dos condiciones básicas que afectan a la educación familiar: 1) la percepción de control versus la indefensión aprendida; 2) y la calidad subjetiva de la vida a través de las distintas relaciones que en ella se producen. Para utilizar dicha evaluación en la detección de casos de riesgo, la adaptación de los programas de prevención a la peculiaridad de cada caso y la evaluación de su eficacia. Para lo cual se han elaborado dos instrumentos: la *Escala de Indefensión Aprendida* (EIA) y la Prueba de *Frases Incompletas* (FI).

Como objetivos específicos, este estudio pretende:

1. Disponer de un instrumento estructurado que permita evaluar la percepción de autoeficacia versus la indefensión aprendida de los adultos que participan en los programas de intervención a través de la familia. En relación a este objetivo se plantea como hipótesis:
 - Hipótesis uno: «Los adultos con hijos adolescentes en situación de riesgo manifestarán en la Escala EIA una superior Indefensión que los adultos del grupo de contraste».
2. Disponer de un instrumento de respuesta abierta que permita evaluar la calidad de la relación que los adultos que participan en los programas de intervención a través de la familia, establecen consigo mismos y con otras personas: con sus hijos/as, con su pareja y fuera de la familia. En relación a este objetivo se plantea como hipótesis:
 - Hipótesis dos: «Los adultos con hijos adolescentes en situación de riesgo manifestarán en la prueba de frases incompletas una inferior calidad de vida que los adultos del grupo de contraste».
3. Conocer la relación entre la Indefensión Aprendida y la calidad de las relaciones en cuyo contexto se produce la educación familiar. En relación a este objetivo se plantea como hipótesis:
 - Hipótesis tres: «La indefensión aprendida, evaluada a través de la Escala E.I.A. se relacionará con relaciones sociales de peor calidad, evaluadas a través de la prueba de Frases Incompletas.»
4. Conocer la relación entre la Indefensión Aprendida y las Creencias sobre la Educación y la Violencia. En relación a este objetivo se plantea como hipótesis:
 - Hipótesis cuatro. «La indefensión aprendida, evaluada a través de la Escala E.I.A., se relacionará con creencias de justificación de la violencia, la intolerancia, el sexismo, la pasividad y el autoritarismo, evaluadas a través de la Escala CAVE.

5. Conocer la relación entre la calidad de las relaciones que se establecen y las Creencias sobre la Violencia y la Educación. En relación a este objetivo se plantea como hipótesis
 - Hipótesis cinco. «La escasa calidad de vida, evaluada a través de la prueba de Frases Incompletas, se relacionará con creencias de justificación de la violencia, la intolerancia, el sexismo, la pasividad y el autoritarismo, evaluadas a través de la Escala CAVE.

7.3. Método

En la primera parte de este estudio, sobre la Escala de Indefensión Aprendida, han participado 123 adultos, que la cumplimentaron en el contexto de los programas de intervención a través de las familias, de los ayuntamientos de Fuenlabrada (n= 58) y Móstoles (n = 65), y que representan, por tanto, una muestra incidental. De ellos, 17 se encontraban en una situación de especial dificultad respecto a la educación de su hijo adolescente, por lo que participaron en el programa que se describe en el capítulo ocho para casos de riesgo, y el resto (106) participaron en un programa de prevención primaria, pudiendo ser considerados como grupo de contraste. Como suele suceder en los programas de intervención a través de la familia, la mayoría de sus participantes son mujeres: 93 (89,4%), participando los padres en un porcentaje muy inferior: 11 (10,6%). La media de edad fue de 40,46 años, con un rango de 28 a 57 y una desviación típica de 5,65.

Una parte de los adultos que participaron en la primera parte de este estudio, 41, también lo hicieron en la segunda parte, a través de la prueba de Frases Incompletas, de los que 3 fueron varones y 38 mujeres. El número es sensiblemente menor debido a la especial complejidad que dicha prueba supone. La media de edad fue de 41, 63 (desviación típica = 5,53), con un rango de edades de 32 a 57 años. En algunas de las dimensiones evaluadas por dicha prueba el número es menor de 41 por las omisiones de respuestas de algunas personas. En las comparaciones entre el grupo de riesgo y el de contraste, el primero está formado por 17 sujetos y por 23 el segundo.

La Escala de Indefensión Aprendida fue entregada por los equipos responsables de los programas de intervención a través de la familia en la primera sesión de dichos programas, siendo cumplimentada por cada adulto fuera de dicha sesión.

La prueba de Frases Incompletas fue realizada a través de una entrevista individual llevada a cabo por un/a psicólogo/a del equipo Municipal responsable del programa, con anterioridad a la incorporación de la madre o el padre entrevistado a la intervención.

7.4. Resultados en la Escala de Indefensión Aprendida

El cuestionario EIA está formado por 29 elementos, que describen aspectos relacionados con la percepción de control versus la indefensión del individuo. Las respuestas se expresan en formato de escala tipo Likert con cinco grados, en las que el individuo debe estimar el grado en que la conducta expresada en el elemento se aproxima a su conducta habitual (1= mínimo acuerdo a 5 = máximo acuerdo con la expresión presentada). En el anexo de este capítulo se presenta este instrumento junto con las normas de su utilización.

7.4.1. Dimensionalidad de la Escala EIA

Las correlaciones entre los elementos fueron sometidas a un análisis de componentes principales, seguido de rotación Promax (con correlaciones entre los factores). Se exploraron varias soluciones, optando por la solución de 3 factores, que explica el 40% de la varianza total. A continuación se presentan los elementos que componen cada factor, junto con sus saturaciones factoriales.

1. *Factor 1. Indefensión como pesimismo y dificultad para resolver problemas.* Consta de 12 elementos de carácter negativo que reflejan una marcada tendencia a pensamientos negativos y pesimistas («a veces creo que la vida no vale nada»; «continuamente pienso que todo me sale mal»; «pienso frecuentemente que no puedo o no sé hacer nada»); unidos a dificultades para resolver problemas («tengo problemas para tomar decisiones»; «cuando surge un problema con mi hijo me cuesta mucho resolverlo»; «haga lo que haga los problemas no mejoran») y tensiones emocionales o sus manifestaciones somáticas (ansiedad, aislamiento, palpitations, molestias en el estómago, pocas ganas de comer).

Tabla 7.1. Elementos y saturaciones factoriales de la «Indefensión como pesimismo y dificultad para resolver problemas».

9. A menudo tengo palpitations	,864
20. A veces creo que la vida no vale nada	,754
13. Frecuentemente tengo ansiedad (nerviosismo, angustia,...)	,753
15. Continuamente pienso que todo me sale mal	,680
16. A menudo me siento aislado/a	,639
17. Cuando surge un problema con mi hijo/a me cuesta mucho resolverlo	,630
5. Haga lo que haga me cuesta mucho que mis hijos/as me entiendan	,608
19. Frecuentemente siento molestias en el estómago	,539
21. Pienso frecuentemente que no puedo o no sé hacer nada	,508
12. Tengo problemas para tomar decisiones	,495
24. Haga lo que haga los problemas que tengo no mejoran	,433
11. Habitualmente tengo pocas ganas de comer	,321

El valor del coeficiente alpha para el conjunto de los 12 elementos fue de .8555.

2. *Factor 2. Percepción de control y calidad de vida.* Consta de 10 elementos, que reflejan percepción de una buena integración social («me relaciono bien con la gente»; «me siento integrado en la sociedad»; «no me cuesta conocer a personas nuevas»), de control sobre los problemas («tengo control sobre mi vida», «logro resolver los conflictos que surgen en mi familia», «si al principio no consigo lo que me propongo sigo intentándolo»; «me siento contento cuando tengo que conseguir objetivos nuevos») valoración global de la calidad de la vida actual («mi vida tiene una calidad aceptable»), y ausencia de infecciones (no suelo tener infecciones), problema que suele incrementarse considerablemente con el estrés y la falta de control sobre lo que sucede.

Tabla 7.2. Elementos y saturaciones factoriales de la «Percepción de control y calidad de vida».

8. Me relaciono bien con la gente	,897
7. Me siento integrado en la sociedad	,779
3. Si al principio no consigo lo que me propongo, sigo intentándolo	,563
1. Generalmente logro resolver los conflictos que surgen en mi familia	,476
26. Tengo control sobre mi vida	,474
27. Mi vida tiene una calidad aceptable	,471
14. A menudo tengo infecciones (no)	-,446
22. Me siento contento/a cuando tengo que conseguir objetivos nuevos	,422
6. (No) Me cuesta mucho conocer a nuevas personas	-,378
10. Sé lo que puedo esperar de las situaciones en las que me encuentro	,357

El valor del coeficiente alpha para el conjunto de los 10 elementos fue de .7325.

3. *Factor 3. Confusión, aturdimiento.* Consta de 7 elementos, en los que se manifiestan: dificultad para tomar decisiones, falta de energía, altibajos emocionales, dificultad para predecir lo que va a pasar y tendencia a establecer pocas relaciones.

Tabla 7.3. Elementos y saturaciones factoriales en «Confusión y aturdimiento»

25. Todo lo que hago me cuesta un gran esfuerzo	,322
29. (No) Tomo decisiones con facilidad	-,756
18. (No) Soy bastante optimista	-,666
23. Casi nunca me duele la cabeza (no)	-,654
4. Frecuentemente paso de estados de alegría a una gran tristeza sin motivo aparente	,518
28. Generalmente sé lo que me va a pasar (no)	-,351
2. Me relaciono con poca gente	,347

El valor del coeficiente alpha para el conjunto de los siete items fue de .5657.

7.4.2. Relaciones entre los factores de la Escala EIA

Se obtuvieron puntuaciones factoriales derivadas mediante el método de la Regresión y puntuaciones sumativas para cada uno de los factores, sumando las puntuaciones de las respuestas dadas a cada uno de los items que componen el factor. Las correlaciones entre ambos tipos de puntuaciones fueron muy elevadas, con un rango de .936 (factor 3) a .984 (factor 1). Dada esta elevada correlación, para otros cálculos se utilizaron las puntuaciones sumativas.

Las correlaciones entre los 3 factores del EAI, calculadas a partir de las puntuaciones sumativas se presentan en la tabla 7.4.

Tabla 7.4. Correlaciones entre los factores de la Escala de Indefensión Aprendida.

		Factor 1	Factor 2	Factor 3
Factor 1	Correlación de Pearson	1,000	-,493**	,452*
	Sig. (bilateral)	,	,000	,000
	N	123	122	122
Factor 2	Correlación de Pearson	-,493**	1,000	-,355*
	Sig. (bilateral)	,000	,	,000
	N	122	122	121
Factor 3	Correlación de Pearson	,452**	-,355**	1,000
	Sig. (bilateral)	,000	,000	,
	N	122	121	122

**La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

Como puede observarse, las correlaciones son todas estadísticamente significativas y moderadas o medias. El signo se muestra en el sentido esperado, correlacionando positivamente los factores 1 y 3, que expresan problemas, y mostrando ambos una correlación negativa con el factor 2, que refleja percepción de control y calidad de vida. Del conjunto de las relaciones observadas se desprende que es el factor uno, *Indefensión como pesimismo y dificultad para resolver problemas*, el que mantiene correlaciones más elevadas con los otros dos.

7.4.3. Resultados en la Indefensión Aprendida en función del género y de la edad

En primer lugar se analizaron las relaciones entre la Escala de Indefensión Aprendida con la variable «Género de la persona que responde», aunque los resultados de la comparación deben tomarse con cautela, dado lo reducido del número de varones y probablemente su escasa representatividad. En la tabla 7.5 se presentan las medias de los dos grupos y en la figura 7.1 la correspondiente representación gráfica.

Tabla 7.5. Estadísticos descriptivos de los factores de la Escala de Indefensión Aprendida en función del género.

Factores EIA	Género	N	Media	D. Típica
1. Indefensión, pesimismo y dificultad de resolver problemas	Varón	11	25.27	10.83
	Mujer	93	26.35	10.46
2. Percepción de control y calidad de vida	Varón	11	41.18	5.56
	Mujer	93	41.99	5.73
3. Confusión / Aturdimiento	Varón	11	14.73	5.06
	Mujer	93	14.29	5.05

No se encontraron diferencias estadísticamente significativas en función del género en ninguno de los factores de la Escala de Indefensión Aprendida. Estos mismos resultados fueron confirmados con el contraste de Mann-Whitney.

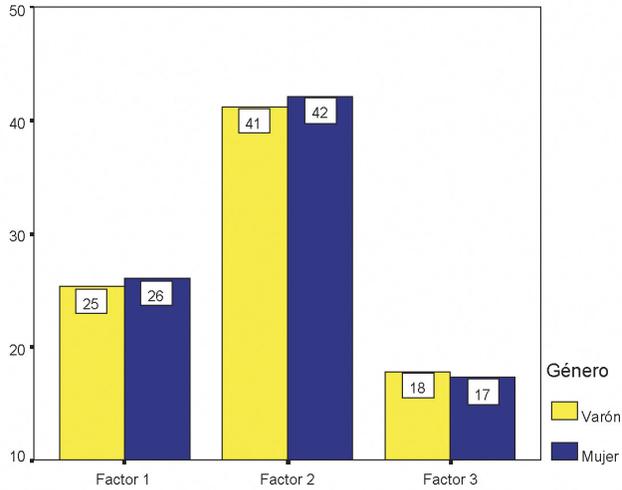


Figura 7.1. Factores de la Indefensión Aprendida en función del género

Ninguno de los factores de la Escala de Indefensión Aprendida mostró correlaciones estadísticamente significativas con la edad de las madres y padres participantes. En la figura 7.2 se representan gráficamente estos resultados.

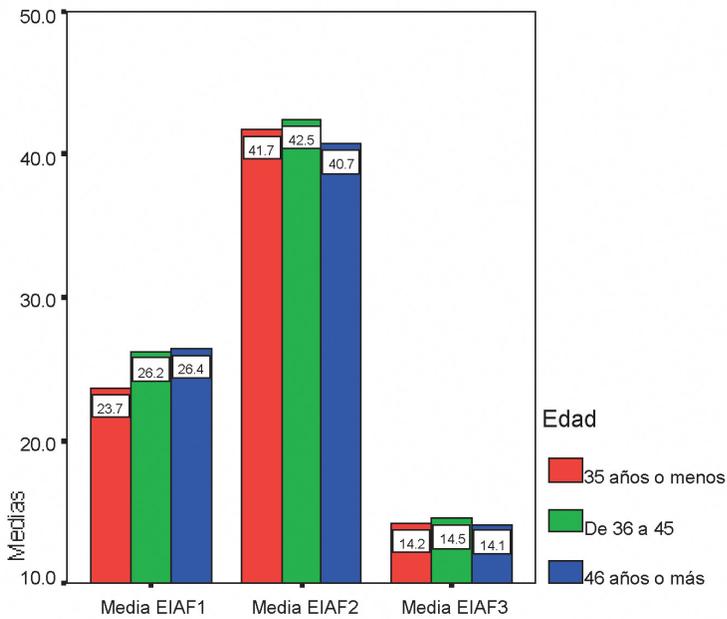


Figura 7.2. Factores de la Indefensión Aprendida en función de la edad

7.4.4. Resultados en la Escala de Indefensión aprendida en función de la situación familiar

Para analizar las diferencias en la Escala de Indefensión Aprendida en función de la situación familiar se compararon las medias en los factores de dicha escala en dos grupos: grupo de riesgo, formado por $n = 17$ adultos que participaron en el programa de intervención a través de la familia que se describe en el capítulo siguiente, con el grupo de contraste, formado por $n=87$ sujetos de la muestra de validación del cuestionario. Antes de llevar a cabo las comparaciones se examinaron las distribuciones de frecuencias según el género en los dos grupos, encontrando que en el grupo de riesgo solamente había un varón (5,9% del total) y en el de contraste 10 varones (11,5% del total del grupo). Para evitar esta desproporción en relación con el género, se seleccionaron aleatoriamente 5 varones del grupo de contraste (5,75% del total del grupo), para mantener la proporcionalidad según el género. Por lo tanto, las comparaciones se realizaron con 82 sujetos del grupo de contraste y 17 del grupo de riesgo. En la tabla 7.6 se presentan los estadísticos descriptivos de los dos grupos.

Tabla 7.6. Estadísticos descriptivos de los grupos de riesgo y de contraste en los factores de la Escala de Indefensión Aprendida

Factores de la Escala EIA	Tipo	N	Media	D. Típica
1. Indefensión como pesimismo y dificultad para resolver problemas	Contraste	82	23,98	9,143
	Riesgo	17	37,32	10,411
2. Percepción de control y de calidad de vida	Contraste	82	42,44	5,196
	Riesgo	17	39,25	7,460
3. Confusión / Aturdimiento	Contraste	82	13,93	4,554
	Riesgo	17	15,78	6,447

Como puede observarse en la tabla, el grupo en situación familiar de riesgo obtiene en los tres factores puntuaciones que reflejan un menor control sobre el entorno que el grupo de contraste. Los análisis realizados para comprobar su significación (contrastos t de Student para muestras independientes asumiendo varianzas iguales –en los que el contraste de Levene mantuvo el supuesto de igualdad– y con contraste unilateral) reflejan que en dos de los factores dichas diferencias llegan a ser estadísticamente significativas. Los resultados del contraste fueron los siguientes:

- En el factor uno, el grupo de riesgo manifiesta una superior *Indefensión como pesimismo y dificultad para resolver problemas* que el grupo de contraste: $t(97) = -5,35$, $p < .001$, $\eta^2 = .477$.
- En el factor dos, el grupo de riesgo manifiesta una inferior *Percepción de control y calidad de vida* que el grupo de contraste: $t(97) = -2,13$, $p < .03$, $\eta^2 = .211$.

Dado el desequilibrio de tamaño de los dos grupos y lo reducido del grupo de riesgo, los contrastes también fueron realizados con el estadístico U de Mann-Whitney, encontrando resultados similares en cuanto a la significación estadística, aunque con $p < .05$ en el factor 2. En la figura 7.3 se presentan gráficamente las medias de los dos grupos en diagrama de barras.

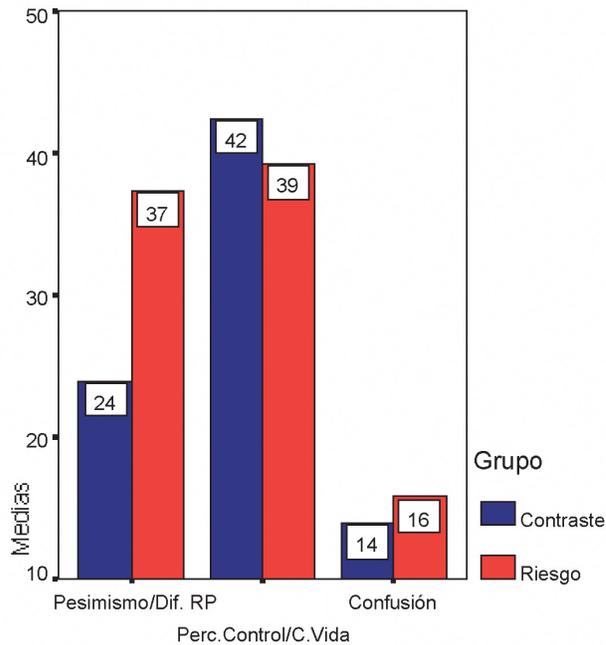


Figura 7.3. Factores de la Indefensión Aprendida en función de la situación familiar

Los resultados que se acaban de exponer permiten confirmar en dos de los tres factores de la Escala EIA nuestra primera hipótesis, sobre la superior indefensión de los adultos con hijos adolescentes en situación de riesgo respecto a los adultos del grupo de contraste.

7.5. Resultados en la prueba de Frases Incompletas sobre Calidad de las Relaciones

Como se ha mencionado con anterioridad, *la prueba de frases incompletas* utilizada en este estudio se ha aplicado individualmente en una entrevista, en la que se pide al adulto que responde que conteste lo primero que piensa después de escuchar el principio de una frase, tratando de acabarla. En el anexo de este capítulo puede encontrarse el comienzo de las frases utilizadas en esta prueba. A través de los resultados obtenidos mediante este procedimiento se han definido las siguientes categorías.

7.5.1. Las relaciones con los/as hijos/as

Los resultados obtenidos han permitido definir cuatro puntuaciones dentro de esta dimensión, en función de la calidad de la relación con los/as hijos/as que reflejan y el nivel de elaboración manifestado, definiendo la calidad de la educación familiar a través de su capacidad para proporcionarles: 1) un cuidado atento, adaptado a las cambiantes

necesidades de seguridad y autonomía que experimentan con la edad; 2) una relación afectiva cálida que proporcione seguridad sin protegerles en exceso; 3) y una disciplina consistente, basada en el razonamiento, que ayude a respetar ciertos límites y autocontrolar su propia conducta.

Puntuación 1. Se otorga esta puntuación cuando la representación de la relación con los/as hijos/as es extremadamente negativa, y/o cuando en todas las referencias los conceptualizan únicamente como fuente de estrés y problemas. Se incluyen a continuación algunos ejemplos puntuados con un uno.

MADRE DEL GRUPO DE RIESGO: «La relación con mi hijos es... *muy mala.*

Lo que más me gusta de mis hijos es... *no lo sé, no me gusta nada, no es que sean malos pero no encuentro ahora nada.*

Lo que menos me gusta de mis hijos es... *que no me respeten y me maltraten psicológicamente y físicamente, luego hay otras cosas que son menos importantes pero, bueno.*

Algo que quisiera decir a mis hijos/pareja... *que no me maltraten, que me valoren más, aunque el padre se lo dice, hacen todo lo contrario, quiero que sean buenas personas, que yo hago todo por ellos y que no me responsabilicen a mí por todo ya que yo he llevado muchos palos por ellos y ahora en lugar de ayudarme, me dan palos todos los días también.*

Lo que más me gustaría cambiar de la relación con mi hijo es... *que me respeten, que no sean violentos, que yo sé que no son malos pero es lo que han visto, que me gustaría saber dónde van y con quien andan, que me contaran más sus cosas.*

Tengo miedo cuando... *se meten en el mundo de los amigos, las fiestas, que siempre piden más cosas (moto) con mujeres porque su padre los incita a todo eso y me da miedo con el mundo de las drogas.*

MADRE DEL GRUPO DE RIESGO: La relación con mis hijos es... *difícil.*

Lo que menos me gusta de mi hijo es... *su agresividad.*

Algo que quisiera decir a mis hijos/pareja... *que fuesen un poco más tolerantes los unos con los otros.*

Lo que mejor me podría pasar es... *encontrar un trabajo para poder independizarme.*

Los demás creen que yo soy... *demasiado permisiva con mi hijo.*

Tengo miedo cuando... *mi hijo pierde el control de sí mismo y es capaz de todo.*

Me pongo triste cuando... *discuto con mi hijo.*

Puntuación 2. Se puntúa con un dos cuando la representación de la relación con los/as hijos/as es ambivalente, cuando incluye referencias tanto a aspectos muy negativos como a algunos aspectos positivos, y la representación que se manifiesta es absolutista y poco elaborada.

MADRE DEL GRUPO DE RIESGO: La relación con mis hijos es... *ahora mala, antes buena y con el padre peor. Desde hace un año ha empeorado.*

Lo que más me gusta de mi hijo es... *que sea generoso, cariñoso... —Ahora ya no lo es.*

Lo que menos me gusta de mi hijo es... *que sea prepotente, «chulillo».*

Lo mejor que me podría pasar... *es que cambiara mi hijo.*

Lo que más me gustaría cambiar en la relación con mi hijo... *que fuera un niño normalito, como yo he sido.*

Me gusta como soy cuando... *cuando limpio y veo todo limpio. Cuando está mi hijo en casa.*

Lo que menos me ha gustado ha sido... *toda la situación de mi hijo.*

MADRE DEL GRUPO DE RIESGO: La relación con mis hijos es... *regular. Diferente, con el mayor bastante buena y con el menor es más difícil, creo que se muestra reacio hacia mí, copia la actitud de su padre. Ocurrió desde pequeño.*

Lo que menos me gusta de mi hijo... *mi hijo pequeño es muy agresivo a veces, tiene problemas en el colegio para hacer amistades y eso me preocupa.*

Algo que quisiera decir a mi familia/hijos... *quisiera decirles a mis hijos que son lo más importante para mí.*

Lo mejor que me podría pasar... *es que a mis hijos les fuera bien y que a mí me fuera mejor económicamente, tener casa propia, coche propio, ya que al separarme perdí todo. Quisiera tener más armonía con mis hijos.*

Lo que más me gustaría cambiar en la relación con mi hijo... *me gustaría hablar más con él y estar más tiempo con él.*

Soy feliz cuando... *muy pocas veces, cuando estoy con mis hijos viendo una película. Cuando he conocido a alguien nuevo.*

No me gusta como soy cuando... *soy muy visceral, digo lo que pienso aunque sepa que no va a caer bien. Cuando llego a casa muy irritable. Soy excesivamente permisiva con mis hijos.*

Me pongo triste cuando... *mis hijos están enfermos, cuando se encuentran solos... sobre todo el pequeño..., cuando las cosas no van bien, el trabajo.*

Puntuación 3. Se puntúa con un tres cuando la representación de la relación con los/as hijos/as refleja aspectos positivos junto a la existencia de crisis significativas debido al momento evolutivo de los hijos, que resultan bastante difíciles de afrontar, diferenciándose de la situación anterior por la capacidad para coordinar con más elaboración esta combinación de aspectos positivos y negativos.

MADRE DEL GRUPO DE RIESGO: La relación con mis hijos ... *en este momento no es buena.*

Lo que más me gusta de mi hijo es... *es buena persona.*

Lo que menos me gusta de mi hijo es... *la rebeldía, ahora.*

Algo que quisiera decir a mis hijos... *que los quiero mucho, que compartan su vida con la familia.*

Lo que más me gustaría cambiar de la relación con mi hijo es... *que pudiera hablar con él.*

Tengo miedo ... *con el futuro del chico.*

MADRE DEL GRUPO DE RIESGO: En general mi vida es... *mis hijos son lo principal. Es gratificante.*

Las relaciones con mis hijos es... *buena.*

Lo que más me gusta de mis hijo es... *simpatía, abierto.*

Lo que menos me gusta de mi hijo es... *la apatía, la falta de interés.*

Algo que quisiera decir a mi familia es... *que sean lo que yo no he podido ser.*

Lo mejor que me podría pasar es... *que a mis hijos les diera por estudiar.*

Lo que más me gustaría cambiar de la relación con mi hijo... *Nada..*

Lo que menos me ha gustado ha sido... *la inquietud que genera este hijo mío, en los, estudios... en las salidas.*

Puntuación 4. Se otorga esta puntuación cuando la relación con los/as hijos/as que se describe es muy positiva, poniendo de manifiesto la existencia de una buena comunicación y capacidad para resolver las dificultades que implica.

MADRE DEL GRUPO DE CONTRASTE: La relación con mis hijos es...*buena, en mi caso todavía mi hijo está empezando la adolescencia... espero que sepa seguir siempre con esta buena relación.*

Lo que más me gusta de mi hijo es...*que es cariñoso, y agradable con todo el mundo, y que está en el punto medio entre ser extravertido e introvertido.*

Lo que menos me gusta de mi hijo es...*cuando desobedece y tengo que decirle un montón de veces que haga sus obligaciones, pero tampoco se puede pretender que sean perfectos.*

Algo que quisiera decir a mi familia es...*estar más tiempo preocupándonos por tener diálogo en los diferentes problemas del día a día, que parece que a veces, por el trabajo, no queda tiempo.*

MADRE DEL GRUPO DE CONTRASTE: La relación con mis hijas es...*muy buena y comfortable, las quiero, las escucho y a veces me peleo verbalmente con ellas porque no estoy de acuerdo con su actitud.*

Lo que más me gusta de mi hijo/a es... *su manera de ser y comportarse en la calle, en la escuela y con su padre y conmigo.*

Lo que menos me gusta de mi hijo/a es... *su lentitud en hacer las tareas de la casa.*

Algo que quisiera decir a mi familia es...*que les quiero y que estoy aquí para compartir lo bueno y lo malo de la vida.*

Lo que más me gustaría cambiar de la relación con mi hijo... *nada, por ahora es perfecto.*

Los últimos meses han sido...*buenos, sin sobresaltos a excepción de la preocupación de los estudios de 3º de la E.S.O. de mi hija.*

En la tabla 7.7 se presenta la distribución de porcentajes obtenidos respecto a la calidad de las relaciones con los hijos, en cada una de las categorías anteriormente definidas

Tabla 7.7. Distribución de respuestas en la calidad de la relaciones con los/as hijos/as

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
1	3	7,5	7,5
2	5	12,5	20,0
3	11	27,5	47,5
4	21	52,5	100,0
Total	40	100,0	

Como puede observarse, la mayoría de las personas entrevistadas manifiesta que la relación con sus hijos/as tiene una calidad intermedia (categoría tres) o buena (categoría cuatro).

7.5.2. Las relaciones más allá de la familia

En esta categoría se pretende evaluar el grado en que la madre o padre entrevistada/o establece relaciones de calidad más allá del contexto familiar o por el contrario si está en una situación de aislamiento. Los resultados obtenidos han permitido definir cuatro situaciones en función de los siguientes criterios.

Puntuación 1. Se puntúa con un uno cuando la persona se encuentra en una situación de aislamiento, reflejándose además que dicha situación es fomentada por otros miembros de la familia.

MADRE DEL GRUPO DE RIESGO: Soy feliz cuando... *estoy con compañeras, ... pero ellos no me quieren dejar salir y tener amigos, así que soy feliz prácticamente nunca.*

Me gusta cómo soy cuando... *no lo sé, cuando ayudo a los demás aunque eso me cause problemas con mi marido y mis hijos, cuando soy agradecida.*

Puntuación 2. Se puntúan con un dos aquellos casos en los que no existen relaciones fuera de la familia, sin que éstas sean activamente obstaculizadas desde dentro.

Puntuación 3. Se puntúan con un tres las respuestas que reflejan una situación intermedia, manifestándose interés y posibilidad en el establecimiento de relaciones más allá del ámbito familiar pero éstas no llegan a tener la calidad de las que se incluyen en la puntuación siguiente.

MADRE DEL GRUPO DE CONTRASTE: Lo mejor que me podría pasar es... *poder pasar quince días, yo sola con una amiga haciendo turismo por Europa.*

Cinco adjetivos que describen como soy... *sociable, afable, poco peleona, amigable, perezosa, fondona.*

Los demás creen que yo soy... *buena persona, sociable, simpática, conformista.*

Me gusta como soy cuando... *cuando en mi trabajo me desenvuelvo bien y la gente con la que trabajo está satisfecha o cuando mis hijos demuestran que confían en mí y quieren que les escuche.*

Puntuación 4. Las respuestas puntuadas con un cuatro revelan una buena red social de apoyo (amigos, otros familiares, etc.) y/o una preocupación no sólo por las personas de su entorno social más cercano sino también por participar en la organización de la vida social más allá de la familia.

MADRE DEL GRUPO DE CONTRASTE: En general mi vida es... *agradable tanto en la familia como en el trabajo.*

Lo mejor que me podría pasar es... *que no tuviéramos problemas graves de salud y que el respeto y diálogo imperase en el mundo.*

Soy feliz cuando... *hago cosas que me parecen útiles para conseguir mis objetivos, y también cuando noto que los demás disfrutan a mi lado.*

Tengo miedo cuando... *me quedo sola por la noche y cuando pienso en el declive de valores que ocurren en la sociedad actual.*

No me gusta como soy cuando... *doy mas valor a mis intereses y puntos de vista que a los de los demás.*

Un proyecto que me gustaría llevar a cabo es... *el de organizar un grupo de tertulia sobre aspectos sociales actuales.*

En la tabla 7.8 se presenta la distribución de frecuencias y porcentajes obtenidos en la dimensión «calidad de las relaciones más allá de la familia».

Tabla 7.8. Distribución de respuestas en la calidad de las relaciones más allá de la familia

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje acumulado
1	1	2,7	2,7
2	15	40,5	43,2
3	11	29,7	73,0
4	10	27,0	100,0
Total	37	100,0	

Como puede observarse, la respuesta más frecuente (40,5%) refleja ausencia de relaciones más fuera de la familia, aunque son muy pocos los casos en los que esta ausencia se produce por la acción intencional de otros miembros de la familia. También es elevado el porcentaje de personas que tiene relaciones de una calidad media (29,7%) y elevada (27%).

7.5.3. La relación con la pareja

En esta categoría se pretende evaluar la calidad de la relación de la pareja para el desarrollo del individuo que responde a la prueba así como la calidad del apoyo que proporciona en la educación de los/as hijos/as.

Puntuación 1. Se puntúa con un uno cuando la representación de la relación de pareja es muy negativa, caracterizándose por la desconfianza, reflejándose una falta total de acuerdo o de implicación en la educación de los/as hijos/as.

MADRE DEL GRUPO DE RIESGO: Cinco adjetivos que describen cómo soy... *sensible, preocupada por mi familia, sufrida, me gusta ayudar sin que mi marido se entere cuando alguien lo necesita, soy servicial...*

Tengo miedo cuando... *se meten mis hijos en el mundo de los amigos, las fiestas, que siempre piden más cosas (como una moto) con mujeres..... porque su padre los incita a todo.... eso y me da miedo del mundo de las drogas.*

Lo que menos me ha gustado... *las peleas con mi marido y con mis hijos.*

MADRE DEL GRUPO DE RIESGO:La relación con mis hijos es... *ahora mala, antes buena y con el padre peor. Desde hace un año.*

Algo que quisiera decir a mi familia es... *a mi madre le contaría todo. Pero no puedo. Con mi marido discuto por el hijo.*

Los demás creen que yo soy... *mi marido me dice que soy una «bruja», los demás me quieren.*

Lo que más me ha gustado estos meses ha sido... *que mi marido tenga un trabajo.*

Puntuación 2. Se puntúan con un dos aquellos casos en los que no existe relación de pareja, o no hay ninguna mención a ella a lo largo de la prueba.

Puntuación 3. Se puntúa con un tres las respuestas que reflejan una calidad intermedia en la relación de pareja, combinándose aspectos positivos y negativos.

MADRE DEL GRUPO DE CONTRASTE: En general mi vida es... *satisfactoria; la relación con mis hijos es buena y aceptable con mi marido*

Un proyecto que me gustaría llevar a cabo es... *viajar a Europa con mis hijos y marido.*

Lo que más me ha gustado estos meses ha sido... *be abordado temas duros con mi marido y estamos en vías de solución.*

Puntuación 4. Las respuestas puntuadas con un cuatro reflejan una buena relación de pareja, valorada como tal por el propio individuo, en la que parecen existir oportunidades para compartir actividades gratificantes y obtener apoyo emocional.

MADRE DEL GRUPO DE CONTRASTE: En general mi vida es... *bastante agradable y placentera en el ámbito familiar y social, en el mundo del trabajo no he sido muy feliz, no he encontrado uno que me fuera bien .*

Lo que más me ha gustado de estos meses ha sido... *salir al cine con mi pareja y hablar de nuestros proyectos de antaño.*

MADRE DEL GRUPO DE CONTRASTE: En general mi vida es... *la verdad es que me siento afortunada ya que en mi familia tenemos salud y trabajo y más o menos a todos nos va bien.*

Algo que quisiera decir a mi familia... *bueno, pues a mi hijo que por encima de todo confío en él y le quiero, pero eso se lo digo muchas veces, que no se deje llevar por lo que le digan los demás y a mi marido lo mismo.*

En la tabla 7.9 se presenta la distribución de frecuencias y porcentajes obtenidos en la dimensión «calidad de la relación de pareja».

Tabla 7.9. Distribución de respuestas en la calidad de la relación de pareja

	Frecuencia	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
1	2	5,4	5,4
2	20	54,1	59,5
3	5	13,5	73,0
4	10	27,0	100,0
Total	37	100,0	

Como puede observarse en la tabla, en la calidad de la relación de pareja la situación más frecuente (54,1%) es la que hace referencia a la falta de referencias explícitas. Lo cual puede ser debido tanto a una inferior relevancia de dicha relación como fuente de apoyo para la calidad de la vida como a la inferior significación de la prueba, con los elementos que actualmente la componen, para evaluarla.

7.5.4. La relación con una/o misma/o y con el propio proyecto vital

En esta categoría pretende evaluarse la calidad con la que se está llevando a cabo una de las principales tareas de la vida adulta, continuar y desarrollar los compromisos adoptados, aceptando la gran distancia que suele producirse entre sus proyectos iniciales y la realidad, intentando al mismo tiempo transformar en la medida de lo posible dicha realidad.

Puntuación 1: Se puntúa con un uno cuando la representación que se manifiesta de una/o mismo/a es extremadamente negativa, caracterizada por la indefensión y la falta total de proyecto vital.

MADRE DEL GRUPO DE RIESGO: En general mi vida es... *desgraciada, sufro continuamente.*

Lo mejor que me podría pasar es... *yo que sé, no sé que es lo que voy a hacer, desaparecer, morirme, ya no puedo luchar más.*

Dentro de diez años voy a estar... *eso si llego, qué peligro... ya no voy a estar... yo veo todo muy mal.*

MADRE DEL GRUPO DE RIESGO: En general mi vida es... *un desastre. Todo está mal.*

Lo mejor que me podría pasar es... *encontrar un trabajo para poder independizarme.*

Dentro de diez años voy a estar... *no lo sé.*

Los últimos meses han sido... *horribles.*

Lo que más me ha gustado de estos meses ha sido... *nada.*

Lo que menos me ha gustado ha sido... *todo.*

Puntuación 2: Se puntúa con un dos cuando la representación de una/o misma/o es negativa, pero menos que en el extremo anterior, los objetivos se definen sin el mínimo realismo necesario para poder ver avances en ellos o quedan reducidos al desarrollo de las otras personas de la familia, sin hacer referencia a objetivos propios.

MADRE DEL GRUPO DE CONTRASTE: En general mi vida es... *monótona, corriente y muy normal; lo mismo que la mayoría de las personas.*

No me gusta como soy cuando... *me sumo en la tristeza y me parece que todo me sale mal y que es por algo que he hecho mal.*

Dentro de diez años voy a estar... *me conformaría como estoy. Pienso que más madura y que físicamente estaré peor.*

Cuando era adolescente soñaba que iba a ser... *una madre muy joven y muy moderna. Muy guapa y que viviría mejor que mis padres.*

Un proyecto que me gustaría llevar a cabo es... *creo que los proyectos que me gustaría no los podría llevar a cabo: acabar con el hambre en el Mundo y tener un trabajo adecuado a mí.*

Puntuación 3: Se puntúa con un tres cuando la representación de una/o misma/o es en general positiva pero bastante simple, y no se hace referencia a un proyecto vital propio.

MADRE DEL GRUPO DE CONTRASTE: Cinco adjetivos... *cariñosa, poco habladora, me gustan las cosas bien hechas.*

Los demás creen que yo soy... *muy exigente*

Soy feliz cuando... *todos estamos juntos y contentos.*

Me gusta como soy cuando... *soy feliz y me salen las cosas bien.*

No me gusta como soy cuando... *me enfado*.
 Dentro de diez años voy a estar... *en casa o donde no se sabe*.
 Cuando era adolescente soñaba que iba a ser... *muchas cosas*.
 Un proyecto que me gustaría llevar a cabo... *es conseguir que mi hijo cambiara*.

Puntuación 4. Se puntúa con un cuatro cuando hay una representación positiva de una/o misma/o y se hace referencia al propio proyecto vital, aunque este es bastante ingenuo, sin el nivel de elaboración y concreción de la puntuación siguiente.

MADRE DEL GRUPO DE CONTRASTE: En general mi vida es... *satisfactoria. tengo bastantes alicientes aunque soy sin quererlo un poco aprehensiva*.
 Cinco adjetivos que describen como soy... *dinámica, insegura, cariñosa, aprensiva y tolerante pero mandona y vanidosa*.
 Los demás creen que soy... *segura, fuerte, solidaria, mandona*.
 Me gusta como soy cuando... *de resultado de alguna acción mía alguien sale beneficiado*.
 Dentro de diez años voy a estar... *¡Quién sabe!*
 Cuando era adolescente soñaba que iba a ser... *mis sueños eran simples. No me he decepcionado*.
 Un proyecto que me gustaría llevar a cabo es... *trabajar por mi cuenta en algún proyecto donde me sintiera realmente útil y necesitada. Y escribir una novela*.

Puntuación 5: Se puntúa con un cinco cuando la representación de una/o misma/o es muy positiva y se hace referencia a un proyecto vital realista, en el que se concretan actividades realizables.

MADRE DEL GRUPO DE CONTRASTE: En general mi vida es... *bueno, agradable, aunque también tengo momentos bajos. Tengo buenas relaciones con vecinos, amigos y familia. En resumen: satisfactoria*.
 Lo mejor que me podría pasar es... *lo que me está pasando; tengo un marido que me quiere, un hijo que también me quiere, y un entorno que no es hostil casi nunca. En definitiva, yo creo que lo mejor que puede pasar a un ser humano es querer y que le quieran, aparte de tener cubiertas sus necesidades básicas, yo creo que lo tengo*.
 Cinco adjetivos que describen como soy... *agradable, fiel, sincera, cabezota y responsable*.
 Dentro de diez años voy a estar *un poco más mayor que ahora y espero que bien de salud y un mayor crecimiento personal que el que tengo ahora. Mejor persona*.
 Cuando era adolescente soñaba que iba a ser... *una gran socióloga, con mucho trabajo y muchas relaciones profesionales. Independiente y super-woman*.
 Un proyecto que me gustaría llevar a cabo es... *ahora mismo cambiar a una casa mejor, o por lo menos que a mí me lo parezca y ver crecer a mi hijo sano y feliz*.
 Los últimos meses han sido... *buenos, sin sobresaltos familiares. Con algunas inquietudes que antes no tenía y con ganas de hacer cosas*.
 Lo que más me ha gustado de estos meses ha sido... *que empecé un curso en la casa de la mujer que se aprende mucho. Y mis clases de yoga*.
 Lo que menos me ha gustado ha sido... *siento que con todas mis actividades estoy creciendo como persona y eso hay a veces que aunque es estupendo también duele mucho, porque tienes que tirar muchos esquemas y fabricarte otros y eso cuesta*.

En la tabla 7.10 se presenta la distribución de frecuencias y porcentajes obtenidos en la dimensión «calidad de la relación con una/o misma/o y del propio proyecto vital».

Tabla 7.10. Distribución de respuestas en la calidad de la relación con una/o misma/o

	Frecuencia	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
1	5	12,2	12,2
2	3	7,3	19,5
3	9	22,0	41,5
4	13	31,7	73,2
5	11	26,8	100,0
Total	41	100,0	

En la tabla puede observarse que la mayoría de las personas se sitúan en la categoría que refleja una relación positiva con una/o misma/o, aunque el proyecto vital sólo en el 26,8% de los casos haga referencia a acciones propias y realizables, siendo superior el porcentaje de las personas que lo expresan en términos difíciles de llevar a la práctica (31,7%) o en las que ni siquiera se hace referencia a dicho proyecto (41,5%).

7.5.5. Relación entre dimensiones de la calidad de la vida

En la tabla 7.11 se presentan las correlaciones entre las cuatro dimensiones de la calidad de la vida evaluadas a través de la prueba de las Frases Incompletas. Fueron calculadas mediante la correlación ordinal de Spearman.

Tabla 7.11. Correlaciones entre las dimensiones de la calidad de la vida (n = 42)

	Relación con los hijos	Relación fuera	Relación con la pareja
Relación con los hijos	–		
Relación fuera	.329*	–	
Relación con la pareja	.226	.489**	–
Visión de una/o misma/o	.413**	.470**	.379*

* La correlación es significativa al nivel $p < 0,05$ (bilateral).

** La correlación es significativa al nivel $p < 0,01$ (bilateral).

Del análisis de las correlaciones que se incluyen en la tabla se desprende que:

1. *La calidad de la relación con los/as hijos/as* está relacionada sobre todo con la calidad de la visión que la persona tiene de sí misma y su propio proyecto vital (.413) y también, aunque en menor grado, con la calidad de las relaciones que establece fuera de la familia (.329). Resultados que sugieren la conveniencia de mejorar dichas relaciones, favoreciendo que las madres tengan su propio proyecto vital, más allá del ámbito familiar, para mejorar la calidad de la relación con sus hijos adolescentes.
2. *La representación que la persona tiene de sí misma* es la dimensión que guarda relaciones más generalizadas con el conjunto de las dimensiones de la calidad de la vida evaluadas, siendo todas ellas significativas, y destacando sobre todo con las relaciones que se establecen más allá del ámbito familiar (.470) y con los hijos (.413).

3. *La calidad de la relación con la pareja* sólo correlaciona de forma significativa con la calidad de las que se establecen más allá del ámbito familiar (.489). Resultado que refleja, en contra de lo que a veces se cree, que la existencia de una buena relación fuera del hogar no sólo dificulta sino que favorece la calidad de la relación que se establece dentro de él y viceversa.

7.5.6. Relación entre calidad de vida y edad

El reducido número de varones que cumplimentó la prueba de Frases Incompletas impidió analizar la relación con el género. Sí se han analizado, sin embargo, las que existen en función de la edad, a través de correlaciones ordinales entre los niveles definidos en cada una de las variables. Los resultados se presentan en la tabla 7.12.

Tabla 7.12. Correlaciones entre la calidad de la vida y la edad. (n = 35)

VARIABLES DE FRASES INCOMPLETAS	RHO
Relaciones con los hijos/as	.052
Relaciones más allá de la familia	.277
Relaciones con la pareja	.065
Relación consigo misma/o	.018

Ninguna de las correlaciones entre calidad de la vida y la edad de los adultos resultó estadísticamente significativa ($p < .05$) y como puede observarse los valores de tres de ellas están próximos a 0 (relaciones con los hijos, relaciones con la pareja y consigo). No obstante se aprecia una correlación moderada (.277) con «relaciones fuera de la familia y edad», aunque debido al reducido tamaño de la muestra no permite alcanzar la significación estadística convencional. Como posible explicación de dicha tendencia cabe considerar la relación entre la edad de los padres y la de los hijos, que hace que a medida que se incrementan ambas vuelvan a reestablecerse las relaciones fuera del ámbito familiar que suelen quedar reducidas cuando los hijos son pequeños.

7.5.7. Resultados en la calidad de la vida en función de la situación familiar

Para las comparaciones entre los grupos de riesgo y de contraste en la prueba de Frases Incompletas se utilizaron contrastes ji-cuadrado entre las frecuencias de respuesta a las diferentes categorías en cada dimensión y la pertenencia al grupo. Dada la escasa frecuencia en algunas categorías, los análisis se realizaron mediante las *pruebas exactas*, que no requieren del cumplimiento de los supuestos requeridos para las pruebas asintóticas. Para cada una de las cuatro dimensiones se presenta la distribución de porcentajes por categorías en cada uno de los grupos, el diagrama de barras y los resultados del contraste de significación exacto, junto con el coeficiente de asociación V de Cramer cuyos valores están acotados entre 0 y 1, como un coeficiente de correlación. También se examinan los residuos tipificados corregidos mayores que $|2|$ para establecer en qué casillas de la tabla de Variable x Grupo se encuentran las discrepancias estadísticamente significativas frente a lo esperable en el caso de ausencia de asociación con la pertenencia al grupo.

En la tabla 7.13 se presenta la distribución de porcentajes de los distintos niveles de calidad de relaciones con hijos/as en función del grupo: riesgo o contraste. Esta misma información se presenta de forma gráfica en la figura 7.4.

Tabla 7.13. Calidad de las relaciones con los/as hijos/as en función del grupo

Grupo	1 %	2 %	3 %	4 %
Contraste	3,4%	3,4%	20,7%	72,4%
Riesgo	18,2%	36,4%	45,5%	

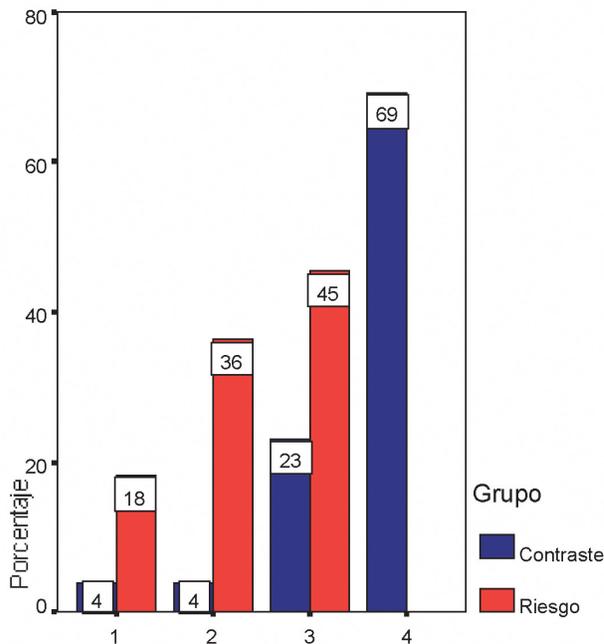


Figura 7.4. Calidad de la relación con los hijos en función del grupo

Como cabía esperar, el contraste χ^2 (3) en significación exacta bilateral pone de relieve una asociación estadísticamente significativa entre la calidad de las relaciones con los/as hijos/as manifestada a través de la asociación libre en las frases incompletas y la pertenencia al grupo de riesgo o contraste (χ^2 (3) = 18,97, $p < .001$) con un elevado valor del coeficiente V de Creamer ($V = .69$), lo que implica una fuerte asociación. Los residuos estadísticamente significativos ponen de relieve una elevada frecuencia del grupo de contraste en la categoría 4, mientras que no se dan casos en esta categoría en el grupo de riesgo.

En la tabla 7.14 se presenta la distribución de frecuencias en la dimensión «Calidad de las relaciones más allá de la familia» que también se ha valorado en cuatro niveles, que expresan de peor a mejor relación. En la figura 7.5 se presenta la información en forma gráfica.

Tabla 7.14. Calidad de las relaciones más allá de la familia en función del grupo

Grupo	1 %	2 %	3 %	4 %
Contraste		38,5%	26,9%	34,6%
Riesgo	9,1%	45,5%	36,4%	9,1%

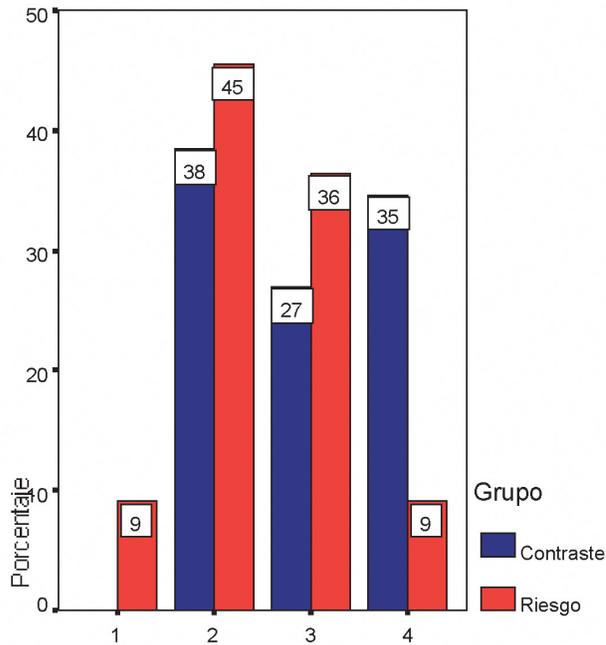


Figura 7.5. Calidad de la relaciones más allá de la familia en función del grupo

Dada la presencia de algunas frecuencias de 0 y 1, se optó por la aproximación de las pruebas exactas. El estadístico χ^2 (3) en su aproximación bilateral exacta no muestra diferencias estadísticamente significativas entre los grupos ($p = .224$) de riesgo y de contraste en la calidad de las relaciones que establecen más allá de la familia evaluadas a través de la asociación libre en la prueba de frases incompletas.

En la tabla 7.15 se incluye la distribución de porcentajes en las diferentes categorías según el grupo. Igual que en las variables anteriores, los números atribuidos a las categorías expresan de peor (1) a mejor (4) relación. En la figura se presentan gráficamente estos porcentajes.

Tabla 7.15 . Calidad de las relaciones con la pareja en función del grupo

Grupo	1 %	2 %	3 %	4 %
Contraste		53,8%	7,7%	38,5%
Riesgo	18,2%	54,5%	27,3%	

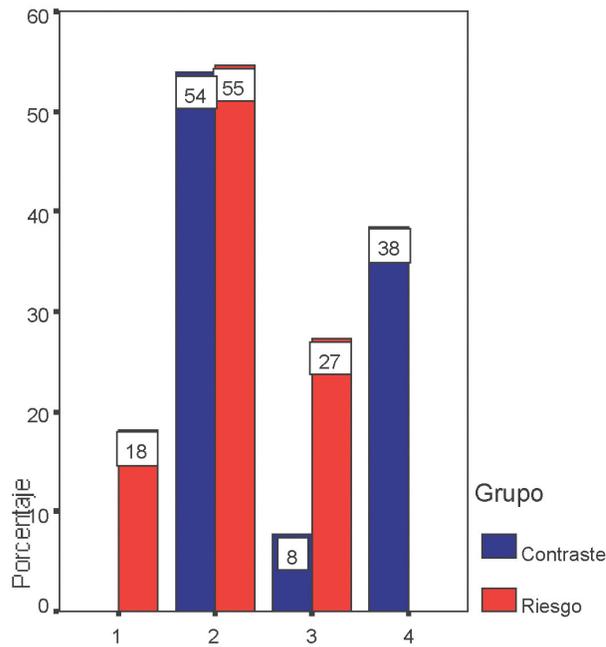


Figura 7.6. Calidad de la relación de pareja en función del grupo

El análisis de los resultados de la tabla 7.15 y la figura 7.6, a través del estadístico $\chi^2(3)$ en su aproximación bilateral exacta, pone de manifiesto la presencia de una relación estadísticamente significativa ($\chi^2(3) = 11,15$, $p < .007$) con un elevado valor del coeficiente V de Cremer ($V = .55$), lo que implica una fuerte asociación. Los residuos estadísticamente significativos ponen de relieve una elevada frecuencia del grupo de contraste en la categoría 4, mientras que no se dan casos en esta categoría en el grupo de riesgo, que muestra una presencia mayor de la esperable por azar en la categoría 1. Es decir que el apoyo que el grupo de riesgo recibe de su pareja, es según lo que manifiesta en la prueba de frases incompletas de una calidad significativamente inferior a la que manifiesta el grupo de contraste.

En la tabla 7.16 se incluye la distribución de porcentajes en las diferentes categorías en la dimensión «Calidad de la relación consigo misma/o» en función del grupo. Y en la figura 7.7 se representa gráficamente.

Tabla 7.16. Calidad de la relación consigo misma/o en función del grupo

Grupo	1 %	2 %	3 %	4 %	5 %
Contraste			6,7%	43,3%	36,7%
Riesgo	9,1%	27,3%	63,6%		

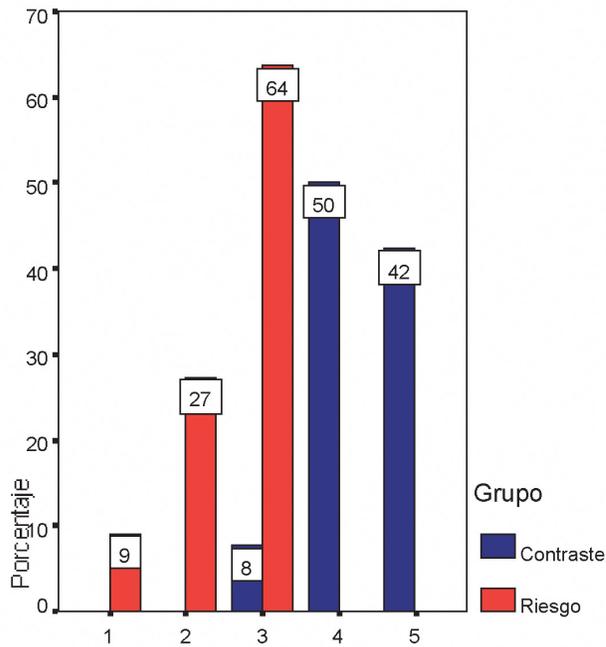


Figura 7.7. Calidad de la relación consigo misma/o en función del grupo

El análisis de los resultados que se representan en la figura 7.7, a través del estadístico $\chi^2(3)$ en su aproximación bilateral exacta, pone de manifiesto la presencia de una relación estadísticamente significativa ($\chi^2(3) = 29,00$, $p < .001$) con un elevado valor del coeficiente V de Cramer ($V = .84$), lo que implica una fuerte asociación. Los residuos estadísticamente significativos ponen de relieve una elevada frecuencia del grupo de contraste en las categorías 3 y 4, mientras que no se dan casos en estas categorías en el grupo de riesgo, que muestra una presencia mayor de la esperable por azar en categorías que representan una peor relación, como son las 2 y 3.

Los resultados que se acaban de exponer permiten confirmar casi en su totalidad nuestra segunda hipótesis, al encontrar que los adultos con hijos adolescentes en situación de riesgo manifiestan en la prueba de frases incompletas una inferior calidad de vida en todas las dimensiones evaluadas (relación con hijos/as, relación de pareja y relación consigo misma/o), que la que manifiesta el grupo de contraste. Observándose como única excepción, en este sentido, la calidad de las relaciones que se establecen más allá de la familia, en la que las diferencias no llegan a ser estadísticamente significativas.

7.6. Resultados sobre la relación entre la Indefensión Aprendida y la calidad de la vida

La primera hipótesis planteada en este estudio predice que la Indefensión Aprendida, evaluada a través de la Escala E.I.A., se relacionará con una peor calidad de vida, evaluada a través de la prueba de las Frases Incompletas. Con el objetivo de contrastar dicha hipótesis se han analizado las correlaciones ordinales (Rho de Spearman) entre las dimensiones evaluadas a través de dicha prueba de asociación libre y la escala estructurada. En la tabla 7.17 se presentan los resultados.

Tabla 7.17. Correlaciones entre los factores de la Escala de Indefensión Aprendida y las dimensiones de calidad de vida de las Frases Incompletas (n = 40)

	Rel. Hijos	Rel. Fuera	Rel. Pareja	Rel. Consigo
1. Indefensión- Pesimismo	-.698***	-.381(*)	-.269	-.356*
2. Percepción de control Calidad de vida	.408**	.161	.084	.141
3. Confusión - Aturdimiento	-.398*	-.242	-.135	-.113

* La correlación es significativa al nivel $p < 0,05$ (bilateral).

** La correlación es significativa al nivel $p < 0,01$ (bilateral)

*** La correlación es significativa al nivel $p < 0,001$ (bilateral)

El análisis de los resultados incluidos en la tabla refleja que:

1. El factor «indefensión como pesimismo y dificultad de resolución de problemas» está relacionado con casi todas las dimensiones de la calidad de vida evaluadas a través de las frases incompletas. Siendo especialmente elevada la que mantiene con la falta de calidad en las relaciones con los hijos (-.698); y resultando también significativas con la relaciones fuera de la familia (-.356) y con uno/a mismo/a (-.356). Respecto a la relación de pareja (-.269), ésta no llega al nivel de significación estadística convencional.
2. También son significativas, y siempre en la dirección prevista, las que se observan entre la representación de las relaciones con los hijos y las otras dos escalas de indefensión: con «percepción de control y calidad de vida»(-.408); y con «confusión y aturdimiento» (-.398).
3. El conjunto de los resultados obtenidos permite verificar la hipótesis tres y apoyar la validez de constructo de ambas medidas: la Escala EIA y la prueba de Frases Incompletas.

7.7. Resultados sobre la relación entre la Indefensión Aprendida y las Actitudes hacia la Violencia y la Educación

La cuarta hipótesis de este estudio predice que la Indefensión Aprendida, evaluada a través de la Escala EIA se relacionará con creencias de justificación de la violencia, la intolerancia, el sexismo, la pasividad y el autoritarismo, evaluadas a través del Cuestiona-

rio de Actitudes hacia la Violencia y la Educación (CAVE). Para contrastarla se realizó un análisis de correlaciones. Sus resultados se presentan en la tabla 7.18.

Tabla 7.18. Correlaciones entre la Indefensión Aprendida y las Actitudes hacia la Violencia y la Educación (n = 123)

	Indefensión	Percepción control calidad vida	Confusión
Justificación violencia. sexismo, intolerancia	.319**	-.061	.020
Dificultades educativas y pasividad	.566**	-.291**	.221*
Control, violencia como castigo	.212*	.045	-.044
Autoritarismo Sobreprotección.	.210*	.002	-.030

** La correlación es significativa $p < 0,001$ (bilateral).

* La correlación es significante $p < 0,05$ (bilateral).

Del análisis de las correlaciones que se presentan en la tabla puede deducirse que:

1. El factor dos del CAVE («creencias que dificultan la educación del adolescente y conducen a la pasividad») está estrechamente relacionado ($r = .566$) con el factor uno de la escala de indefensión («pensamientos pesimistas y dificultad para resolver problemas»). También se observan correlaciones significativas y en la dirección prevista entre dichas creencias y las otras dos dimensiones del cuestionario de indefensión (con «percepción de falta de control» $r = .291$; con «confusión y aturdimiento» $r = .221$). Resultados que reflejan que la frecuente tendencia a la pasividad de algunos padres que se observa en los últimos años parece deberse a cierta indefensión sobre cómo resolver los problemas que plantea la educación de sus hijos, especialmente cuando llegan a la adolescencia.
2. El factor uno de la escala de indefensión, «pensamientos pesimistas y dificultad para resolver problemas» correlaciona, además, con los otros factores del CAVE: «justificación de la violencia, sexismo e intolerancia» ($r = .319$), «control masculino y violencia como disciplina» ($r = .212$); y «creencias que justifican el autoritarismo y la sobreprotección» ($r = .210$).
3. El conjunto de los resultados obtenidos permite verificar la hipótesis cuatro. Para explicarlos cabe plantear la existencia de una interacción recíproca entre las Actitudes hacia la Violencia y la Educación y la Indefensión Aprendida. En función de lo cual cabría esperar que el desarrollo de la tolerancia contribuyera a la superación de la indefensión y que ésta a su vez pudiera contribuir a mejorar las actitudes hacia la violencia y la educación.

7.8. Resultados sobre la relación entre la Calidad de la Vida y las Actitudes hacia la Violencia y la Educación

La quinta hipótesis planteada en este estudio predice que la falta de calidad de vida, manifestada en la prueba de frases incompletas, se relacionará con creencias de justificación de la violencia, la intolerancia, el sexismo, la pasividad y el autoritarismo, evalua-

dos a través del Cuestionario CAVE. Para contrastar esta hipótesis se han realizado las correlaciones ordinales (Rho de Spearman) entre los factores obtenidos a través de ambas pruebas: frases y EIA. Sus resultados se presentan en la tabla 7.19.

Tabla 7.19. Correlaciones entre las Actitudes hacia la Violencia y la Educación y la Calidad de la Vida (n = 40)

	Rel. Hijos	Rel. Fuera	Rel. Pareja	Rel. Consigo
1. Justif. violencia, sexismo, intolerancia	-.275	-.368*	-.273	-.405**
2. Dificultades educación, pasividad	-.579***	-.087	-.260	-.304
3. Control, violencia como castigo	-.187	-.105	-.089	-.285
4. Autoritarismo y sobreprotección	-.426**	-.266	-.222	-.607***

* La correlación es significativa al nivel $p < 0,05$ (bilateral).

** La correlación es significativa al nivel $p < 0,01$ (bilateral)

*** La correlación es significativa al nivel $p < 0,001$ (bilateral)

De las correlaciones que se recogen en la tabla cabe deducir que:

1. Los cuatro factores del cuestionario de actitudes hacia la violencia y la educación CAVE correlacionan, como cabía esperar en sentido negativo, con *la calidad de la relación con los hijos* evaluada a través de la asociación libre en la prueba de frases incompletas, siendo especialmente elevadas las correlaciones con los dos factores que incluyen las actitudes relacionadas con la educación: con el factor dos, «creencias que dificultan la educación del adolescente y conducen a la pasividad» (-.579) y con el cuatro, «creencias que justifican el autoritarismo y la sobreprotección» del adolescente (-.426). Los otros dos factores, muestran correlaciones moderadas, también con el mismo signo, aunque no llegan al nivel convencional de significación estadística, debido al reducido tamaño de la muestra.
2. Los cuatro factores del cuestionario de actitudes hacia la violencia y la educación CAVE correlacionan, también en sentido negativo con *la relación con uno/a mismo/a* evaluada a través de la asociación libre en la prueba de frases incompletas, siendo especialmente elevadas las correlaciones con el factor cuatro, (-.607) «creencias que justifican el autoritarismo y la sobreprotección» del adolescente, y con el factor uno «justificación de la violencia, el sexismo y la intolerancia» (-.405). Los otros dos factores, muestran correlaciones moderadas, próximas a los niveles convencionales de significación («control y violencia como castigo», $p = .07$ y «dificultades en la educación, pasividad», $p = .053$).
4. La «calidad de las relaciones más allá de la familia» se relaciona de forma significativa y negativa con el factor «justificación de la violencia, sexismo e intolerancia» (-.368), y de forma moderada, pero sin llegar al nivel de significación convencional con el «autoritarismo y la sobreprotección».
5. La dimensión de la calidad de la vida evaluada a través de la prueba de frases incompletas que muestra menores correlaciones con las Actitudes hacia la Violencia y la Educación es la «relación con la pareja», en la que se observan relaciones del mismo signo, sin que ninguna de ellas llegue a la significación estadística convencional.

6. Los resultados anteriormente expuestos permiten confirmar la hipótesis cinco y apoyan la validez de constructo del cuestionario CAVE, de actitudes hacia la violencia y la educación.

7.9. Conclusiones

A partir de los resultados obtenidos en este estudio pueden extraerse las siguientes conclusiones para el diseño y evaluación de los programas de intervención a través de la familia:

1. La *Escala de Indefensión Aprendida* permite evaluar una dimensión estrechamente relacionada con la calidad de la vida de las personas y su eficacia educativa, como reflejan las estrechas relaciones encontradas entre los resultados obtenidos en dicha escala y la situación familiar, así como con las distintas dimensiones evaluadas en la *Prueba de Frases Incompletas*, y con el *Cuestionario de Actitudes hacia la Violencia y la Educación*. De los tres factores que la Escala EIA incluye los dos más relevantes son: la *Indefensión como pesimismo y dificultad para resolver problemas* y la *Percepción de control*, y especialmente el primero. En función de su facilidad de aplicación y corrección, esta Escala parece muy adecuada para ser utilizada en los programas de intervención a través de la familia, permitiendo adaptarlos a la peculiaridad de cada caso y evaluar su eficacia.
2. La estructura factorial de la *Escala de Indefensión Aprendida* refleja que los dos problemas de naturaleza psicológica que a través de ella se evalúan incluyen síntomas físicos. En el caso del *pesimismo y dificultad para resolver problemas* estos son: la pérdida del apetito, las palpitaciones y las molestias en el estómago. Y en el caso de la *confusión el aturdimiento*: los dolores de cabeza. En sentido contrario, también se observa una estrecha asociación entre estos dos ámbitos, puesto que la *percepción de control* incluye entre sus elementos la escasa frecuencia de infecciones. Resultados que van en la dirección de los obtenidos en investigaciones anteriores y reflejan cómo el problema psicológico de la indefensión aprendida va estrechamente asociado a un superior riesgo de sufrir enfermedades relacionadas con dichos síntomas.
3. Las estrechas relaciones que se observan entre la indefensión aprendida de los padres y las madres, y las otras variables evaluadas en este estudio (situación familiar, actitudes educativas y la calidad de la relación que establecen con sus hijos/as) reflejan la necesidad de incluir en los programas de intervención actividades que contribuyan a mejorar las expectativas de autoeficacia de dichos adultos y sus habilidades para llevarlas a la práctica con resultados positivos.
4. El conjunto de resultados obtenidos refleja la validez y utilidad que la prueba de *Frases Incompletas*, aplicada de forma individual, puede tener para los programas de intervención, especialmente para adaptar el programa a cada caso y promover un vínculo de confianza entre cada padre o madre y el profesional que lleva a cabo la entrevista. Los resultados sugieren que permite evaluar con gran validez

tres dimensiones de la calidad subjetiva de la vida de gran relevancia en: las relaciones que se establecen con los/as hijos/as, con uno/a mismo/a y fuera del ámbito familiar. Las menores relaciones que se observan entre las distintas dimensiones incluidas en este estudio y la calidad de la relación con la pareja podrían deberse a la menor visibilidad de ésta a través de los elementos incluidos aquí. De lo cual se deduce la conveniencia de incluir algún elemento más, sobre dicha relación, para incrementar la validez en este sentido cuando sea necesario.

5. *La calidad de la relación con los/as hijos/as* está relacionada, sobre todo, con la calidad de visión que la persona tiene de sí misma y su propio proyecto vital y también, aunque en menor grado, con la calidad de las relaciones que establece fuera de la familia. Resultados que apoyan la necesidad de incrementar el sentido del propio proyecto vital y las actividades fuera del ámbito familiar en los adultos que tengan dificultades, en este sentido, para mejorar su eficacia educativa con hijos/as adolescentes.
6. La calidad de la *relación con uno/a mismo/a y el propio proyecto vital* está relacionada con los cuatro factores del Cuestionario de Actitudes hacia la Violencia y la Educación, y especialmente con: las «creencias que justifican el autoritarismo y la sobreprotección» del adolescente, y con el «justificación de la violencia, el sexismo y la intolerancia». Resultado que sugiere, una vez más, que la superación de dichas actitudes, que dificultan la compleja tarea de educar especialmente cuando los/as hijos/as llegan a la adolescencia, debe implicar cambios en la propia identidad.
7. A pesar de la menor visibilidad que *la relación de pareja* parece tener en la prueba utilizada para evaluar la calidad de la vida, se observan diferencias muy significativas entre los dos grupos estudios (riesgo y contraste) y correlaciona de forma muy significativa con la de las relaciones que se establecen *más allá del ámbito familiar*. Este último resultado sugiere, en contra de lo que a veces se cree, que la calidad de las actividades que las mujeres llevan a cabo fuera de la familia, no sólo no dificulta sino que incluso puede favorecer la calidad de las relaciones que establecen dentro de ella, tanto con sus hijos/as como con su pareja. Los resultados también pueden reflejar que la calidad de la relación con la pareja favorece que las mujeres puedan tener relaciones de calidad más allá de la familia. Ambas explicaciones apoyan la hipótesis de que una adecuada calidad de la vida adulta se produce mejor cuando el individuo se desarrolla en múltiples ámbitos. La correlación que se observa entre la «calidad de las relaciones más allá de la familia» y la ausencia de creencias sexistas indica que la superación de dichas creencias puede ser una condición necesaria para conseguir dicho objetivo.
8. Las elevadas correlaciones que se observan entre *la calidad de la relación con los hijos* evaluada a través de las frases incompletas, y los dos factores del cuestionario de actitudes que incluyen creencias educativas: «creencias que dificultan la educación del adolescente y conducen a la pasividad» y «creencias que justifican el autoritarismo y la sobreprotección» del adolescente, reflejan la conveniencia de incluir en los programas de intervención a través de las familias actividades que contribuyan a superar dichas creencias.

7.10. ANEXO

7.10.1. Cuestionario E.I.A

Clave personal:

Fecha:

A continuación encontrará una serie de frases sobre: la salud, las relaciones sociales, en general, y en particular sobre las relaciones que se establecen en la familia. Rodee con un círculo la palabra SI, si la conducta descrita se aproxima a la suya. En caso contrario, rodee con un círculo la palabra NO. Por favor, lea atentamente cada frase, piense cual es su conducta habitual en relación con lo que en ella se expone, y conteste. Si desea hacer alguna aclaración, utilice la otra cara de esta hoja. Las respuestas que usted de a este cuestionario serán confidenciales.

1. Generalmente logro resolver los conflictos que surgen en mi familia . . . 1 2 3 4 5
2. Me relaciono con poca gente 1 2 3 4 5
3. Si al principio no consigo lo que me propongo, sigo intentándolo 1 2 3 4 5
4. Frecuentemente paso de estados de alegría a una gran tristeza
sin motivo aparente 1 2 3 4 5
5. Haga lo que haga me cuesta mucho que mis hijos/as me entiendan . . . 1 2 3 4 5
6. Me cuesta mucho conocer a nuevas personas 1 2 3 4 5
7. Me siento integrado/a en la sociedad 1 2 3 4 5
8. Me relaciono bien con la gente 1 2 3 4 5
9. A menudo tengo palpitaciones 1 2 3 4 5
10. Sé lo que puedo esperar de las situaciones en las que encuentro 1 2 3 4 5
11. Habitualmente tengo pocas ganas de comer 1 2 3 4 5
12. Tengo problemas para tomar decisiones 1 2 3 4 5
13. Frecuentemente tengo ansiedad (nerviosismo, angustia...) 1 2 3 4 5
14. Continuamente pienso que todo me sale mal 1 2 3 4 5
15. A menudo me siento aislada/o 1 2 3 4 5
16. Cuando surge un problema con mi hijo/a me cuesta mucho resolverlo . . 1 2 3 4 5
17. Casi nunca tengo pensamientos o sentimientos negativos 1 2 3 4 5
18. Soy bastante optimista 1 2 3 4 5
19. Frecuentemente siento molestias en el estómago 1 2 3 4 5
20. A veces creo que la vida no vale nada 1 2 3 4 5
21. Pienso frecuentemente que no puedo o no sé hacer nada 1 2 3 4 5
22. Me siento contento/a cuando tengo que conseguir objetivos nuevos . . . 1 2 3 4 5
23. Casi nunca me duele la cabeza 1 2 3 4 5
24. Haga lo que haga los problemas que tengo no mejoran 1 2 3 4 5
25. Todo lo que hago me cuesta un gran esfuerzo 1 2 3 4 5

26. Tengo control sobre mi vida	1 2 3 4 5
27. Mi vida tiene una calidad aceptable	1 2 3 4 5
28. Generalmente sé lo que me va a pasar	1 2 3 4 5
29. Tomo decisiones con facilidad	1 2 3 4 5

7.10.2. Normas de aplicación y corrección de la Escala de Indefensión Aprendida

A partir de las preguntas del cuestionario EIA pueden obtenerse puntuaciones diferenciadas en tres subescalas, cuyas propiedades psicométricas han sido descritas en apartados anteriores. Para obtener las puntuaciones en cada factor deben sumarse las puntuaciones de las respuestas a cada uno de los ítems que componen cada factor, que se describen a continuación. Algunos ítems están formulados en sentido opuesto a la dirección de la escala y por este motivo deben recodificarse sus puntuaciones en sentido invertido, antes de proceder a la suma. Esta conversión supone hacer la siguiente conversión: 5 = 1, 4=2, 3= 3, 2 = 4 y 1 = 5. Los ítems para los que es necesario realizar la recodificación se presentan precedidos de (-) en la lista de los ítems que componen cada factor.

- **Factor 1: Indefensión como pesimismo y dificultad para resolver problemas.** Está compuesto por los siguientes 12 ítems: 5, 9, 11, 12, 13, 15, 16, 17, 19, 20, 21, 24. La puntuación mínima posible es 12 y la máxima 60.
- **Factor 2: Percepción de control y calidad de vida.** Está compuesto por los siguientes 10 ítems: 1, 3, (-)6, 7, 8, 10, (-)14, 22, 26, 27. La puntuación mínima posible es 10 y la máxima 50
- **Factor 3: Confusión, aturdimiento** Está compuesto por los 7 ítems siguientes: 2, 4, (-)18, (-)23, 25, (-)28, (-)29. La puntuación mínima es 7 y la máxima 35.

En la tabla 7.20 se incluyen los estadísticos descriptivos del factor uno y en la figura 7.8 la representación gráfica de las puntuaciones.

Tabla 7.20. Estadísticos descriptivos del factor 1:
Indefensión como pesimismo y dificultad para resolver problemas.

		Estadístico	Error típ.
EIAF 1	Media	25.43	.929
	Intervalo de confianza para la media al 95%	Límite inferior Límite superior	23.59 27.27
	Media recortada al 5%	24.71	
	Mediana	23.00	
	Varianza	161.125	
	Desv. típ.	10.302	
	Mínimo	11	
	Máximo	57	
	Rango	46	
	Amplitud intercuartil	15.00	
	Asimetría	.893	.218
	Curtosis	.482	.433

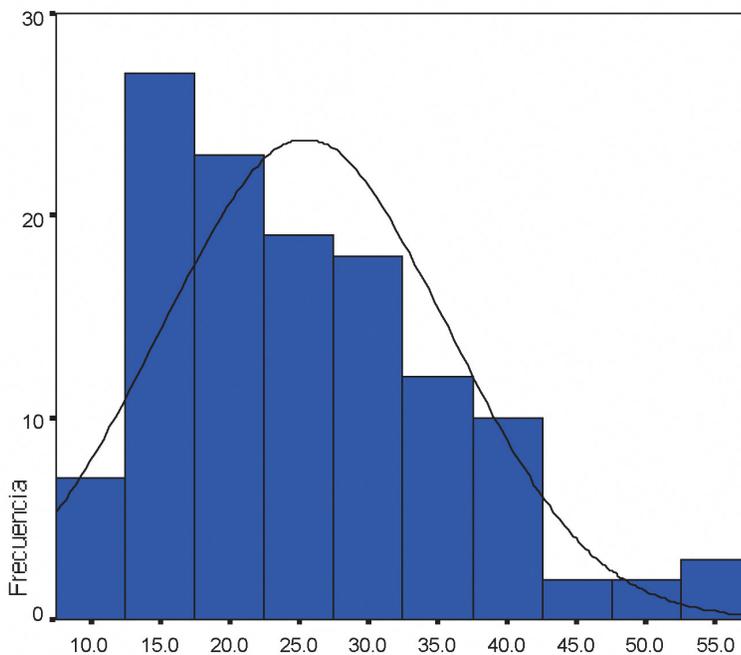


Figura 7.8. Histograma de las puntuaciones del factor 1:
Indefensión como pesimismo y dificultad para resolver problemas.

En la tabla 7.21 se presentan los estadísticos descriptivos del factor dos y en la figura 7.4 la representación gráfica de las puntuaciones.

Tabla 7.21. Estadísticos descriptivos del factor 2: Percepción de control y calidad de vida

		Estadístico	Error típ.
EIAF 2	Media	42.16	.511
	Intervalo de confianza para la media al 95%	Límite inferior Límite superior	41.15 43.17
	Media recortada al 5%	42.54	
	Mediana	43.20	
	Varianza	32.151	
	Desv. típ.	5.670	
	Mínimo	20	
	Máximo	50	
	Rango	30	
	Amplitud intercuartil	9.00	
	Asimetría	-.959	.218
	Curtosis	1.583	.433

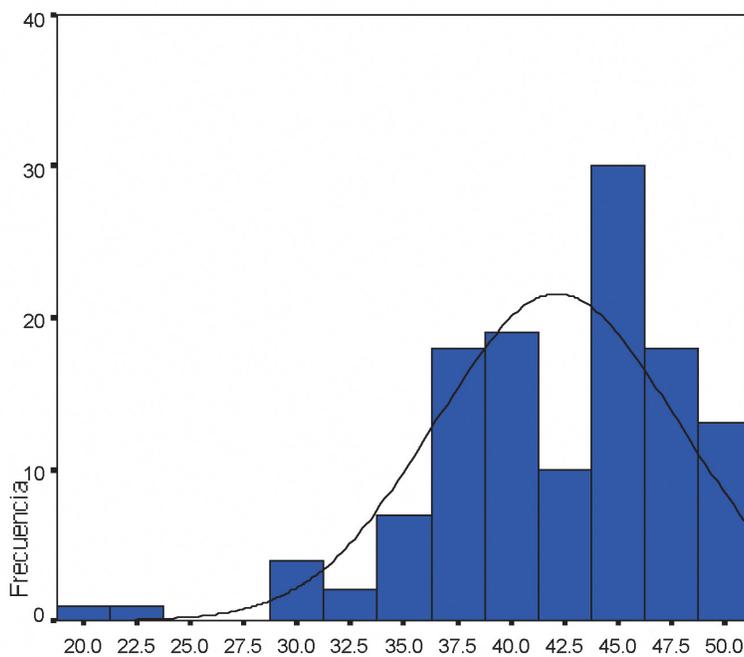


Figura 7.9. Histograma de las puntuaciones del factor 2: Percepción de control y calidad de vida

En la tabla 7.22 se presentan los estadísticos descriptivos del factor tres y en la figura 7.10 la representación gráfica de las puntuaciones.

Tabla 7.22. Estadísticos descriptivos del factor 3: Confusión, aturdimiento

		Estadístico	Error típ.
EIAF 1	Media	14.39	.439
	Intervalo de confianza para la media al 95%	Límite inferior Límite superior	13.52 15.26
	Media recortada al 5%	14.19	
	Mediana	14.00	
	Varianza	23.739	
	Desv. típ.	4.872	
	Mínimo	6	
	Máximo	28	
	Rango	22	
	Amplitud intercuartil	6.00	
	Asimetría	.472	.218
	Curtosis	.208	.433

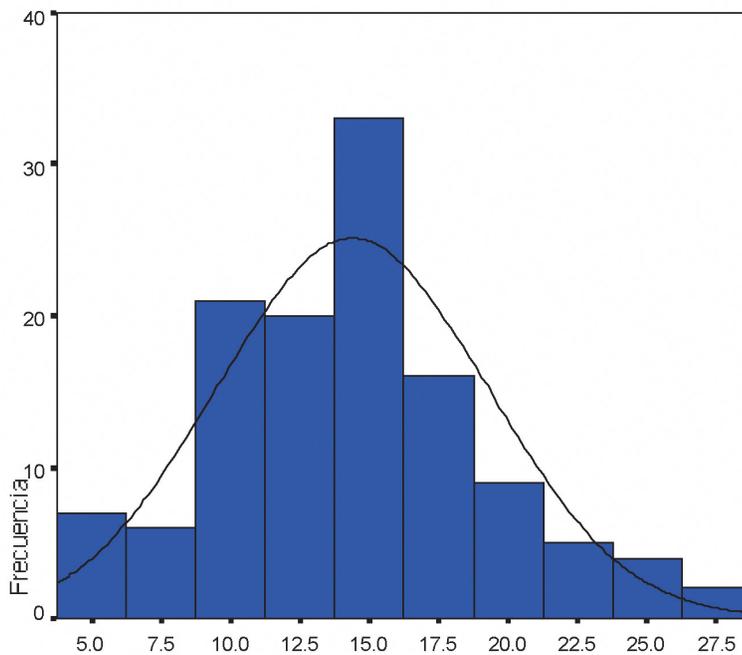


Figura 7.10. Histograma de las puntuaciones del factor 3: Confusión, aturdimiento

A continuación se presentan las normas de interpretación para los tres factores de la Escala de Indefensión Aprendida, en términos de rangos percentiles. En el capítulo dos del volumen uno puede encontrarse una descripción de cómo interpretar, en general, este tipo de comparaciones. Dado el reducido tamaño de la muestra con la que se han calculado y su característica de muestra de conveniencia, se sugiere cierta cautela en la interpretación cuando este cuestionario se aplique a muestras de otros contextos. Como posible punto de corte para la detección de padres con problemas de indefensión, que se manifiestan por puntuaciones altas en los factores 1 y 3, se sugieren aquellas puntuaciones que igualen o superen al percentil 90. Por lo que respecta al factor 2, son las puntuaciones bajas las que reflejan indefensión y en este caso se sugiere como posible punto de corte el percentil 10, considerando como sujetos con problemas los que tienen puntuaciones menores o iguales a la puntuación correspondiente.

Tabla 7.23. Percentiles del Factor 1: Indefensión como pesimismo y dificultad para resolver problemas

Percentil	Puntuación
5	12
10	14
15-20	16
25	17
30	18
35	19
40	21
45	22
50	23
55	25
60	27
65	28
70	30
75	32
80	34
85	36
90	40
95	46
97	52
99	57

Tabla 7.24. Percentiles del Factor 2: Percepción de control y calidad de vida

Percentil	Puntuación
5	31
10	36
15	37
20-25	38
30	39
35	40
40	41
45	42
50	44
55-60	45
65	46
75-80	47
85	48
90	49
95-99	50

Tabla 7.25. Percentiles del Factor 3: Confusión, aturdimiento

Percentil	Puntuación
5	6
10	8
15	9
20	10
25	11
30	12
35-40	13
45-50	14
55-60	15
65-70	16
75	17
80	18
85	19
90	21
95	25
97	26
99	28

7.10.3. Prueba de Frases Incompletas

Clave:

Edad:

Voy a leerle una serie de frases incompletas y tiene que decirme lo primero que piense al oirlas, hasta que complete el espacio que sigue a cada frase . No hay respuestas correctas ni incorrectas. Lo importante es su sinceridad, que diga lo primero que se le ocurre.

1. En general mi vida es:
2. La relación con mis hijos/as es:
3. Lo que más me gusta de mi mi hijo/a es:
4. Lo que menos me gusta de mi hijo/a es:
5. Algo que quisiera decir a mi familia (hijos/pareja) es:
6. Lo mejor que me podría pasar es:
7. Lo que más me gustaría cambiar de la relación con mi hijo/a:
8. Cinco adjetivos que describen como soy:
9. Me gustaría que:
10. Los demás creen que yo soy:
11. Soy feliz cuando:
12. Tengo miedo cuando:
13. Tres cosas que me gustaría llegar a ser:
14. Me gusta como soy cuando:
15. No me gusta como soy cuando:
16. Me pongo triste cuando:
17. Dentro de diez años voy a estar:
18. Cuando era adolescente soñaba que iba a ser
19. Un proyecto que me gustaría llevar a cabo es:
20. Los últimos meses han sido:
21. Lo que más me ha gustado de estos meses ha sido:
22. Lo que menos me ha gustado ha sido: