

EL MODELO DE ESTRÉS FAMILIAR EN LA ADOLESCENCIA: MEFAD

**GONZALO MUSITU
JUAN EVARISTO CALLEJAS**

UNIVERSIDAD PABLO DE OLAVIDE. SEVILLA

<https://doi.org/10.17060/ijodaep.2017.n1.v1.894>

Fecha de Recepción: 1 Enero 2017

Fecha de Admisión: 1 Abril 2017

RESUMEN

El objetivo de este trabajo es presentar el modelo M.E.F.A.D. (Modelo de Estrés Familiar en la Adolescencia) y relacionado con los problemas de ajuste en este periodo del ciclo vital. También es el modelo en el que se sustentan las participaciones en este simposio. Se analizan los antecedentes del modelo así como sus seis dimensiones fundamentales: Adolescencia, eventos vitales estresantes, funcionamiento familiar, percepción de estrés, recursos y ajuste.

Palabras clave: adolescencia, estrés, funcionamiento familiar

SUMMARY

The main aim of this work is to present the model M.E.F.A.D. (Family Stress Model in Adolescence), related to adjustment problems in this period of the life cycle. It is also the model in which the participations in this symposium are substantiated. We analyze the antecedents of the model as well as its six fundamental dimensions: Adolescence, stressful life events, family functioning, stress, resources and adjustment.

Key words: Adolescence, stress, family functioning

INTRODUCCION

Durante mucho tiempo la representación cultural de la adolescencia como un periodo caracterizado por innumerables problemas y tensiones, como un periodo de confusión normativa, tormentoso y estresante y de oscilaciones y oposiciones ha sido la orientación teórica predominante. Sin embargo, en las últimas décadas esta visión de la adolescencia ha ido dando paso a otra perspectiva en la que lo más importante son los aspectos positivos del desarrollo, presentando la adoles-

EL MODELO DE ESTRÉS FAMILIAR EN LA ADOLESCENCIA: MEFAD

cencia como un periodo de evolución en el que chicos y chicas se enfrentan a un amplio rango de demandas, conflictos y oportunidades (Compas y colaboradores, 1995). En nuestros días, es difícil seguir manteniendo posturas drásticas acerca de la universalidad de la tensión y el conflicto durante la adolescencia, tal y como defendía Anna Freud en los años 50, quien llegó a afirmar que “ser normal durante la adolescencia es, en sí mismo, anormal”.

Una visión que me parece más acorde con la realidad que viven los adolescentes en nuestra sociedad es la de Jeffrey Arnett (1999) quien consideraba que no todos los adolescentes experimentan estrés y tensión, aunque es en este periodo donde más probabilidad existe de que eso ocurra. Para este autor, la adolescencia se convierte en una etapa más difícil que otros periodos vitales no sólo para el adolescente, sino también para las personas que le rodean. La idea de que la adolescencia es difícil se encuentra íntimamente relacionada con tres aspectos clave; mayores niveles de conflicto con los padres, alteraciones del estado de ánimo y mayor implicación en conductas de riesgo. Además, cada uno de estos aspectos tiene diferentes momentos críticos y son una fuente de estrés en el medio familiar; el conflicto con los padres en la primera adolescencia, las alteraciones del estado de ánimo en la adolescencia media y las conductas de riesgo en la adolescencia tardía (Estevez y Musitu, 2016).

La familia no es un recipiente pasivo sino un sistema intrínsecamente activo: todo tipo de tensión, sea originada por cambios que ocurren dentro de la familia -el crecimiento de los hijos, el fallecimiento de un ser querido...- o que proceden del exterior -mudanzas, pérdida del trabajo...- repercuten en el funcionamiento familiar. Frente a estos eventos o situaciones, se impone un proceso de adaptación, es decir, una transformación de las interacciones y de las reglas familiares capaces de mantener, por un lado, la continuidad de la familia y, por otro, permitir el crecimiento de sus miembros (Martínez-Ferrer, Moreno-Ruiz, Musitu, 2012).

Desde una perspectiva normativa, se considera que la familia progresa a través de una serie de etapas o puntos nodales en su desarrollo. En cada punto nodal del ciclo vital, la familia se reorganiza con el fin de acceder con éxito a la siguiente fase. En estas transiciones evolutivas, una etapa particularmente crítica para el equilibrio familiar, es la adolescencia. En esta etapa -la familia con hijos adolescentes- tienen lugar, importantes cuestionamientos en relación con la interacción familiar. Las modalidades habituales de funcionamiento que hasta entonces han sido utilizadas con éxito -cuando los hijos eran pequeños-, resultan ahora inadecuadas. Los temas de autonomía y de control deben renegociarse, permitiendo de este modo la separación o distanciamiento gradual del adolescente con la familia. Para algunas familias, esta fase representa una etapa especialmente estresante al aumentar de forma importante los conflictos y discusiones familiares (Estevez y Musitu, 2016).

La familia en esta fase de su estadio vital se encuentra por lo tanto con la tarea de sincronizar dos fuertes movimientos antagónicos: por una parte, la tendencia del sistema hacia la unidad (mantenimiento de lazos afectivos y sentimiento de pertenencia) y, por otra, la facilitación de la diferenciación y de la autonomía de sus miembros (Olson, 1991). La pérdida de equilibrio que genera este tránsito puede impulsar un nuevo movimiento que favorecerá el crecimiento familiar, o por el contrario, ser el objeto de un estancamiento temporal en el desarrollo familiar (Martínez-Ferrer, Moreno-Ruiz, Musitu, 2012).

Además de estas fuentes normativas de estrés familiar asociadas a cada etapa del ciclo vital, la familia está condicionada a vivir otros eventos estresantes inesperados o no normativos, tales como crisis económicas, muerte repentina o enfermedad crónica de alguno de sus miembros. Estas fuentes no normativas de estrés familiar, a diferencia de los estresores normativos como son los que se asocian a su ciclo vital, no son previsible, en el sentido de que no se espera que ocurran como parte

de su desarrollo familiar. Al contrario, son eventos inesperados, de aparición generalmente abrupta y con la suficiente magnitud como para inducir importantes cambios en el sistema familiar. Este tipo de estresor no tiene por qué ser negativo sino que puede ser positivo -ganar la lotería-. Lo importante es el manejo que haga la familia de este estresor situacional y que dependerá de la percepción que de él tenga la familia. Si los recursos están ya saturados o agotados por haber afrontado otros cambios vitales, los miembros de la familia pueden ser incapaces de hacer posteriores ajustes frente a estresores sociales adicionales. Un esfuerzo en la dirección de delimitar los factores que intervienen en el ajuste familiar frente a la acumulación de estresores, es el modelo M.E.F.A.D. que analizaremos a continuación.

MODELO DE ESTRÉS

La adolescencia supone una etapa de transición entre la niñez y la edad adulta. Además, los cambios físicos, cognitivos y sociales que vive el adolescente exigen determinadas adaptaciones en el sistema familiar. Los adolescentes demandan un papel más activo en la toma de decisiones familiares, conceden una importancia creciente a determinadas relaciones sociales establecidas en un contexto diferente del familiar (amigos, pareja, pandilla) y, con frecuencia, se implican en conductas de riesgo. Estos comportamientos, ligados a la necesidad de afirmación de su identidad y de separación del núcleo familiar, son percibidos por la propia familia como estresores, en la medida en que obligan a importantes reestructuraciones en el sistema familiar.

No obstante, esta transición no es experimentada en los mismos términos por todos los adolescentes, y no todas las familias afrontan estos cambios del mismo modo. En algunos casos, los adolescentes continúan durante esta etapa una trayectoria evolutiva que se caracteriza por la adaptación social. En otras ocasiones, sin embargo, los adolescentes se implican en conductas poco adaptativas como el consumo abusivo de sustancias, la comisión de actos delictivos, la violencia, etc.

Ahora bien, ¿Qué determina la mayor o menor implicación del adolescente en conductas desadaptadas? Evidentemente, no hay una única respuesta a esta cuestión. Sin embargo, la mayoría de los modelos que analizan los factores protectores y de vulnerabilidad durante la adolescencia incluyen el sistema familiar como un elemento fundamental. En este contexto, aspectos tales como la flexibilidad del sistema familiar para adaptarse a los cambios que requiere el adolescente, la capacidad de establecer una comunicación abierta y fluida entre sus miembros, así como su adecuada vinculación emocional, inciden en la mayor o menor vulnerabilidad del adolescente. De esta forma, cuando los aspectos del sistema familiar señalados previamente son favorables, el adolescente suele disponer también de más recursos personales (autoestima) y sociales (apoyo social) con los que afrontar los cambios que implica la adolescencia; y, en consecuencia, es menos vulnerable a desarrollar conductas antisociales y de riesgo para su salud.

DESCRIPCIÓN DEL MODELO M.E.F.A.D

Este modelo permite analizar el ajuste familiar, así como el bienestar psicosocial de sus miembros, en aquellas familias con un hijo o hija adolescente. En concreto, el modelo explora aquellas variables familiares que favorecen o dificultan esta transición. Su objetivo es facilitar a los profesionales (psicólogos, trabajadores sociales, pedagogos, educadores sociales) una guía y un instrumento útil a través del cual evaluar el sistema familiar y conocer qué elementos requieren una mayor atención, o una intervención, para propiciar el adecuado desarrollo psicosocial de los diferentes integrantes del sistema familiar, incluyendo, por supuesto, al adolescente.

Este modelo tiene como precedentes directos el modelo de Hill (1949), el modelo circunplejo de Olson (1979, 1991) y el modelo de McCubbin y Thompson (1987). Por otra parte, son también

EL MODELO DE ESTRÉS FAMILIAR EN LA ADOLESCENCIA: MEFAD

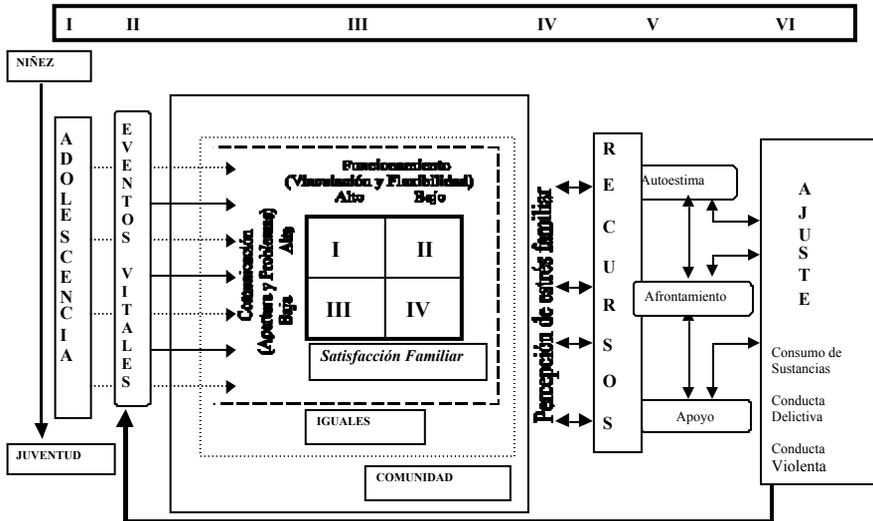
referentes del modelo, el acercamiento ecológico de Bronfenbrenner (1979), en el que se subraya la importancia de incluir en el análisis del desarrollo del sujeto su entorno social -familia, escuela, comunidad y sistema cultural, económico y social-, y el modelo de bienestar psicosocial de Lin y Ensel (1989), que señala la relevancia de la potenciación de los recursos personales -autoestima- y sociales -apoyo social- del individuo como una forma eficaz de mejorar su bienestar psicosocial.

El Modelo de Estrés Familiar en la Adolescencia (modelo M.E.F.A.D.) incluye los siguientes factores: (1) el sistema familiar y su capacidad para potenciar u obstruir el desarrollo de sus miembros; (2) la posible presencia en la familia de estresores acumulados; (3) la propia adolescencia como un estresor que obliga a cambios en la organización del sistema familiar; (4) la percepción de estrés que tienen los integrantes de la familia; (5) los recursos personales y sociales de los integrantes de la familia; y, (6) su ajuste y adaptación psicosocial. En total, se trata de 6 factores, que, a continuación se describe brevemente. El modelo, y las relaciones existentes entre sus elementos, se muestran en la figura 1.

Factor I. Adolescencia

El primer elemento o factor que se incluye en el modelo es la adolescencia como una parte trascendental del ciclo evolutivo de los seres humanos. Como ya hemos señalado, la adolescencia supone una etapa de transición desde la niñez a la juventud que se caracteriza por importantes cambios físicos, psicológicos y sociales. Estos cambios obligan al sistema familiar a importantes reorganizaciones. De hecho, en modelos teóricos del ciclo vital de la familia se menciona el comienzo de la adolescencia en los hijos como una de las principales transiciones de la vida familiar. Este proceso de separación y de búsqueda de autonomía que se inicia al final de la niñez y que se desarrolla y se consolida durante la adolescencia influye en gran medida en el funcionamiento familiar.

Figura 1.
Modelo de Estrés Familiar en la Adolescencia (Modelo E.F.A.)



FACTOR II. EVENTOS VITALES ESTRESANTES

Obviamente, el periodo de la adolescencia y lo que lleva implícito, no constituye el único evento que incide en el sistema familiar. De hecho, son numerosos los acontecimientos que, de un modo cotidiano, obligan al sistema familiar a pequeños o grandes reajustes.

Los eventos vitales son acontecimientos que generan, o tienen el potencial de generar, cambios en diversas parcelas de la vida familiar. Algunos de estos eventos son normativos, esto es, acontecimientos que ocurren como parte del ciclo vital de la familia como, por ejemplo, el reajuste de las relaciones con la familia extensa cuando nace un hijo, o cambios en las relaciones paterno-filiales cuando el hijo es adolescente. Otros eventos no son normativos y no son previsibles al no formar parte del ciclo vital como, por ejemplo, tener un accidente grave de tráfico o recibir de forma imprevista una herencia. Estos eventos y transiciones vitales pueden constituirse en estresores de mayor o menor severidad en función del grado de demandas que generan en la familia. Si la demanda de recursos o capacidades familiares es demasiado alta puede llegar a amenazar la estabilidad de la familia.

Además, en ocasiones, la familia puede encontrarse en una situación de mayor vulnerabilidad al actuar al mismo tiempo varios estresores, o al acumularse varias tensiones previas como consecuencia de otras crisis no resueltas satisfactoriamente. Así, por ejemplo, el impacto de un evento estresor económico será probablemente más problemático para las familias que tienen dificultades para hacer frente a la adolescencia de sus hijos o aquellas que tienen un miembro con una enfermedad crónica, ya que se produce una acumulación de cambios vitales y tensiones, a la vez que se produce un agotamiento o merma de los recursos interpersonales, sociales y económicos. Igualmente, si el ajuste del adolescente no es satisfactorio, y esto deriva en conductas tales como la violencia, tema central de este simposio, el abuso de sustancias, la comisión de actos delictivos o el desarrollo de síntomas depresivos. Estas circunstancias se convierten en nuevos estresores para el sistema familiar.

FACTOR III. SISTEMA FAMILIAR

Todas las familias experimentan eventos estresantes. Evidentemente, algunos son de mayor severidad que otros, y en ocasiones un mismo sistema familiar puede verse obligado a afrontar un gran número de estresores en un breve espacio temporal. Sin embargo, la valoración del estresor, su afrontamiento y, también, en parte, la ocurrencia de algunos estresores, difiere en función de cómo funciona el sistema familiar. En concreto, el tipo de interacciones y de comunicación que se generan en su seno afecta a los recursos de los que disponen sus integrantes y, en consecuencia, incide también en su ajuste y adaptación. Centrándonos en el sistema familiar, dos son los grandes recursos de que dispone la familia: un funcionamiento familiar satisfactorio y una comunicación entre los miembros de la familia positiva y abierta.

En primer lugar, en cuanto al *funcionamiento familiar*, éste se define como el conjunto de rasgos que caracterizan a la familia como sistema y que explican las regularidades encontradas en la forma cómo el sistema familiar opera, evalúa o se comporta (McCubbin y Thompson, 1987). Se trata de uno de los principales referentes conceptuales que permiten diferenciar unas familias de otras y que posibilita, además, aventurar cuál será su futuro curso de desarrollo. En el modelo M.E.F.A.D. se han identificado dos grandes dimensiones del funcionamiento familiar: la flexibilidad y la vinculación emocional entre los miembros del sistema familiar.

La flexibilidad se relaciona con la capacidad que tiene el sistema familiar para cambiar los roles, las reglas y la estructura de poder, en respuesta al estrés situacional y al propio del desarrollo. En este sentido, la flexibilidad hace referencia a la habilidad que tiene el sistema para cambiar sus

EL MODELO DE ESTRÉS FAMILIAR EN LA ADOLESCENCIA: MEFAD

estructuras (en un sentido similar al de Beavers et al., 1983) y no a la existencia de cambios constantes. Asimismo, en este modelo se asume una relación lineal entre flexibilidad del sistema familiar y un funcionamiento familiar adecuado. Se trata, por tanto, de una consideración diferente de la planteada por Olson y colaboradores (1979) que defienden una relación curvilínea entre la flexibilidad del sistema familiar y el funcionamiento adaptativo. Según Olson y colaboradores (1979), niveles excesivamente altos y excesivamente bajos de flexibilidad resultan igualmente poco adaptativos. Sin embargo, para McCubbin y Thompson (1987) esta relación es lineal, opinión que compartimos. Desde esta perspectiva, un nivel elevado de flexibilidad no equivale a la existencia de cambios continuos sino a la capacidad de cambio que tiene el sistema. En consecuencia, un nivel elevado de flexibilidad familiar en el modelo que planteamos es altamente adaptativo.

Por otra parte, la vinculación emocional se define como la cohesión que los miembros de la familia mantienen entre sí. Al igual que la dimensión de flexibilidad, se considera que la relación entre vinculación familiar y funcionamiento familiar adecuado es una relación lineal, es decir, cuanto mayor es la vinculación emocional entre los miembros de la familia, más adaptado es el funcionamiento de la misma. Compartimos, por tanto, también en este caso, la consideración de McCubbin y Thompson (1987) respecto de la linealidad de la relación entre estas dos variables.

Además, consideramos también que ambas dimensiones no son independientes entre sí, es decir, que flexibilidad y vinculación emocional suelen estar asociadas en el sistema familiar de modo tal que, con frecuencia, las familias con altos niveles de vinculación emocional son también familias más flexibles, e inversamente, aquellas familias poco flexibles suelen manifestar también una menor vinculación emocional. En consecuencia, a partir de las dos dimensiones citadas, se pueden señalar dos tipos de familias:

- Familias altas en funcionamiento familiar: son familias que se caracterizan por un alto grado de vinculación emocional entre sus miembros y por su gran capacidad para cambiar las estructuras familiares, en función de las demandas.
- Familias bajas en funcionamiento familiar: se trata de familias con escasa flexibilidad y baja vinculación emocional.

Por otra parte, se debe resaltar también la importancia de otro gran recurso del sistema familiar: la comunicación. A diferencia del funcionamiento familiar, la comunicación familiar no se contempla habitualmente en los modelos de estrés como uno de los recursos que definen la familia ajustada. Más bien, en estos modelos se tiende a subsumir la comunicación familiar en otros aspectos más generales como la integración familiar o los patrones de interacción familiar. Sin embargo, los estudios que vinculan la comunicación padres-hijos con el desarrollo del adolescente han puesto de manifiesto cómo los patrones de comunicación familiar varían durante la adolescencia.

La comunicación familiar constituye una dimensión facilitadora, y puede entenderse como el clima general a partir del cual interpretar las interacciones en el seno de la familia. Es, por tanto, preciso un análisis detallado de esta dimensión, evaluando no sólo la presencia de problemas sino también la presencia de comunicación abierta, puesto que una relación aparentemente sin conflicto puede ser el resultado de un conflicto grave, resuelto con estrategias de evitación por parte de una o de las dos personas implicadas. En este sentido, Olson y colaboradores (1983) distinguen lo que sería la apertura en la comunicación -comunicación positiva, basada en la libertad, el libre intercambio de información, la comprensión y la satisfacción experimentada en la interacción- de los problemas en la comunicación -comunicación poco eficaz, excesivamente crítica o negativa en la día-da-.

Al igual que en el caso del funcionamiento familiar, también la comunicación nos permite diferenciar dos tipos de familias:

- Familias altas en comunicación familiar: caracterizadas por una comunicación abierta y por la ausencia de problemas de comunicación.
- Familias bajas en comunicación familiar: se trata de familias con una escasa apertura en la comunicación y con la existencia de problemas en la misma.

Finalmente, si consideramos conjuntamente ambos recursos familiares (ver figura 1) podemos obtener la siguiente tipología familiar:

Tipo I: Familias Potenciadoras (altas en recursos familiares): estas familias tienen un funcionamiento y una comunicación familiar altamente satisfactorios.

Tipo II y Tipo III: Familias parcialmente Potenciadoras (medias en recursos familiares): estas familias se caracterizan por una escasa flexibilidad y vinculación familiar, aunque la comunicación entre sus integrantes es positiva y carente de problemas (Tipo II), o bien, por una adecuada flexibilidad y vinculación emocional, pero con una comunicación familiar no del todo satisfactoria (Tipo III).

Tipo IV: Familias Obstructoras (bajas en recursos familiares): estas familias se caracterizan por su pobre vinculación y flexibilidad familiar, y por una comunicación problemática.

A partir de lo expuesto, puede inferirse que las familias pertenecientes a esta última tipología (familias con pobres recursos familiares) tienen más dificultades para afrontar las situaciones estresantes. Se trataría, por tanto, de familias más vulnerables y en las cuales es más probable que sus integrantes manifiesten problemas de ajuste psicosocial. Igualmente, y puesto que la valoración del estrés familiar está muy relacionada con la disponibilidad de recursos para afrontar los estresores, es también más probable que en estas familias la percepción de estrés sea mayor. No obstante, a este respecto debemos también considerar el grado de satisfacción familiar puesto que niveles similares de funcionamiento familiar pueden ser percibidos como satisfactorios o insatisfactorios.

FACTOR IV. PERCEPCIÓN DE ESTRÉS FAMILIAR

El estrés familiar hace referencia a la valoración de los eventos vitales por la familia, es decir, la interpretación más o menos amenazante del evento vital o transición que efectúa el sistema familiar en función de los recursos familiares de los que dispone. En este sentido, tal y como señalábamos anteriormente, una familia con un funcionamiento y una comunicación familiar deficitarios valorará y experimentará de un modo más amenazante transiciones vitales como la adolescencia. En estas familias, además, es probable que los recursos personales y sociales de los miembros de la familia sean también deficientes, puesto que existe una importante relación entre el funcionamiento y la comunicación familiar y recursos tales como la autoestima. Estos recursos son también considerados en la valoración del estresor, al tiempo que su carencia constituye, en sí misma, una nueva fuente de estrés.

FACTOR V. RECURSOS

Las familias potenciadoras, es decir, aquellas que tienen un funcionamiento y una comunicación adecuados, normalmente, no sólo perciben menos estrés familiar sino que también favorecen el desarrollo psicosocial de sus miembros. En este sentido, cabe señalar que recursos tales como la autoestima, las estrategias de afrontamiento y el apoyo social son habitualmente citados en el análisis del ajuste psicosocial. Así, aquellos adolescentes con mayor autoestima y apoyo, y que utilizan

EL MODELO DE ESTRÉS FAMILIAR EN LA ADOLESCENCIA: MEFAD

estrategias de afrontamiento más eficaces, atraviesan la etapa de la adolescencia de un modo más favorable.

Además, estos recursos se encuentran fuertemente relacionados entre sí, así como con las dinámicas del sistema familiar. De hecho, la autoestima, es decir, la valoración que el sujeto mantiene acerca de sí mismo, tiene su origen en los procesos de interacción social. Así, por ejemplo, aquellos niños y adolescentes que perciben unas relaciones positivas con sus padres, que tienen un vínculo seguro con ellos y que participan en una dinámica familiar que se caracteriza por el afecto, el razonamiento y la negociación de las normas familiares interiorizan también una imagen positiva de sí mismos.

Con respecto a las *estrategias de afrontamiento* familiar, éstas hacen referencia al tipo de estrategias cognitivas y conductuales, y de resolución de problemas, que la familia, como sistema, utiliza durante las situaciones problemáticas. Estas estrategias se corresponden con las regularidades en las respuestas ante los problemas por los que atraviesa la familia. Algunas estrategias familiares, tales como “mantener la cooperación y la integración familiar”, pueden ser un recurso ante los eventos vitales.

Finalmente, otro importante recurso es el apoyo social. Este recurso social es también citado en los modelos de estrés individual por su incidencia directa e indirecta -mediando el efecto negativo de los eventos vitales negativos- en el bienestar psicosocial (Lin y Ensel, 1989). Además del apoyo social de personas significativas fuera del contexto familiar (amigos o pareja, por ejemplo), el apoyo social en la familia es otra de las características que se han destacado en los estudios sobre familia y ajuste. Tanto el apoyo informacional como el emocional, y el sentimiento de aceptación que lo acompaña, tiene importantes repercusiones en el bienestar de los miembros de la familia. Específicamente, en el caso del adolescente es importante que sienta el apoyo del padre, de la madre y de los hermanos. Asimismo, es necesario recordar las importantes conexiones entre el apoyo social, sobre todo el apoyo emocional, y la autoestima. En este sentido, los adolescentes que perciben más apoyo familiar también expresan mayor autoestima familiar.

FACTOR VI. AJUSTE

Por último, en el modelo M.E.F.A.D. se considera la evaluación del grado de ajuste psicosocial del adolescente. Su mayor o menor ajuste influye y es influido por el ajuste familiar. En primer lugar, es influido puesto que el sistema familiar (su funcionamiento, la calidad de la comunicación entre sus miembros y su capacidad de afrontamiento) incide, de un modo altamente significativo, en los recursos y la adaptación psicosocial del adolescente. En segundo lugar, el grado de adaptación del adolescente influye también en el sistema familiar, puesto que su implicación en conductas delictivas, su consumo abusivo de sustancias o el desarrollo de una sintomatología depresiva, como ejemplos de desarrollo psicosocial poco adaptativo, se convierten en nuevos estresores para el sistema familiar.

De esta forma, este sexto factor de análisis, el ajuste psicosocial del adolescente, no supone el final del ciclo sino todo lo contrario. En las familias con un alto grado de desajuste familiar y con un pobre bienestar psicosocial de sus miembros, estas circunstancias se convierten en nuevas tensiones que se acumulan con los posibles estresores crónicos y las viejas tensiones no resueltas. Así, la acumulación de estresores en las familias disfuncionales contribuye a exacerbar, aún más, sus problemas, perpetuándose un estado de desequilibrio que requiere en muchos casos de la intervención de sistemas formales de apoyo.

REFERENCIAS

- Arnett, J. J. (1999). Adolescent storm and stress, reconsidered. *American Psychologist*, 54, 317-326.
- Beavers, W.R. y Voeller, M.N. (1983). Family models: Comparing and contrasting the Olson circumplex model with the Beavers system model. *Family Process*, 22, 85-98.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Cambridge, Massachusetts: Harvard University Press (Trad. cast.: *Ecología del desarrollo humano*. Barcelona: Paidós. 1987).
- Cava, M.J. y Musitu, G. (2000). *La potenciación de la autoestima en la escuela*. Barcelona: Paidós.
- Compas, B.E., Hinden, B.R. y Gerhardt, C.A. (1995). Adolescent development: Pathways and processes of risk and resilience. *Annual Review of Psychology*, 46, 265-293.
- Estevez, E., y Musitu, G. (2016). *Intervención psicoeducativa en el ámbito familiar, social y comunitario*. Madrid, Paraninfo.
- Martínez-Ferrer, B., Moreno-Ruiz, D., Musitu, G. *El tránsito del adolescente: Retos y oportunidades*. Valencia, Ediciones Palmerto.
- Lin, N. (1986). Conceptualizing social support. En N. Lin, A. Dean y W. Ensel (Eds.), *Social Support, Life Events, and Depression*. New York: Academic Press.
- Lin, N. y Ensel, W.M. (1989). Life stress and health: Stressors and resources. *American Sociological Review*, 54, 382-399.
- Lin, N., Dean, A. y Ensel, W. (Eds.) (1986). *Social support, life events and depression*. Nueva York: Academic Press.
- McCubbin, H. I., Thompson, A. I. y McCubbin, M. A. (1996). *Family assessment: resiliency, coping and adaptation. Inventories for research and practice*. Madison, Wisconsin: University of Wisconsin Publishers.
- McCubbin, H. y McCubbin, M. (1987). Family stress theory and assesment: the T-Double ABCX Model of Family Adjustment and Adaptation. En H. McCubbin y A. Thompson (Eds.), *Family Assesment for research and practice*. Madison: University of Wisconsin, Madison.
- McCubbin, H. y Thompson, A. (1987). Family stress theory and assessment: The T-Double ABCX Model of Family Adjustment and Adaptation. En H. McCubbin y A. Thompson (Eds.), *Family assessment for research and practice*. Madison: University of Wisconsin, Madison.
- Olson, D.H. (1991). Commentary: Three-dimensional (3-D) circumplex model and revised scoring of FACES III. *Family Process*, 30, 74-79.
- Olson, D.H. McCubbin, H., Barnes, H. et al. (1982). *Family inventories*. Family Social Science, University of Minnesota, St. Paul, Minnesota.
- Olson, D.H., McCubbin, H. y Barnes, H. (1983). *Families what makes them work*. Beverly Hills: Sage.
- Olson, D.H., Sprenkle, D. y Russell, C. (1979). Circumplex model of marital and family systems I: Cohesion and adaptability dimensions, family types and clinical applications. *Family Process*, 18, 3-28.

