

Satisfacción y estrés familiar en una muestra de mujeres adultas y sus implicaciones en el ámbito educativo

Family satisfaction and stress in a sample of adult women and their implications in the educational setting

DRA. LAURA VIQUEIRA GUTIÉRREZ
Universidade da Coruña
ORCID: 0000-0003-1456-8919

DRA. ROCÍO GONZÁLEZ-SUÁREZ
Universidade da Coruña
ORCID: 0000-0002-7065-1015

DRA. TANIA VIEITES LESTÓN
Universidad Complutense de Madrid
ORCID: 0000-0003-4440-0201

Recibido: 13/03/2025
Aceptado: 22/09/2025
doi: 10.20318/femeris.2026.10147

Resumen. El divorcio es un evento familiar estresante que puede tener efectos negativos duraderos en los hijos/as, incluso en la adultez. En este contexto, la ruptura marital de los padres puede influir en el desarrollo emocional y relacional de los hijos/as, haciendo que la figura de una pareja estable se vuelve fundamental en la vida adulta, ya que proporciona un modelo de relaciones afectivas que puede incidir en el bienestar emocional y en la capacidad de establecer vínculos saludables. La investigación incluyó a 233 mujeres, de entre 26 y 60 años (media = 34.21 años), y utilizó un cuestionario sociodemográfico, la escala de estrés y satisfacción familiar, y el cuestionario de apego adulto. El estudio tenía como objetivos analizar la relación entre el divorcio de los padres y el estrés y la satisfacción familiar, así como explorar la influencia de tener o no una pareja estable en las dimensiones del apego adulto. Los resultados mostraron que las mujeres provenientes de familias divorciadas experimentaban mayor estrés familiar y menor satisfacción familiar en comparación con aquellas cuyos padres no se habían divorciado. Además, el estrés familiar se vinculó negativamente con la satisfacción familiar y positivamente con la autosuficiencia emocional y la resolución hostil. Por otro lado, la satisfacción familiar se relaciona positivamente con la expresión de sentimientos y negativamente con el estrés familiar y la baja autoestima. En cuanto a las mujeres sin pareja estable,

*viqueiragutierrezlaura@gmail.com

**rocio.gonzalez.suarez@udc.es

***taniavie@ucm.es

presentaron mayores puntuaciones en baja autoestima, necesidad de aprobación, miedo al rechazo, autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad. Dado que no se habían realizado estudios previos sobre este tema, este trabajo podría aportar valiosa información y abrir nuevas líneas de investigación.

Palabras clave: Divorcio, estrés familiar, satisfacción familiar, apego adulto.

Abstract. Divorce is a stressful family event that can have lasting negative effects on children, even in adulthood. In this context, the marital breakdown of parents can influence the emotional and relational development of children, making the figure of a stable partner fundamental in adult life, since it provides a model of affective relationships that can affect emotional well-being and the ability to establish healthy bonds. The research included 233 women, aged between 26 and 60 years (mean = 34.21 years), and used a sociodemographic questionnaire, the Family Stress and Satisfaction Scale, and the Adult Attachment Questionnaire. The objectives of the study were to analyze the relationship between parental divorce and stress and family satisfaction, as well as to explore the influence of having or not having a stable partner on the dimensions of adult attachment. The results showed that women from divorced families experienced greater family stress and lower family satisfaction compared to those whose parents had not divorced. In addition, family stress was negatively linked to family satisfaction and positively linked to emotional self-sufficiency and hostile resolution. On the other hand, family satisfaction was positively related to the expression of feelings and negatively to family stress and low self-esteem. As for women without a stable partner, they presented higher scores in low self-esteem, need for approval, fear of rejection, emotional self-sufficiency and discomfort with intimacy. Given that no previous studies had been conducted on this topic, this work could provide valuable information and open up new lines of research.

Keywords: Divorce, family stress, family satisfaction, adult attachment.

1. Introducción

El divorcio parental no deja de tener consecuencias cuando los hijos alcanzan la edad adulta. Aunque sus efectos tienden a variar de los observados en la infancia, estudios recientes evidencian que la experiencia podría afectar a la salud mental, a las relaciones familiares e incluso a las propias trayectorias vitales (Amato, 1988; Lin et al., 2023).

En cuanto al estrés familiar, este constructo se asocia con consecuencias significativas tanto para el bienestar psicológico, como para las relaciones interpersonales o la salud física. Cuando los adultos tienen que hacer frente a conflictos de pareja, cargas emocionales y otras tensiones familiares, podría ser común observar síntomas de ansiedad, estrés crónico o aislamiento (Mei et al., 2022).

Por otro lado, la satisfacción familiar, actúa como un factor protector. Asimismo, una familia que cuente con un buen clima emocional en el que sus integrantes puedan expresar sus opiniones y se sientan apoyados, suele mitigar los efectos adversos del estrés, contribuyendo de esta manera en el aumento de la satisfacción vital, la resiliencia y la salud mental (Morales-Almeida y Nunes, 2024).

El objetivo principal de la presente investigación es analizar la relación entre el divorcio de los progenitores y la satisfacción y el estrés familiar en la adultez. En lo concerniente a la focalización del estudio en mujeres, esta elección responde a la necesidad de comprender cómo las construcciones sociales de género inciden en la experiencia del divorcio parental.

2. Marco teórico

Las dinámicas familiares han sido objeto de estudio en múltiples disciplinas debido a su impacto en el bienestar emocional y social de sus miembros. Dentro de este campo, la satisfacción familiar y el estrés han sido analizados como elementos clave para comprender la estabilidad y funcionalidad de las familias. Factores como la cohesión, la adaptabilidad y la comunicación han sido identificados como determinantes en la percepción de satisfacción dentro del núcleo familiar, mientras que situaciones estresantes, como conflictos interpersonales o cambios estructurales, pueden afectar negativamente este equilibrio (López-Larrosa, 2009).

Olson y Wilson (1982) definieron la satisfacción familiar como el grado en que un individuo percibe el desarrollo de su familia en función de la cohesión y la adaptabilidad del sistema familiar. Posteriormente, este concepto fue abordado a través del Modelo Circunflejo de Olson (2011), que se basa en tres dimensiones fundamentales: adaptabilidad, cohesión y comunicación. Estas dimensiones interactúan para determinar el funcionamiento familiar y, en consecuencia, el nivel de satisfacción de sus miembros (Olson, 2011). Dos de las principales hipótesis del Modelo Circunflejo plantean que las familias equilibradas presentan mayores niveles de satisfacción familiar y que aquellas con altos niveles de satisfacción familiar tienden a desarrollar una mejor comunicación (Olson, 2000; Olson, 2010).

El estrés familiar es otro factor clave en la dinámica del sistema familiar. Dado que la familia está en constante transformación, funciona como un sistema activo que debe afrontar tensiones tanto internas como externas, las cuales pueden afectar su equilibrio. La capacidad de adaptación ante estos estresores es fundamental para preservar la estabilidad del sistema y fomentar el desarrollo individual de sus miembros (Martínez-Ferrer et al., 2012).

A lo largo del ciclo vital, pueden surgir estresores normativos, propios de cada etapa de la vida, así como eventos inesperados o no normativos, tales como la pérdida de un ser querido, problemas económicos o enfermedades. No obstante, la naturaleza del impacto de estos eventos depende de los recursos y estrategias de afrontamiento disponibles en la familia. En caso de que estos recursos se vean sobrepasados, la capacidad de la familia para gestionar nuevos estresores podría verse comprometida (Martínez-Ferrer et al., 2012). Estudios recientes han identificado que las principales fuentes de estrés familiar incluyen las obligaciones domésticas y el gasto económico excesivo (Jurado-Pérez et al., 2017). Además, Riquelme-Segura et al. (2023) encontraron que reducir la carga de responsabilidades familiares y laborales, así como el manejo de emociones como la ansiedad, el estrés y la depresión, son aspectos clave para mejorar la satisfacción familiar en contextos de crisis.

Diversas investigaciones han analizado la interacción entre estrés y satisfacción familiar en el contexto laboral. Por ejemplo, Jiménez-Figueroa et al. (2011) encontraron que un mayor nivel de satisfacción y apoyo familiar se asocia con una menor incidencia de conflictos entre trabajo y familia. Hallazgos similares fueron reportados por Acebo y Samada (2020), quienes identificaron que el estrés familiar puede tener un impacto negativo en el rendimiento laboral.

El divorcio representa un evento estresante significativo que afecta a todos los miembros de la familia, con consecuencias negativas para su bienestar psicológico y social. Los niños suelen ser los más vulnerables a sus efectos (Sánchez-Yunta y Bolaños-Cartujo, 2018). Definido como la disolución del vínculo matrimonial, el divorcio también puede entenderse como un indicador de transformación familiar y social (Castrillón, 2021). Holmes y Rahe (1967) lo identificaron como un evento vital estresante debido a su impacto en la estructura familiar y en las emociones de sus miembros, generando ansiedad y malestar (Serrano, 2006).

Aunque los hijos de padres divorciados suelen expresar preferencia por la convivencia de sus progenitores a pesar de los conflictos (Serrano, 2006), estudios como el de Wallerstein et al. (2000) han demostrado que estos niños tienden a presentar una menor adaptación y mayor insatisfacción, así como una mayor predisposición a problemas de salud. Además, recurren en mayor medida a la ayuda psicológica en comparación con los hijos de familias intactas (Serrano, 2006). Asimismo, se ha observado que muchos hijos asumen roles parentales que no les corresponden, lo que podría generar consecuencias negativas en su desarrollo (Orgilés y Samper, 2009).

El presente estudio tiene como objetivo analizar la relación entre el divorcio de los progenitores y la satisfacción y el estrés familiar en la adultez. Aunque no se han encontrado estudios que aborden estos constructos en esta etapa, investigaciones previas en la adultez emergente sugieren que los hijos de padres divorciados experimentan mayor estrés familiar, menor satisfacción familiar, menor autoestima y peores relaciones con el padre varón (Viqueira-Gutiérrez y López-Larrosa, 2017, 2023; Viqueira-Gutiérrez, 2024).

Otro objetivo central de esta investigación es examinar la relación entre el hecho de tener o no pareja estable y la variable individual de apego adulto. Bowlby (1969) define el apego como un vínculo afectivo esencial para el bienestar psicológico y físico, que se inicia en la relación madre-hijo y se mantiene a lo largo de la vida. El tipo de apego adquirido en la infancia y adolescencia influye en las relaciones interpersonales en la adultez (Ortiz et al., 2022). Investigaciones recientes han encontrado que la falta de emocionalidad en la infancia está relacionada con relaciones de pareja disfuncionales, abuso psicológico y dependencia emocional en la adultez (Momeñe y Estévez, 2018). Guzmán y Contreras (2012) hallaron que las personas con apego seguro presentan mayores niveles de satisfacción marital en comparación con aquellas con apego inseguro. En parejas donde ambos miembros tienen apego seguro, se observan mayores niveles de satisfacción marital. Sin embargo, Asadi-Nikouyan (2025) no encontró evidencia significativa que relacionara la autoestima con la satisfacción marital.

En cuanto a la elección de focalizar la presente investigación en mujeres, ésta responde a la necesidad de comprender cómo las construcciones sociales de género inciden en la experiencia del divorcio parental, del apego y de la autoestima. Se ha evidenciado de manera consistente que las trayectorias post-divorcio no son homogéneas, sino que se hallan profundamente condicionadas por desigualdades estructurales y expectativas sociales vinculadas al género (Brüggen y Kreyenfeld, 2023).

Primeramente, cabe señalar que la sobrecarga de trabajo de carácter doméstico, así como de cuidados, constituye un factor clave en la decisión de disolver el vínculo conyugal. Pese a que los citados estudios se centran en las mujeres como cónyuges, sus hallazgos resultan de gran relevancia al considerar las repercusiones que dicho reparto desigual podría tener en las hijas, las cuales tienden a interiorizar estas dinámicas familiares. De esta manera, para muchas de las mujeres, el divorcio parental supone no solo una ruptura del núcleo familiar, sino también un proceso de reconfiguración de los modelos tanto de género como de apego (Moral-Jiménez y Mena-Baumann, 2024).

Asimismo, en segundo lugar, es preciso hacer referencia al impacto económico del divorcio, el cual presenta un sesgo de género ampliamente documentado. Si bien las investigaciones acostumbran señalar cómo las mujeres que se divorcian experimentan reducciones sostenidas de ingresos (Leopold, 2018), dicho deterioro económico repercute directamente en las hijas, las cuales deben enfrentar mayores riesgos de precariedad, así como cambios en su desarrollo personal, afectando igualmente su autoestima y sus estrategias de afrontamiento.

Por lo que respecta al apego, investigaciones transculturales han mostrado que las mujeres con estilos de apego evitativo tienden a mostrar menor satisfacción relacional y mayor dificultad en la resolución de conflictos, principalmente en contextos culturales caracterizados por normas de género rígidas. El apego no solo constituye un rasgo individual, sino que se ve modelado por expectativas sociales de feminidad y maternidad que influyen en la capacidad de reconstruir vínculos afectivos tras la ruptura de la pareja (Bretaña et al., 2024).

Finalmente, en cuanto a la autoestima, se ha evidenciado que dicho constructo actúa como factor mediador entre las experiencias adversas del divorcio y el bienestar subjetivo. En el caso de las hijas de padres divorciados, la autoestima se halla profundamente ligada tanto a la internalización de estigmas sociales como a la valoración del rol materno observado. Cuando las narrativas sociales del fracaso matrimonial se integran en la identidad personal, el impacto en la autoestima podría ser especialmente negativo, aumentando de esta forma el riesgo de malestar psicológico y dificultando los procesos de crecimiento postraumático (Kaleta y Mróz, 2023).

Por tanto, la focalización en mujeres del presente estudio se justifica dado que su experiencia del divorcio parental está mediada por condicionantes de género que influyen de manera significativa en la dinámica del apego y en la configuración de la autoestima. Estos factores no solo definen la forma en la que las mujeres enfrentan la ruptura, sino también de las posibilidades de reconstrucción social y emocional posteriores. Reconocer dicho hecho permite avanzar hacia una comprensión más concreta, precisa y sensible, contribuyendo a la construcción de intervenciones psicológicas y sociales que respondan de forma más adecuada a las necesidades de las mujeres hijas de padres divorciados (Rodríguez-Regordosa y Campos-Rivera, 2024).

Por consiguiente, considerando la ausencia de estudios que exploren la relación entre el divorcio parental, la satisfacción y el estrés familiar en mujeres adultas, así como la influencia del apego adulto en función de tener o no pareja estable, este estudio podría aportar información valiosa en esta área.

2.1. Objetivos

El presente estudio tiene como objetivo principal examinar la relación entre el divorcio de los progenitores y el estrés y la satisfacción familiar en mujeres adultas. De manera más específica, la investigación pretende:

- Analizar la relación entre el divorcio parental y las variables familiares de estrés y satisfacción, así como su vínculo con el apego adulto
- Explorar la relación entre la presencia o ausencia de una pareja estable y el apego adulto como variable individual

3. Metodología

3.1. Participantes

En el estudio participaron 233 mujeres de edades comprendidas entre los 26 y los 60 años (*media* = 34.21 años, *DT* = 7.72). Siguiendo la conceptualización de la adultez emergente propuesta por Arnett (2000), que abarca de los 18 a los 25 años, se estableció como criterio de inclusión que las participantes fueran mujeres mayores de 25 años.

La mayoría de las participantes residían en la comunidad de Madrid (27.5%) así como en otras comunidades autónomas como es el caso de Andalucía (22.7%), entre otras. El 84.1% de las participantes estaban trabajando. Por otro lado, la mayoría de las mujeres tenían pareja estable (77.3%). Por lo que respecta al divorcio de los progenitores, el 82.8% provenía de familias no divorciadas. En cuanto al nivel educativo de los padres, el 37.8% tenían estudios secundarios, el 33% estudios primarios o menos y el 29.2% estudios universitarios. En cuanto a las madres, el 40.8% tenían estudios secundarios, el 34.8% estudios primarios o menos y el 24.5% estudios universitarios.

3.2. Instrumentos

En primer lugar, se administró un cuestionario sociodemográfico, diseñado para recopilar información sobre variables relevantes como la edad, la provincia de residencia, el estado civil de los progenitores (divorciados o no), la presencia de una pareja estable y el nivel educativo de los padres.

Para evaluar la satisfacción familiar, se utilizó la Escala de Satisfacción Familiar (Sanz, 2008), compuesta por diez ítems, entre ellos: "El modo en que los problemas son tratados". Los participantes respondieron utilizando una escala tipo Likert de cinco puntos, que oscila entre 1 (Muy insatisfecho) y 5 (Muy satisfecho). En el presente estudio, la escala presentó una alta consistencia interna ($\alpha = .95$).

El estrés familiar se midió mediante la Escala de Estrés Familiar (Sanz, 2008), que consta de 20 ítems, tales como: "Suspensos en relación con el trabajo escolar de los hi-

jos/as". Las respuestas se registraron en una escala tipo Likert de cinco puntos, desde 1 (Nunca) hasta 5 (Muy frecuentemente). En la presente investigación, la escala mostró una consistencia interna de $\alpha = .86$.

Por último, para evaluar el apego adulto se empleó el Cuestionario de Apego Adulto (Melero y Cantero, 2008), compuesto por 40 ítems distribuidos en cuatro dimensiones: a) Baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo ("Cuando tengo un problema con otra persona, no puedo dejar de pensar en ello"), b) Resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad ("Creo que los demás no me agradecen lo suficiente todo lo que hago por ellos"), c) Expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones ("Me siento cómodo/a en las fiestas o reuniones sociales) y d) Autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad ("Cuando abrazo o beso a alguien que me importa, estoy tenso y parte de mí se siente incómodo"). Las respuestas se registraron en una escala Likert de seis puntos, que va desde 1 (Completamente en desacuerdo) hasta 6 (Completamente de acuerdo). En este estudio, las subescalas presentaron los siguientes coeficientes de consistencia interna: Baja autoestima ($\alpha = .87$), Resolución hostil ($\alpha = .80$), Expresión de sentimientos ($\alpha = .75$) y Autosuficiencia emocional ($\alpha = .66$).

3.3. Procedimiento

La recolección de datos se llevó a cabo mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, utilizando redes sociales como principal canal de difusión dado su potencial para alcanzar a una amplia variedad de participantes con características sociodemográficas diversas. Se diseñó un cuestionario en Microsoft Forms, el cual fue distribuido a través de un enlace compartido en publicaciones y grupos específicos dentro de la plataforma, maximizando así su visibilidad y alcance.

Para garantizar la ética en la investigación, se implementó un procedimiento de consentimiento informado al inicio del cuestionario. Antes de acceder a las preguntas, los participantes debían leer una declaración detallada sobre los objetivos del estudio, la voluntariedad de su participación, la confidencialidad de los datos y el derecho a retirar su participación en cualquier momento sin consecuencias. Solo aquellas que otorgaron su consentimiento explícito pudieron completar el cuestionario. Este enfoque aseguró que la recolección de datos cumpliera con los principios éticos de la investigación en ciencias sociales y psicológicas.

3.4. Análisis de datos

Para el análisis de los datos, se utilizó el software IBM SPSS Statistics versión 22. En primer lugar, se realizaron análisis descriptivos para caracterizar la muestra, incluyendo medidas de tendencia central y dispersión.

Para responder a los objetivos de la investigación, se llevaron a cabo análisis de varianza (ANOVA), en los cuales se consideraron como factores el divorcio de los progeni-

tores y la presencia o ausencia de una pareja estable, permitiendo examinar su influencia en las variables de interés. Adicionalmente, se realizaron regresiones lineales múltiples para evaluar la capacidad predictiva de diversas variables sobre el estrés y la satisfacción familiar. En estos modelos, se incluyeron como variables predictoras la baja autoestima, la resolución hostil de conflictos, la expresión de sentimientos, la autosuficiencia emocional y el nivel educativo de padre y madre. Esta estrategia analítica permitió determinar el peso relativo de cada variable en la predicción del estrés y la satisfacción familiar.

4. Resultados

Para dar respuesta al primer objetivo se llevó a cabo un análisis de varianza considerando como factor el divorcio de los padres (Sí/No). El análisis mostró valores significativos en las dos variables familiares: la satisfacción familiar (Tabla 1) y el estrés familiar (Tabla 2). En las dimensiones del apego adulto (baja autoestima, resolución hostil, expresión de sentimientos y autosuficiencia emocional) no se hallaron diferencias significativas (Tabla 3).

En relación a la satisfacción familiar, las mujeres cuyos padres no se habían separado presentaban una media significativamente más elevada ($media = 35.60$) que aquellas cuyos padres se habían divorciado ($media = 30.53$).

Tabla 1. Resultados del ANOVA (divorcio) con la variable satisfacción familiar.

Origen	Tipo III de suma de cuadrados	gl	F	Sig.	Eta parcial al cuadrado	Potencia observada
Modelo corregido	853,71	1	8,18	.00	.03	.81
Intersección	144879,30	1	1389,35	.00	.85	1,00
Divorcio	853,71	1	8,18	.00	.03	.81
Error	24088,25	231				
Total	305974,00	233				
Total Corregido	24941,96	232				

Sin embargo, sucedía lo contrario con la variable estrés familiar. Las mujeres cuyos padres se habían divorciado presentaban una media más elevada ($media = 46.50$) que las mujeres cuyos padres no lo estaban ($media = 41.04$).

Tabla 2. Resultados del ANOVA (divorcio) con la variable estrés familiar.

Origen	Tipo III de suma de cuadrados	gl	F	Sig.	Eta parcial al cuadrado	Potencia observada
Modelo corregido	989,09	1	6,95	.00	.02	.74
Intersección	253885,23	1	1784,94	.00	.88	1,00
Divorcio	989,09	1	6,95	.00	.02	.74

Origen	Tipo III de suma de cuadrados	gl	F	Sig.	Eta parcial al cuadrado	Potencia observada
Error	32856,74	231				
Total	444354,00	233				
Total Corregido	33845,84	232				

Tabla 3. Resultados del ANOVA (divorcio) con las variables baja autoestima, resolución hostil, expresión de sentimientos y autosuficiencia emocional.

	F	P
Baja autoestima	$F(1,231) = 1.27$.25
Resolución hostil	$F(1,231) = 1.05$.30
Expresión de sentimientos	$F(1,231) = 2.10$.14
Autosuficiencia emocional	$F(1,231) = .02$.87

A continuación, se realizó un análisis de regresión lineal múltiple por pasos considerando como variable criterio la satisfacción familiar por un lado y el estrés familiar por el otro y como predictoras la baja autoestima, la resolución hostil, la expresión de sentimientos, la autosuficiencia emocional y el nivel educativo de padre y madre (Tabla 4 y 5).

El análisis indicó que el estrés familiar junto con la expresión de sentimientos y la baja autoestima explicaban el 22% de la varianza de la satisfacción familiar. De modo que, cuanto más elevada era la puntuación en estrés familiar y en baja autoestima, menor era la satisfacción familiar. Por otro lado, cuanto más elevada era la puntuación en expresión de sentimientos, mayor era la satisfacción familiar.

Tabla 4. Resultados del análisis de regresión lineal múltiple por pasos con las variables predictoras (VP) estrés familiar, baja autoestima, resolución hostil, expresión de sentimientos, autosuficiencia emocional y nivel educativo de padre y madre en la variable satisfacción familiar.

	VP	R	R ²	R ² ajustado	F	β
Modelo 1	Estrés familiar	.41	.17	.17	$F(1,231) = 48.27^{***}$	-.41
Modelo 2	Estrés familiar Expresión de sentimientos	.46	.21	.21	$F(2,230) = 31.47^{***}$	-.38 .20
Modelo 3	Estrés familiar Expresión de sentimientos Baja autoestima	.48	.23	.22	$F(3,229) = 23.24^{***}$	-.33 .16 -.15

Nota. *** $p < .001$.

En el caso del estrés familiar, el análisis indicó que la satisfacción familiar junto con la autosuficiencia emocional y la resolución hostil explicaban el 25% de la varianza. De modo que cuanto más elevada era la puntuación en autosuficiencia emocional y resolución hostil, mayor era el estrés familiar. Sin embargo, cuanto más elevada era la puntuación en satisfacción familiar, menor era el estrés familiar.

Tabla 5. Resultados del análisis de regresión lineal múltiple por pasos con las variables predictoras (VP) satisfacción familiar, baja autoestima, resolución hostil, expresión de sentimientos, autosuficiencia emocional y nivel educativo de padre y madre en la variable estrés familiar.

	VP	R	R ²	R ² ajustado	F	β
Modelo 1	Satisfacción familiar	.41	.17	.17	$F(1,231) = 48.27^{***}$	-.41
Modelo 2	Satisfacción familiar Autosuficiencia emocional	.48	.23	.22	$F(2,230) = 34.46^{***}$	-.35 .24
Modelo 3	Satisfacción familiar Autosuficiencia emocional Resolución hostil	.50	.25	.25	$F(3,229) = 23.41^{***}$	-.33 .20 .17

Nota. *** $p < .001$.

Para dar respuesta al segundo objetivo se llevó a cabo un análisis de varianza considerando como factor tener pareja estable (Sí/No). El análisis mostró valores significativos en dos variables: baja autoestima (Tabla 6) y autosuficiencia emocional (Tabla 7). En las otras dimensiones del apego adulto (Resolución hostil y expresión de sentimientos) no se hallaron diferencias significativas (Tabla 8).

En relación a la baja autoestima, las mujeres que no tenían pareja estable presentaban una media significativamente más elevada ($media = 39.81$) que aquellas que sí tenían pareja estable ($media = 35.27$).

Tabla 6. Resultados del ANOVA (pareja estable) con la variable baja autoestima.

Origen	Tipo III de suma de cuadrados	gl	F	Sig.	Eta parcial al cuadrado	Potencia observada
Modelo corregido	845,65	1	6,01	.01	.02	.68
Intersección	230790,37	1	1640,92	.00	.87	1,00
Pareja estable	845,65	1	6,01	.01	.02	.68
Error	32489,31	231				
Total	340364,00	233				
Total Corregido	33334,97	232				

De igual modo sucedía con la variable autosuficiencia emocional, las mujeres que no tenían pareja estable presentaban una media significativamente más elevada ($media = 18.74$) que aquellas que sí tenían pareja estable ($media = 15.58$).

Tabla 7. Resultados del ANOVA (pareja estable) con la variable autosuficiencia emocional.

Origen	Tipo III de suma de cuadrados	gl	F	Sig.	Eta parcial al cuadrado	Potencia observada
Modelo corregido	406,91	1	14,92	.00	.06	.97
Intersección	48224,34	1	1766,52	.00	.88	1,00
Pareja estable	406,91	1	614,90	.00	.06	.97
Error	6306,05	231				

Origen	Tipo III de suma de cuadrados	gl	F	Sig.	Eta parcial al cuadrado	Potencia observada
Total	68622,00	233				
Total Corregido	6712,97	232				

Tabla 8. Resultados del ANOVA (pareja estable) con las variables resolución hostil y expresión de sentimientos.

	F	P
Resolución hostil	$F(1,231) = .02$.87
Expresión de sentimientos	$F(1,231) = 1.78$.18

5. Discusión y conclusiones

Los hallazgos de esta investigación no solo evidencian diferencias en la satisfacción y el estrés familiar entre mujeres provenientes de familias divorciadas y no divorciadas, sino que también muestran cómo las construcciones sociales de género moldean la experiencia del divorcio y sus efectos en la adultez. La mayor vulnerabilidad observada en las mujeres puede comprenderse a partir de expectativas culturales que les atribuyen la responsabilidad principal del cuidado familiar y de la gestión emocional en el hogar (Connell, 2009). Este rol tradicional podría contribuir a que ellas experimenten mayores niveles de estrés y una menor satisfacción familiar.

Asimismo, las diferencias halladas en las dimensiones del apego adulto entre mujeres con y sin pareja estable sería posible analizarlas desde una perspectiva feminista e interseccional. Por lo que respecta a la necesidad de aprobación y al miedo al rechazo, esta dimensión podría reflejar la internalización de las normas patriarcales que valoran a las mujeres principalmente en función de su capacidad para mantener vínculos afectivos estables. Por consiguiente, la ausencia de pareja no solo se relaciona con factores personales, sino que se integra en un contexto social, el cual estigmatiza la soltería femenina, condicionando la autoestima de las mujeres (Guilligan, 1982; Hooks, 2000).

Por otro lado, la relación entre la baja autoestima y la violencia de género, evidenciada a través de la literatura científica (Crenshaw, 1991; Fraser, 2013; Lara-Caba, 2019), también podría interpretarse desde un enfoque crítico. La socialización de género promueve la autoexigencia, la sumisión y la dependencia afectiva, aumentando la vulnerabilidad de las mujeres a relaciones desiguales y potencialmente violentas, lo cual sugiere que las intervenciones y los programas de apoyo no deberían enfocarse exclusivamente en factores individuales, sino también en la transformación de las normas de género que perpetúan estas desigualdades.

Para concluir, y en el ámbito educativo, los resultados de este estudio evidencian la necesidad de implementar políticas y programas con perspectiva de género que contemplen cómo las desigualdades estructurales inciden en el bienestar y en la trayectoria académica de las mujeres. Por ejemplo, la evaluación temprana del estrés familiar y de la

autoestima en los estudiantes podría complementarse con estrategias de empoderamiento orientadas a cuestionar los roles de género tradicionales, fortaleciendo la autonomía emocional y contribuyendo a desarticular patrones que se reproducen intergeneracionalmente (Wang y Yu, 2023).

Finalmente, este estudio presenta algunas limitaciones que deben ser consideradas. Se utilizó un muestreo no probabilístico, lo cual restringe la generalización de los resultados. Asimismo, no se incluyeron variables de control como el nivel socioeconómico o la maternidad, lo que limita la interpretación de las relaciones observadas. Por último, no se disponía de información sobre el tiempo transcurrido desde el divorcio, lo que dificulta evaluar su posible influencia en los resultados. Por tanto, las citadas limitaciones sugieren que los hallazgos deben interpretarse con cautela y que futuras investigaciones deberían abordarlas para fortalecer la validez de las conclusiones.

6. Referencias bibliográficas

- Acebo, Gina y Samada, Yanet (2020). El estrés familiar y su influencia en el rendimiento laboral. *Mikarimin. Revista Científica Multidisciplinar*, 6, 103-114. <https://revista.uniandes.edu.ec/ojs/index.php/mikarimin/article/view/1715>
- Amato, Paul (1988). Long-Term Implications of Parental Divorce for Adult Self-Concept. *Journal of Family Issues*, 9(2), 201-213. <https://doi.org/10.1177/019251388009002003>
- Arnett, Jeffrey Jensen (2000). Emerging adulthood. A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469-480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Asadi-Nikouyan, Matin. (2025). Self-Esteem in Marital Relationships. *Applied Family Therapy Journal*, 6(2), 1-12. <https://doi.org/10.61838/kman.aftj.6.2.1>
- Bretaña, Ione, Alonso-Arbiol, Itziar, Lavy, Shiri y Zhang, Colmillo (2024). Women's avoidant attachment, conflict solving, and relationship satisfaction through individualism and masculinity. *Current Psychology*, 43, 8699-8712. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04988-1>
- Brüggmann, Daniel y Kreyenfeld, Michaela (2023). Trayectorias de ingresos después del divorcio: los legados del modelo de ingresos durante el matrimonio. *Investigación demográfica y examen de políticas*, 42(23), 1-34. <https://doi.org/10.1007/s11113-023-09756-4>
- Bowlby, John (1969). *El vínculo afectivo*. Paidós.
- Castrillón, Omar Danilo (2021). Predicción del divorcio por medio de técnicas inteligentes. *Información Tecnológica*, 35(5), 111-120.
- Connell, Raewyn (2009). *Gender: In world perspective* (2nd ed.). Polity Press.
- Costa-Ball, César y Cracco, Cecilia (2021). Propiedades psicométricas de la Escala de Satisfacción Familiar en familias uruguayas. *Anales de Psicología*, 37(1), 161-167. <https://doi.org/10.6018/analesps.383381>

- Crenshaw, Kimberle. (1991). Mapping the margins: Intersectionality, identity politics, and violence against women of color. *Stanford Law Review*, 43(6), 1241–1299. <https://doi.org/10.2307/1229039>
- Fraser, Nancy (2013). *Fortunes of feminism: From state-managed capitalism to neoliberal crisis*. Verso.
- Gilligan, Carol (1982). *In a different voice: Psychological theory and women's development*. Harvard University Press.
- Guzmán, Mónica y Contreras, Paula (2012). Estilos de apego en relaciones de pareja y su asociación con la satisfacción marital. *Psyke*, 21(1), 69-82. <https://doi.org/10.4067/S0718-22282012000100005>
- Holmes, Tomas y Rahe, Richard (1967). The social readjustment rating scale. *Journal of Psychosomatic Research*, 11, 213-218.
- Hooks, Bell (2000). *Feminism is for everybody: Passionate politics*. South End Press.
- Jiménez-Figueroa, Andrés, Mendiburo, Nicole y Olmedo, Paz (2011). Satisfacción familiar, apoyo familiar y conflicto trabajo-familia en una muestra de trabajadores chilenos. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 29(2), 317-329.
- Jurado-Pérez, Vanessa, Álvarez-Aguirre, Alicia, Vázquez-Raya, Antonia y Moreno-González, María (2017). Estrés familiar en padres con hijos adolescentes. *Jóvenes en la ciencia*, 3(2), 481-485. <https://www.jovenesenlaciencia.ugto.mx/index.php/jovenesenlaciencia/articloe/view/1761>
- Kalet, Kinga y Mróz Justyna (2023). Crecimiento postraumático y bienestar subjetivo en hombres y mujeres después del divorcio: los roles mediadores y moderadores de la autoestima. *Environmental Research and Public Health*, 20(5), 1-14. <https://doi.org/10.3390/ijerph20053864>
- Lara-Caba, Evelyn (2019). Autoestima en las mujeres víctimas de violencia por la pareja íntima. *Aula Revista de Humanidades y Ciencias Sociales*, 65(5), 9-16. <https://doi.org/10.33413/aulahcs.2019.65i2.116>
- Leopold, Tomás. (2018). Gender differences in the consequences of divorce: A study of multiple outcomes. *Demography*, 55(3), 769–798. <https://doi.org/10.1007/s13524-018-0667-6>
- Lin, Fen, Brown, Susan y Mellencamp, Kagan (2023). Gray divorce and parent-child disconnectedness: Implications for depressive symptoms. *Journal of Marriage and Family*, 86(1), 95-110. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC12393070/>
- López-Larrosa, Silvia (2009). El sistema familiar ante el divorcio: factores de riesgo y protección y programas de intervención. *Cultura y Educación*, 21, 391-402. <https://doi.org/10.1174/113564009790002436>
- Martínez-Ferrer, Belén, Moreno-Ruiz, David, Musitu, Gonzalo, Sánchez-Sosa, Juan Carlos y Villareal-González, María Elena (2012). *El tránsito del adolescente: retos y oportunidades*. Palmero Ediciones.
- Mei, Songli, Hu, Yuan, Liang, Leilei, Fei, Junsong, Cao, Ruilin, Hu, Yueyang, Qin, Zeyang, Ren, Hui, Qin, Zhiqiang, Li, Chuanen, Li, Rui, Hu, Yongmei (2022). Effect of family stress on life satisfaction among female workers during the COVID-19 epidemic in China: Ex-

- ploring the roles of anxiety symptoms and age. *Journal of Health Psychology*, 27(6), 1484-1497. <https://doi.org/10.1177/13591053211044824>
- Melero, Remedios y Cantero, María José (2008). Los estilos afectivos en la población española: un cuestionario de evaluación del apego adulto. *Clínica y Salud*, 19(1), 83-100. <https://journals.copmadrid.org/clysa/art/6c524f9d5d7027454a783c841250ba71>
- Momeñe, Janire y Estévez, Ana (2018). Los estilos de crianza parentales como predictores del apego adulto, de la dependencia emocional y del abuso psicológico en las relaciones de pareja adultas. *Psicología del Comportamiento*, 26(2), 359-377.
- Moral-Jiménez, María de la Villa y Mena-Baumann, Ava. (2024). Dependencia emocional y narcisismo en las relaciones de pareja: síndrome de eco y narciso. *Ciencias del comportamiento*, 14(12), 1-14. <https://doi.org/10.3390/bs14121190>
- Morales Almeida, Paula y Nunes, Cristina (2024). Family climate as a mediator of the relationship between stress and life satisfaction: A study with young university students. *Behavioral Sciences*, 14(7), 1-13. <https://doi.org/10.3390/bs14070559>
- Olson, David (2000). Modelo circunflejo de los sistemas matrimoniales y familiares. *Revista de Terapia Familiar*, 22(2), 144-167. <https://doi.org/10.1111/1467-6427.00144>
- Olson, David (2010). *Family Satisfaction Scale*. Minneapolis, MN: Life Innovations, Inc.
- Olson, David (2011). FACES IV and the Circumplex model: Validation study. *Journal of Marital and Family Therapy*, 37(1), 64-80.
- Olson, David y Wilson, Marcy (1982). *Family satisfaction*. Newbury Park: Sage Publishing.
- Orgiles, Mireia y Samper, María Dolores (2011). El impacto del divorcio en la calidad de vida de los niños de 8 a 12 años de edad en la provincia de Alicante. *Gaceta Sanitaria*, 25(6) 490- 494. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2011.05.013>
- Ortiz, María José, Gómez-Zapiain, Javier y Apodaca, Pedro. (2022). Apego y satisfacción afectivo-sexual en la pareja. *Psicothema*, 14(2), 469-475. <https://reunido.uniovi.es/index.php/PST/article/view/8045>
- Pimentel, Valezka y Santelices, María Pía (2017). Apego adulto y mentalización en hombres que han ejercido violencia hacia su pareja. *Psykhē*, 26(2), 1-16. <https://doi.org/10.7764/psykhe.26.2.915>
- Riquelme-Segura, Leonor, Schnettler, Berta, Orellana, Ligia y Sarascotti, Mahia (2023). Conflicto trabajo-familia síntomas emocionales negativos y satisfacción familiar en mujeres con trabajo remunerado durante la pandemia de COVID-19. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 55, 38-45.
- Rodríguez-González, María Soledad, Martínez-López, Zeltia, Tinajero-Vacas, Carolina, Guisande Couñago, María Adelina y Páramo Fernández, María Fernanda (2012). Adaptación española de la Escala de Aceptación Percibida (PAS) en estudiantes universitarios. *Psicothema*, 24(3), 483-488. <http://hdl.handle.net/10347/18540>
- Rodríguez-Regordosa, María Pía y Campos Rivera, Nora Hemi (2024). Proceso de resiliencia en la mujer tras la ruptura de pareja: un estudio de caso. *Psicología y Salud*, 35(1), 105-113. <https://doi.org/10.25009/pys.v35i1.2954>

- Sánchez-Yunta, Teresa y Bolaños-Cartujo, Íñigo (2018). El trabajo conjunto de profesionales del derecho y la psicología una forma de minimizar las consecuencias negativas del divorcio en los hijos. *Psicopatología Clínica Legal y Forense*, 18(1), 31-40.
- Sanz, Mireia (2008). Escala de satisfacción familiar (FsfS. Family Satisfaction Scale). En Equipo EIF (Ed.), *Manual de instrumentos de evaluación familiar* (pp. 69-79). Editorial CCS.
- Serrano, Jorge (2006). Impacto psicológico del divorcio sobre los niños. *Revista de Psicología UCA*, 2(3), 29-54.
- Viqueira-Gutiérrez, Laura y López-Larrosa, Silvia (2017). Estrés y satisfacción familiar en estudiantes universitarios: ¿afecta el divorcio parental? *Revista de Estudios e Investigación en Psicología y Educación*, 4(1), 58-63. <https://doi.org/10.17979/reipe.2017.4.1.2026>
- Viqueira-Gutiérrez, Laura y López-Larrosa, Silvia (2023). La relación entre el género de los estudiantes de formación profesional y el divorcio de sus padres con el apego adulto y su ajuste personal y académico. En Peralbo, M.; Risso, A.; Barca, A.; Brenlla, J. C.; Silva, B.; Almeida, L. y Cruz-Santos, A. (Eds.), *Actas del XII Congreso Internacional Gallego-Portugués de Psicopedagogía/IV Congreso de la Asociación Científica Internacional de Psicopedagogía* (pp. 658-671). Servicio de Publicaciones de la Universidad de A Coruña. <https://doi.org/10.17979/spudc.000026>
- Viqueira-Gutiérrez, Laura (2024). *Relaciones familiares durante la juventud* [Tesis doctoral, Universidad de La Coruña]. <http://hdl.handle.net/2183/36618>
- Wang, Leihong y Yu, Zhonggen (2023). Gender-moderated effects of academic self-concept on achievement, motivation, performance, and self-efficacy: A systematic review. *Frontiers in Psychology*, 14, 1-15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1136141>
- Wallerstein, Judith, Lewis, Julia y Blakeslee, Sandra (2000). *El legado inesperado del divorcio*. Hyperion Books.