

Artículo

# Identidad Personal Desde una Perspectiva Constructivista: una Revisión Narrativa Centrada en la Teoría de la Discrepancia del Yo

Vicente Bay-Alarcón<sup>1</sup> , M. Ángeles López-González<sup>2</sup>  y Luis Angel Saúl<sup>1</sup> 

<sup>1</sup> Universidad Nacional de Educación a Distancia, (UNED), España

<sup>2</sup> Universidad Rey Juan Carlos, España

## INFORMACIÓN

Recibido: Enero 9, 2024  
Aceptado: Enero 29, 2024

### Palabras clave:

Self  
Identidad personal  
Discrepancia del yo  
Personalidad  
Constructivismo

## RESUMEN

Este trabajo ofrece una exploración exhaustiva de la construcción de la identidad personal desde una perspectiva constructivista, con un enfoque especial en la Teoría de la Discrepancia del Yo. Iniciando con la conceptualización de la identidad como un proceso dinámico y continuo, se abordan las dimensiones cognitivas de los dominios del yo y las perspectivas sobre el yo, dando lugar a seis representaciones básicas de los estados del yo. La Teoría de la Discrepancia del Yo, centrada en la reducción de discrepancias entre diferentes yos, revela cómo estas discrepancias generan malestar psicológico y motivación para el cambio. Destaca cómo los individuos, a lo largo de su vida, construyen, modifican y mantienen su identidad personal en respuesta a las discrepancias entre diferentes representaciones del yo, como el yo actual, el yo ideal y el yo como debería ser. La revisión bibliográfica analiza estudios relevantes que aplican la Teoría de la Discrepancia del Yo en diversos contextos, desde el académico hasta el clínico, evidenciando su utilidad en comprender la motivación para el cambio y el esfuerzo por alcanzar la identidad deseada. En conclusión, en este artículo se presenta una revisión narrativa integral que contribuye a la comprensión y aplicación de la psicología constructivista y la Teoría de la Discrepancia del Yo en entornos clínicos, educativos, sociales y laborales.

## Personal Identity From a Constructivist Perspective: a Narrative Review Focused on Self-Discrepancy Theory

### ABSTRACT

This work provides a comprehensive exploration of personal identity construction from a constructivist perspective, with a special focus on Self-Discrepancy Theory (SDT). Beginning with the conceptualization of identity as a dynamic and continuous process, it addresses the cognitive dimensions of self-domains and self-perspectives, giving rise to six basic representations of self-states. Self-Discrepancy Theory, centered on reducing discrepancies between different selves, reveals how these discrepancies generate psychological distress and motivation for change. It emphasizes how individuals, throughout their lives, construct, modify, and maintain their personal identity in response to discrepancies between different self-representations, such as the actual self, the ideal self, and the ought self. The literature review analyzes relevant studies applying Self-Discrepancy Theory in various contexts, from academic to clinical, showcasing its utility in understanding motivation for change and efforts to achieve the desired identity. In conclusion, this article presents a comprehensive narrative review contributing to the understanding and application of constructivist psychology and Self-Discrepancy Theory in clinical, educational, social, and occupational settings.

### Keywords:

Self  
Personal identity  
Self-discrepancy  
Personality  
Constructivism

Cómo citar: Bay-Alarcón, V., López-González, M. A., y Saúl, L. A. (2024). Identidad personal desde una perspectiva constructivista: una revisión narrativa centrada en la Teoría de la Discrepancia del Yo. *Revista de Psicoterapia*, 35(127), 85-96. <https://doi.org/10.5944/rdp.v35i127.39568>

Autor de correspondencia: Luis Ángel Saúl, [lasaul@psi.uned.es](mailto:lasaul@psi.uned.es)

## Introducción

### La Identidad Personal desde la Perspectiva Constructivista

En el ámbito académico, se constata la existencia de diversas concepciones del concepto de identidad en la literatura. Optamos por utilizar como referencia la propuesta elaborada por [Western y Heim \(2003\)](#) debido a su enfoque centrado en la persona, a la par que contempla sus procesos relacionales y contextuales a lo largo del transcurso del tiempo.

La identidad es una construcción altamente personal desarrollada a través de la integración de varias identificaciones y desidentificaciones con otras personas significativas y grupos de referencia, y una construcción social generada a través de la interiorización de roles y del reflejo de las valoraciones de otros ([Western y Heim, 2003](#), p. 646).

La perspectiva constructivista ofrece un enfoque dinámico y contextualizado para la comprensión de la identidad personal. Este enfoque se centra en la manera en que los individuos construyen activamente su identidad a través de la interacción con su entorno social y cultural ([Chiari, 2016](#)). Bajo esta óptica, la identidad no se concibe como algo estático, sino como un proceso dinámico que se desarrolla a lo largo del tiempo, intrínsecamente ligado a diversos contextos y experiencias ([McAdams, 2001](#)). La interacción del individuo con su entorno atribuye significado a sus experiencias, desempeñando así un papel crucial en la progresiva elaboración de un sistema de identidad personal.

En este sentido, la relevancia de la autorreflexión, la construcción de significado y las interacciones sociales resaltan la motivación para el cambio, evidenciando la necesidad continua de configuración de la identidad personal. En este contexto, resulta crucial explorar las teorías de destacados autores que han contribuido significativamente a la comprensión del proceso de construcción identitaria. Entre estos, George Kelly, en su teoría de los constructos personales, refuerza esta noción al destacar que nuestra identidad se configura mediante los constructos que utilizamos para interpretar y entender el mundo que nos rodea. Según Kelly, “los individuos difieren en cómo construyen su realidad y en cómo usan sus constructos personales para interpretar los eventos” ([Kelly, 1955/1991](#)).

Por su parte, Erik Erikson, en su teoría del Desarrollo Psicossocial, subraya la importancia de la identidad en la etapa de la adolescencia y su influencia en la formación de la identidad adulta ([Erikson, 1968](#)), sosteniendo que la construcción de la identidad personal no ocurre en un vacío, sino que está intrínsecamente ligada al entorno social y cultural en el que se desenvuelve el individuo.

De manera análoga, Heinz Kohut, dentro de su teoría del *self* psicológico, complementa este enfoque al resaltar la importancia de la identidad como un sentido de cohesión y continuidad del *self*, desarrollándose a través de la relación con objetos signifi-

cativos y la internalización de las funciones de autoespejo y de alterespejo ([Kohut, 1971](#)).

Por otro lado, [Neimeyer y Levitt \(2001\)](#) afirman que, desde una perspectiva constructivista, la identidad personal no se concibe como algo preexistente o dado, sino como un ente que se construye activamente mediante la interpretación y la atribución de significado a las experiencias vividas. En una línea similar, [Chiari \(2013\)](#) sostiene que la construcción de la identidad personal implica un proceso dinámico en el cual la persona reflexiona sobre sus experiencias, interpreta la información disponible y elabora narrativas personales para otorgar sentido a su propia historia y experiencias. Chiari subraya que este proceso continuo de autorreflexión y construcción de significado contribuye a la formación y evolución de la identidad personal a lo largo del tiempo.

En otra vertiente teórica, E. Tory Higgins, a través de su Teoría de la Discrepancia del Yo (SDT en adelante, *Self Discrepancy Theory*), plantea que la identidad personal se ve influida por la comparación entre los diferentes «yos» de la persona y el autoconcepto proyectado por otros, ya sean personas significativas o no. Estas comparaciones generan diversos tipos de malestar psicológico cuando se detectan discrepancias y, basándose en los afectos negativos resultantes, motivan al individuo a realizar cambios en su autoconcepto. Por ejemplo, según Higgins, “cuando hay una discrepancia entre el yo actual y el yo ideal, surge la motivación para el cambio y la reevaluación de la identidad personal” ([Higgins, 1987](#)).

### Conceptos Clave en la Identidad Personal

La autorreflexión emerge como un proceso fundamental en la construcción de la identidad personal desde la perspectiva constructivista. Implica examinar y reflexionar sobre las propias experiencias, emociones, valores y creencias, ofreciendo la oportunidad de generar una narrativa vital coherente. A través de la autorreflexión, los individuos pueden conferir sentido a sus vivencias y elaborar narrativas personales que les ayuden a comprender quiénes son y qué es importante para ellos ([Chiari, 2013](#)). Se trata, en consecuencia, de un proceso de autoanálisis longitudinal que abarca pasado, presente y futuro, ya que incorpora procesos psicológicos a lo largo del tiempo: experiencias pasadas, emociones presentes, metas futuras, etc. Esta distinción se plantea respecto a la metacognición, proceso en el cual el individuo monitoriza en tiempo real, es decir, en el presente, sus pensamientos, atención u otros procesos cognitivos, permitiéndole un mayor control sobre ellos ([Flavell, 1979](#)). También se diferencia de la mentalización, que es la capacidad de comprender los estados mentales propios y ajenos de forma separada y de atribuirles una intencionalidad en el plano de la acción ([Bateman y Fonagy, 2004](#)). Aunque estos tres procesos, autorreflexión, metacognición y mentalización, presentan sutiles diferencias, están interconectados, ya que todos constituyen formas de introspección y comprensión de sí mismo.

Como indica [Neimeyer \(2009\)](#), la autorreflexión es un proceso crítico en la construcción de la identidad personal, ya que

nos permite examinar nuestras experiencias y valores en relación con nuestra historia y nuestro entorno social. Por lo tanto, a través de la autorreflexión los individuos pueden identificar los aspectos de su identidad que desean mantener, desarrollar o cambiar, contribuyendo así a la construcción de su sistema de significados personales.

En consonancia con lo expuesto, la construcción de significado se posiciona como un concepto clave en la perspectiva constructivista de la identidad personal. Conforme a Mead (1934), las personas elaboran significado mediante la interacción social y la interpretación de símbolos y mensajes provenientes de su entorno. Este proceso implica atribuir sentido y valor a las experiencias y eventos de la vida, influyendo así en la formación de la identidad personal.

Siguiendo la línea de Kelly (1955), la construcción de significado se describe como un esfuerzo continuo para dar sentido a la realidad y adaptarse a los cambios y desafíos que enfrentan las personas. A medida que los individuos interactúan con el mundo, desarrollan constructos personales que les permiten organizar y categorizar su experiencia, haciéndola comprensible y manejable.

En concordancia, Chiari (2013) destaca la importancia de considerar la construcción de significado como un proceso activo en el cual los individuos interpretan y otorgan sentido a sus experiencias mediante la interacción con los demás y su entorno. En marco de interacción y vivencias, surge la negociación social emerge como otro componente esencial en la formación y desarrollo de la identidad personal desde la perspectiva constructivista. Es crucial reconocer que las personas no vivimos en aislamiento, sino que estamos en constante interacción con un entorno social al que debemos adaptarnos. A través de estas interacciones sociales, participamos en la configuración de nuestra autopercepción y en la forma en que somos percibidos por los demás (Hermans, 2003).

Gergen (1991) sostiene que la identidad personal se forja y negocia en el marco de las relaciones sociales y las interacciones con los demás. Estas interacciones proporcionan a los individuos retroalimentación y refuerzos sociales que pueden influir en su autoconcepto e identidad. La negociación social conlleva la adaptación y ajuste de la identidad personal en respuesta a las normas y expectativas sociales, así como a las demandas y roles asignados en diferentes contextos. Además, la negociación social también implica la construcción de narrativas compartidas y la participación en prácticas discursivas que contribuyen a la formación de la identidad personal (Hermans, 2003). Hermans (2003) afirma que mediante “la participación en diálogos y narrativas colectivas, los individuos construyen y renegocian su identidad personal en relación con los demás”. Estas prácticas discursivas facilitan la co-construcción de significado entre pares y la integración de múltiples perspectivas en la identidad personal.

Finalmente, como resultado de los procesos de autorreflexión, creación de narrativas personales, construcción de significados y negociación social, la identidad personal puede desarrollarse de

forma poliédrica mostrando distintas facetas o roles en función de diversas situaciones o estados mentales. La idea de la existencia de múltiples «yos» potenciales ya fue propuesta por William James (1948), quien diferenciaba entre un “*self* espiritual” con sensibilidad moral propia y un “*self* social” que se adapta a las exigencias de la sociedad. También Carl Rogers (1961) destacó la diferencia entre lo que los demás perciben que un individuo debería ser y la percepción del individuo sobre su yo ideal. Incluso Sigmund Freud (1923/1961), en su teoría estructural de la mente, introdujo conceptos como el «superego» y el «ego ideal».

En este contexto, la STD de Higgins ha enriquecido considerablemente nuestra comprensión de la identidad personal a través de sus propuestas sobre diferentes tipos de «yos» («yo ideal», «yo como debería ser», «yo actual» ...) y las perspectivas desde las cuales estos «yos» son observados (desde la perspectiva de los demás o desde uno mismo). La comparación entre estos diferentes «yos» influye en la autoevaluación y también en la autoestima de los individuos, puesto que las discrepancias entre los «yos» generan diversos tipos de malestar psicológico que motivan el cambio personal de manera continua. Según Higgins, cuando la discrepancia es alta, las personas estarán motivadas para cambiar su identidad y su comportamiento, ya que el malestar emocional hará más probable la reevaluación de las metas y valores individuales y, a través de la motivación al cambio y al logro, el individuo tenderá a autorregularse para mejorar su bienestar. Si la discrepancia es pequeña, los individuos se sentirán satisfechos y experimentarán un mayor bienestar psicológico, por lo que la motivación al cambio será menor.

### Introducción a la Teoría de la Discrepancia del Yo de Higgins (STD)

La STD postula dos dimensiones cognitivas fundamentales que subyacen en la representación interna del yo: los dominios del yo y las perspectivas sobre el yo.

Higgins identifica tres dominios básicos del yo y se refieren a cómo nos vemos a nosotros mismos en diferentes contextos: (a) el «yo actual», representa cómo nos vemos a nosotros mismos en el presente; es decir, los atributos que creemos poseer; (b) el «yo ideal», representa cómo nos gustaría ser; es decir, los atributos que deseamos poseer; este dominio está fuertemente vinculado a nuestras esperanzas, aspiraciones o deseos; y (c) el «yo debería», representa cómo creemos que deberíamos ser; es decir, este dominio está relacionado con nuestro sentido de deber, nuestras obligaciones y responsabilidades (Higgins, 1987).

Estos dominios son dinámicos y susceptibles de evolucionar con el tiempo y las experiencias de vida. La discrepancia entre estos dominios puede desencadenar estados emocionales negativos. Por ejemplo, la incongruencia entre el «yo actual», el «yo ideal» y el «yo debería», puede generar conflictos internos que se manifiestan en forma de tristeza, decepción, desánimo, nerviosismo, tensión o ansiedad (Higgins, 1987). La distinción entre el «yo ideal» y el

«yo debería» refleja el conflicto entre los «deseos personales» y el «sentido del deber». Por ejemplo, una persona podría desear ser idealmente un aventurero, pero su responsabilidad le lleva a ser un trabajador comprometido que mantiene a su familia

Adicionalmente a los dominios del yo, Higgins resalta la relevancia de las perspectivas del yo, que se refieren a cómo nos vemos a nosotros mismos desde nuestra propia perspectiva (autoimagen) y desde la perspectiva de los demás. Estas perspectivas pueden influir en cómo interpretamos y evaluamos nuestros dominios del yo. Esta distinción entre la perspectiva propia o ajena, junto con los dominios del yo, da lugar a seis representaciones básicas de los estados del yo: actual-propia, actual-ajena, ideal-propia, ideal-ajena, deber-propia y deber-ajena.

La STD de Higgins ofrece una visión esclarecedora sobre cómo los individuos construyen, mantienen y modifican su identidad personal en respuesta a discrepancias entre diferentes tipos de yo, generando así motivación para el cambio. La STD se centra en la importancia de la autorregulación y la motivación en la configuración de la identidad, destacando la influencia de la comparación entre el «yo actual» y los estándares personales de autocorrección, como el «yo ideal» y el «yo como debería ser».

Según Higgins, cada tipo de discrepancia entre yos específicos genera un malestar distinto. Por ejemplo, una discrepancia entre el «yo actual» y el «yo ideal», ambos desde el punto de vista del individuo (actual-propia e ideal-propia), significará la ausencia de resultados vitales positivos, es decir, deseos y esperanzas no cumplidos, activando emociones de decepción, insatisfacción y desilusión. Sin embargo, discrepancias entre el «yo actual» desde el punto de vista personal (actual-propia) y el «yo ideal» desde el punto de vista de los otros (ideal-ajena) generará una sensación de haber decepcionado a otros y quizá haber perdido su estima, conduciendo a emociones como la vergüenza, la incomodidad o el desánimo. Por su parte, la discrepancia entre el «yo actual» y el «yo como debería ser» según los otros (actual-ajena y deber-ajena), conducirá a la sensación de amenaza y al miedo, anticipando castigos por la conducta. Si, por el contrario, el «yo como debería ser» es el propio (deber-propia), entonces la discrepancia con el «yo actual» visto por los demás (actual-ajena) conduciría a la culpa y al autodesprecio.

Unido a los dominios del yo y a las perspectivas sobre el yo, en la STD también es importante el grado de accesibilidad o disponibilidad de un constructo o de un elemento en concreto. Esto dependerá de cuán recientemente haya sido activado, con qué frecuencia aparece y de la relación entre su significado y los eventos estimuladores del entorno; es decir, del grado de aplicabilidad del elemento o el constructo en la realidad que vive el individuo. En este sentido, cuanto mayor sea la accesibilidad de una discrepancia particular del yo, más frecuente e intensamente experimentará el individuo el malestar asociado con dicha discrepancia. Por el contrario, si la discrepancia apenas tiene aplicabilidad en la vida real, el malestar será menos frecuente. Por ejemplo, podría avergonzarme admitir mi miedo a las cucarachas, pero si vivo en un lugar frío

y raramente me encuentro con ellas, mi motivación para superar dicha fobia sería baja.

### Génesis y Cambio de la Identidad Personal

La conformación de la identidad personal es un proceso intrincado que se desarrolla a lo largo de toda la vida de un individuo. Desde la perspectiva constructivista, se concibe que la identidad personal es forjada activamente por el propio individuo a través de la interacción con su entorno y la interpretación subjetiva de las experiencias vividas. Por lo tanto, resulta desafiante establecer un origen preciso de la identidad, ya que los procesos de génesis y cambio se imbrican y confunden en un proceso continuo e indisoluble.

Este proceso implica tanto la interacción con el entorno social como la reconstrucción de significados personales a través de la interpretación de las experiencias. En este contexto, Kelly (1955) sostiene que los individuos interpretan y construyen su realidad a través de sus sistemas de constructos personales. Estos sistemas, a su vez, delinean la manera en que los individuos se perciben a sí mismos y a los demás, posibilitando la interpretación y asignación de sentido a las situaciones y vivencias. La flexibilidad a la hora de redefinir sus constructos personales permitirá al individuo seguir evolucionando durante toda su vida.

Desde la infancia, los individuos inician el desarrollo de una comprensión de sí mismos y la exploración de su identidad personal. De acuerdo con Erikson (1950), la etapa adolescente, entre los 12 y 18 años, se caracteriza por el conflicto psicosocial «la identidad versus confusión de roles», donde los individuos buscan establecer una identidad coherente y estable a través de la exploración de diferentes roles, intereses, valores y metas. Para ello, el adolescente explorará diferentes opiniones en su entorno, integrará diferentes aspectos de su personalidad, tratará de resolver la incertidumbre de quién es y, con respecto al mundo que le rodea, buscará un lugar donde encajar. En caso de que el adolescente no resuelva adecuadamente esta etapa, podrá sufrir una confusión de rol en su adultez y resultará disfuncional. En esta misma línea, Gabriele Chiari (2013) también señala que los niños y adolescentes desarrollan su identidad personal al atribuir significado a sus interacciones sociales, a los roles que desempeñan y a las expectativas que se les imponen.

Los individuos construyen una imagen de sí mismos basándose en su autoconcepto y en cómo interpretan y atribuyen significado a su historia personal (Higgins, 1987). Sin embargo, este proceso de construcción de la identidad no concluye, sino que se trata de un proceso en constante evolución.

Desde la perspectiva constructivista, la autorreflexión se vuelve esencial en la formación de la identidad personal a medida que los individuos avanzan en su desarrollo. Chiari (2016) destaca la importancia de la autorreflexión como medio para explorar y comprender la propia identidad. A través de la reflexión sobre las experiencias pasadas y la evaluación de las metas y valores persona-

les, las personas pueden reevaluar y ajustar su identidad según sus aspiraciones y deseos, que evolucionan en cada etapa de la vida.

Cuando las personas interactúan con su entorno social y participan en interacciones sociales, la negociación social influirá en cómo se ven a sí mismas y en cómo son percibidas por los demás (Hermans, 2003). La negociación social implica ajustar y adaptar la identidad personal en respuesta a normas, expectativas, roles y demandas asignadas en diferentes contextos. A través de estas interacciones sociales, los individuos reciben retroalimentación y refuerzos sociales (o castigos) que afectan a su autoconcepto y a su identidad (Gergen, 1991). Los entornos sociales y culturales también cambian con el paso del tiempo por lo que la negociación social sigue siendo relevante, aunque su importancia puede variar según la etapa vital.

La integración de la STD de Higgins en la explicación de cómo las personas construyen su identidad proporciona una comprensión más completa de este proceso continuo y dinámico entre génesis y cambio. En consonancia con el constructivismo, Higgins sostiene que la identidad personal no es estática, sino que cambia y se ajusta a lo largo de la vida, influenciada por las experiencias, metas y aspiraciones de cada individuo, quien participa activamente en la evolución de su identidad.

Recordemos que la STD sostiene que las personas buscan alcanzar una concordancia entre su «yo actual», su «yo como debería ser» y su «yo ideal». El «yo actual» es percibido como real, el «yo como debería ser» se relaciona con el sentido del deber construido en torno a obligaciones y responsabilidades; y el «yo ideal» refleja deseos o aspiraciones personales, esto es, lo que a uno le *gustaría* ser, lo cual no tiene por qué coincidir con lo deseable moralmente, lo que *debería* ser. Al no existir armonía completa entre los diferentes yos, las personas se esfuerzan por reducir las discrepancias para evitar afectos negativos en la medida de lo posible. Cuando exista una discrepancia significativa entre los yos, surge el malestar psicológico y la motivación para el cambio, es decir, la necesidad de ajustar la identidad personal (Higgins, 1987).

Higgins destaca que “las personas difieren entre sí en virtud de qué auto-guía les motiva especialmente” (Higgins, 1987, p. 321). En el proceso continuo de remodelación de la identidad, las personas utilizan información sobre sus características personales, logros pasados y experiencias previas. También establecen metas y objetivos, impulsando la autoevaluación y el ajuste de su identidad según estas metas. La STD subraya la importancia de los estándares sociales en la formación de la identidad. Los individuos no solo se comparan con su «yo ideal», sino también con los estándares sociales y culturales que influyen en la definición de lo valioso y deseable, constituyendo el «yo como debería ser». Higgins sostiene que “la identidad es una construcción social y cultural, y está en constante diálogo con las normas y expectativas sociales” (Higgins, 1987, p. 332). Esta comparación genera presión para ajustar la identidad personal a los ideales y expectativas sociales que el individuo experimenta.

En consecuencia, la imagen que una persona se forma de sí misma incluye elementos del «yo actual», del «yo como debería ser» y del «yo ideal», tanto desde el punto de vista del sí mismo como desde la perspectiva de los demás. Cuando las discrepancias entre el «yo actual», el «yo ideal» y el «yo como debería ser» son significativos, las personas experimentan la motivación para reducir esta discrepancia a través de acciones y cambios en su identidad. Higgins afirma que “cuando la discrepancia es alta, las personas estarán motivadas para cambiar su identidad y su comportamiento” (Higgins, 1987, p. 335). Esto implica ajustar metas y valores personales, así como buscar nuevas experiencias y oportunidades que les permitan acercarse sus distintos yos, explicando el continuo proceso del cambio en la identidad personal.

### Análisis Integrador de la STD

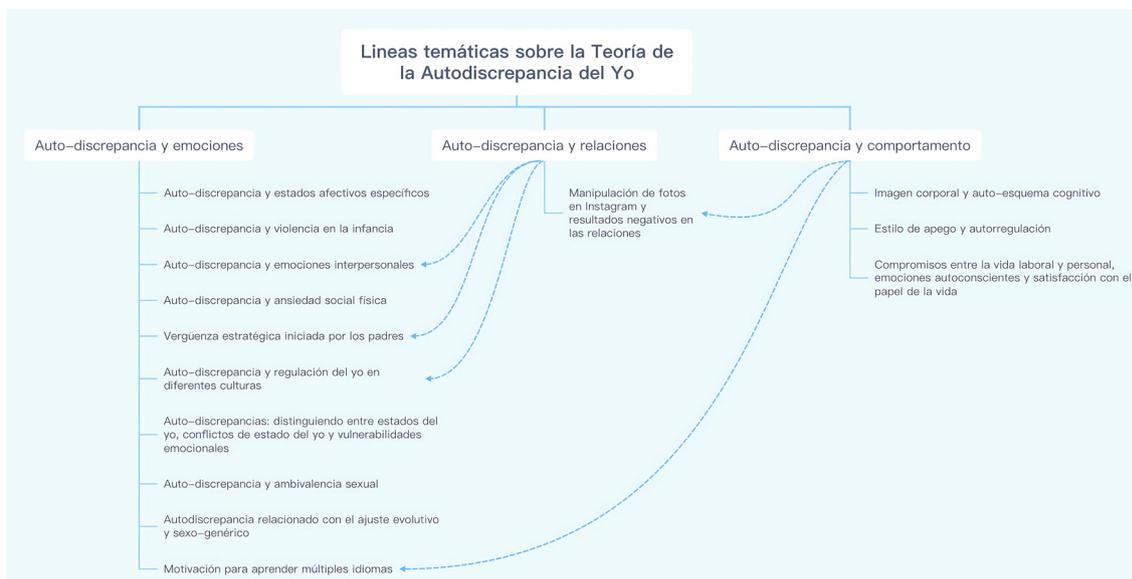
La Discrepancia del Yo (STD) es una teoría que explica la complejidad de la motivación para el cambio en la identidad personal. Este análisis exhaustivo revisa más de 100 publicaciones que se pueden agrupar en tres ejes principales. Cada eje contiene diferentes líneas temáticas (ver Figura 1): (a) auto-discrepancia y emociones: cómo la diferencia entre cómo nos vemos a nosotros mismos y cómo nos gustaría ser influye en nuestros estados emocionales, autoestima, ansiedad, depresión, vergüenza, culpa y orgullo; (b) auto-discrepancia y relaciones: cómo la diferencia entre cómo nos vemos y cómo nos gustaría ser influye en nuestras relaciones interpersonales, nuestra comunicación, el apego, la intimidad, confianza, amor, etc.; y (c) auto-discrepancia y comportamiento: cómo la diferencia entre cómo nos vemos y cómo nos gustaría ser influye en nuestro comportamiento, motivación, autorregulación, adaptación, rendimiento, satisfacción y bienestar.

Aunque cada investigación aborda contextos específicos, existe una red conceptual que conecta estos estudios, destacando tanto convergencias como matices distintivos en la aplicación y evolución de la teoría. Así, desde los primeros estudios de Higgins et al. (1985), donde se examinó la relación entre la discrepancia entre el «yo actual» y el «yo ideal» y la motivación para el cambio, hasta investigaciones más recientes como la de Kearney (2023), que exploró cómo las redes sociales cristalizan y evidencian las discrepancias entre los diferentes yos, cada estudio contribuye a la riqueza conceptual de la STD.

La motivación para el cambio es un hilo conductor en todos los estudios. La discrepancia del yo actúa como un motor que impulsa a las personas hacia la búsqueda de una identidad más alineada con su yo ideal. La alineación de metas con la identidad ideal, como evidencian Locke y Latham (1990), resuena a lo largo de varios estudios, resaltando la importancia de la congruencia entre las aspiraciones personales y los objetivos concretos. Por su parte, Barnett et al. (2017) y Mason et al. (2019) exploran la relación entre discrepancias del yo y estados afectivos, ampliando el enfoque más allá de la motivación, sugiriendo que estas discrepancias están conectadas con una gama variada de experiencias emocionales.

**Figura 1**

Ejes y Líneas Temáticas en los Estudios Sobre la Teoría de la Discrepancia del Yo



Hallazgos significativos también se encuentran en la investigación de [Sedikides y Gregg \(2003\)](#), que exploraron la relación entre la congruencia entre el «yo actual» y el «yo ideal» y la autoestima. Este estudio arrojó luz sobre cómo la congruencia entre ambos yos impacta positivamente sobre la evaluación de uno mismo. Aspectos más específicos, como la relación entre discrepancias del yo y estados afectivos, se evidencian en el trabajo de [Barnett et al. \(2017\)](#), mientras que la exploración de la relación entre la discrepancia del yo y psicopatología, como en el metaanálisis de [Mason et al. \(2019\)](#), sugiere un valor transdiagnóstico. Esta perspectiva ofrece un marco conceptual que trasciende las fronteras tradicionales de los trastornos mentales, sugiriendo un enfoque más integrador en la comprensión de la salud mental. En el mismo contexto, [Smith et al. \(2024\)](#) aporta nuevas perspectivas al combinar la Teoría de los Valores Humanos de Schwartz y la Teoría de la SDT de Higgins, revelando relaciones inesperadas entre discrepancias del yo y depresión postnatal en madres primerizas. Este estudio destaca la complejidad de la interacción entre la identidad personal y los valores en un contexto específico, como la maternidad, enfatizando la necesidad de considerar factores contextuales en la comprensión de los fenómenos psicológicos. Asimismo, el trabajo de [Canning et al. \(2020\)](#) profundiza en la influencia de la discrepancia del yo en el desarrollo de problemas relacionados con el consumo de alcohol, destacando la importancia de la autopercepción y la autorregulación en la manifestación de comportamientos de riesgo.

Por otra parte, la diversidad de contextos y enfoques metodológicos, desde la académica ([Scott y O'Hara, 1993](#)), la formación de identidad cultural ([Vignoles et al., 2006](#)), la aplicación en relaciones románticas ([Swann et al., 2007](#)) o en el ámbito laboral ([Ruan y Toom, 2022](#)), hasta la influencia de las celebridades en el control de peso ([Wilson, 2013](#)), aporta un matiz multidimensional a la investigación sobre la STD.

Este análisis conceptual no solo recapitula los descubrimientos clave, sino que también cuestiona y reflexiona sobre las complejidades y limitaciones inherentes a esta línea de investigación. La evaluación crítica refuerza la relevancia de la discrepancia del yo en la motivación para el cambio y establece un terreno fértil para futuras investigaciones que aborden desafíos metodológicos y traduzcan conocimientos teóricos en intervenciones más efectivas. En el Anexo se ofrece una síntesis integradora de algunos de los estudios más relevantes.

### Conclusiones

En síntesis, la identidad personal, desde la perspectiva de la psicología constructivista, se configura como un proceso continuo y dinámico. Cada individuo, de manera activa, construye su percepción y posición en relación con el entorno que le rodea. Este proceso implica integrar diversas características personales como atributos, roles, experiencias, expectativas, metas y valores, modificándolos a lo largo del desarrollo vital mediante procesos de autorreflexión, construcción de significados, narrativas experienciales y negociación social.

Los procesos de génesis y de cambio en la identidad personal están interrelacionados, siendo especialmente activos durante la infancia y adolescencia, donde los adolescentes buscan establecer su lugar en el mundo al integrar aspectos de su personalidad y resolver la incertidumbre sobre quiénes son. Una vez establecido un autoconcepto inicial, el proceso de construcción de la identidad personal no se detiene, sino que continúa a lo largo de las distintas etapas vitales, adaptándose a las experiencias, metas, aspiraciones, reflexiones y negociaciones sociales.

En esta perspectiva, la STD ha cobrado relevancia. Esta teoría destaca dos dimensiones cognitivas subyacentes a la representa-

ción interna del yo: los dominios del yo y las perspectivas sobre el yo, dando lugar a seis representaciones básicas de los estados del yo: actual-propia, actual-ajena, ideal-propia, ideal-ajena, deber-propia y deber-ajena. Las discrepancias entre estos estados del yo generan malestares psicológicos, motivando al individuo a realizar cambios en su sistema de significados personales para reducir las distancias entre dichos estados, mejorando su bienestar y reduciendo los conflictos con su entorno. La STD ha encontrado aplicación en diversos ámbitos, desde el académico hasta el clínico y laboral, explorando motivación, rendimiento académico, hábitos saludables, relaciones de pareja, bienestar psicológico, entre otros. El individuo trata de reducir las distancias entre los estados del yo, con el objetivo de mejorar su bienestar consigo mismo y de reducir sus conflictos con el mundo que le rodea.

En este artículo se han presentado ejemplos de investigación en temas tan dispares como la motivación en el logro de metas, la adopción de hábitos de estilo de vida saludables, la autorregulación del temperamento, las relaciones de pareja, la autoestima y el bienestar psicológico, la depresión por traumatismo craneoencefálico, la formación de la identidad cultural, la ansiedad ante pruebas médicas, dismorfofobia, narcisismo, trastornos alimentarios, estudios transdiagnósticos, guías profesionales y uso de las redes sociales, entre otras.

En este contexto, las investigaciones sobre la Discrepancia del Yo han evolucionado en las últimas dos décadas, trascendiendo el enfoque inicial centrado en la motivación para el cambio y la identidad personal. Este cambio progresivo ha llevado a una comprensión más matizada de las implicaciones de la Discrepancia del Yo en la psicopatología, el rendimiento académico y la formación de la identidad cultural. Es notable el giro hacia la consideración de la Discrepancia del Yo como un constructo transdiagnóstico, sugiriendo que sus efectos pueden extenderse más allá de categorías específicas de trastornos.

Las aplicaciones prácticas de estas investigaciones son evidentes, especialmente en términos de intervenciones psicológicas y programas de bienestar. Por ejemplo, comprender cómo la alineación de metas con la identidad ideal puede motivar el rendimiento (Locke y Latham, 1990) podría informar estrategias de establecimiento de objetivos en entornos educativos y profesionales. Del mismo modo, la conexión entre la Discrepancia del Yo y la psicopatología (Mason et al., 2019) sugiere oportunidades para desarrollar intervenciones terapéuticas basadas en esta comprensión.

A pesar de los avances, existen áreas de vacío en la investigación. Por ejemplo, la exploración de la Discrepancia del Yo en contextos específicos, como en el estudio de Ruan y Toom (2022) sobre profesoras de inglés como lengua extranjera, sugiere una necesidad de investigar más a fondo las dinámicas de la Discrepancia del Yo en entornos laborales específicos o en contextos culturales particulares. Sería fructífero explorar cómo la Discrepancia del Yo se entrelaza con otras teorías psicológicas, como la teoría del apego en el contexto de la formación de relaciones (Robins y Boldero,

2003), identificando sinergias o contradicciones para enriquecer la comprensión global de la motivación y la identidad.

La Discrepancia del Yo tiene el potencial de trascender los límites de la psicología clínica y contribuir a diversos campos. La investigación de Wilson (2013) sobre la identificación con celebridades podría informar estrategias de marketing y publicidad. Además, la exploración de Kearney (2023) sobre el impacto de las redes sociales en la Discrepancia del Yo sugiere la necesidad de considerar estas dinámicas en el diseño de políticas de salud pública y programas de prevención.

En conclusión, la perspectiva de la psicología constructivista, desde el enfoque de la identidad personal y, especialmente, teniendo en cuenta las aportaciones de la STD, demuestra su utilidad para facilitar la exploración y el cambio psicológicos. Esta comprensión enriquecida ofrece herramientas valiosas en entornos clínicos, terapéuticos y se proyecta hacia ámbitos educativos, sociales y laborales, proporcionando una base sólida para futuras investigaciones y aplicaciones prácticas.

## Referencias

- Barnett, M. D., y Womack, P. M. (2015). Fearing, not loving, the Reflection: Narcissism, self-esteem, and self-discrepancy theory. *Personality and Individual Differences*, 74, 280–284. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.10.032>
- Barnett, M. D., Moore, J. M., y Harp, A. R. (2017). Who we are and How we Feel: Self-Discrepancy Theory and Specific Affective States. *Personality and Individual Differences*, 111, 232–237. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.02.024>
- Bateman, A., y Fonagy, P. (2004). Mentalization-Based Treatment of BPD. *Journal of Personality Disorders*, 18(1), 36–51. <https://doi.org/10.1521/pedi.18.1.36.32772>
- Canning, J. R., Patock-Peckham, J. A., Walters, K. J., Bauman, D. C., Frohe, T., y Leeman, R. F. (2020). Perfectionism discrepancy and falling short of the ideal self: investigating drinking motives and impaired control on the road to alcohol-related problems. *Personality and Individual Differences*, 159(1), 109909. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.109909>
- Cantor, J. B., Ashman, T. A., Schwartz, M. E., Gordon, W. A., Hibbard, M. R., Brown, M., Spielman, L., Charatz, H. J., y Cheng, Z. (2005). The role of self-discrepancy theory in understanding post-traumatic brain injury affective disorders: a pilot study. *The Journal of Head Trauma Rehabilitation*, 20(6), 527–543. <https://doi.org/10.1097/00001199-200511000-00005>
- Carver, C. S., y Scheier, M. F. (1998). *On the Self-Regulation of Behavior*. Cambridge University Press.
- Chiari, G. (2013). Constructivist Approaches to Identity. En S. J. Schwartz, K. Luyckx y V. L. Vignoles (Eds.), *Handbook of identity theory and research* (vol. 1, pp. 649–671). Springer.

- Chiari, G. (2016). The construction of identity. En L. Hjørland y G. K. Nilsson (Eds.), *Information and identity: A collection of papers from the Stockholm 2016 Information Science Symposium* (pp. 101–115). Royal School of Library and Information Science.
- Erikson, E. H. (1950). *Childhood and Society*. Norton.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. Norton.
- Flavell, J. H. (1979). Metacognition and cognitive monitoring: a new area of cognitive–developmental inquiry. *American Psychologist*, 34(10), 906–911. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.34.10.906>
- Freud, S. (1923/1961). The Ego and the Id. En J. Strachey (Ed. and Trans.), *The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud* (Vol. 19, pp. 3–66). Hogarth Press.
- Gergen, K. J. (1991). *The Saturated self: Dilemmas of Identity in Contemporary Life*. Basic Books.
- Hermans, H. J. M. (2003). The Construction and Reconstruction of a dialogical self. *Journal of Constructivist Psychology*, 16(2), 89–130.
- Higgins, E. T., Klein, R., y Strauman, T. (1985). Self-concept discrepancy theory: a psychological model for distinguishing among different aspects of depression and anxiety. *Social Cognition*, 3(1), 51–76. <https://doi.org/10.1521/soco.1985.3.1.51>
- Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: a theory relating self and affect. *Psychological Review*, 94(3), 319–340.
- James, W. (1948). *Psychology*. World. (Original work published 1890).
- Jin, S.-A. A. (2012). Self-discrepancy and regulatory fit in avatar-based exergames. *Psychological Reports*, 111(3), 697–710. <https://doi.org/10.2466/06.07.21.PR0.111.6.697-710>
- Kearney, J. R. (2023). *Conceptualizing Adolescent Social Media Usage through Social Comparison and Self-Discrepancy Theories* [Tesis doctoral], Regent University.
- Kelly, G. A. (1955). *The Psychology of Personal Constructs*. Norton.
- Kohut, H. (1971). *The Analysis of the Self: A Systematic Approach to the Psychoanalytic Treatment of Narcissistic Personality Disorders*. University of Chicago Press.
- Leone, L. (2001). Un'indagine multi-tratto-multi-metodo sui costrutti della self-discrepancy theory [A multi-trait-multi-method study on the constructs of self-discrepancy theory]. *Testing Psicometria Metodologia*, 8(1–2), 33–54.
- Locke, E. A., y Latham, G. P. (1990). *A Theory of Goal Setting and Task Performance*. Prentice-Hall.
- McAdams, D. P. (2001). The psychology of life stories. *Review of General Psychology*, 5(2), 100–122. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.5.2.100>
- Manian, N., Strauman, T. J., y Denney, N. (1998). Temperament, recalled parenting styles, and self-regulation: testing the developmental postulates of self-discrepancy theory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(5), 1321–1332. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.75.5.1321>
- Mason, T. B., Smith, K. E., Engwall, A., Lass, A., Mead, M., Sorby, M., Bjorlie, K., Strauman, T. J., y Wonderlich, S. (2019). Self-discrepancy theory as a transdiagnostic framework: a meta-analysis of self-discrepancy and psychopathology. *Psychological Bulletin*, 145(4), 372–389. <https://doi.org/10.1037/bul0000186>
- Mead, G. H. (1934). *Mind, Self, and Society*. University of Chicago Press.
- Neimeyer, R. A. (2009). Personal meaning, identity development, and the existential challenges of life. En S. J. Schwartz, K. Luyckx, y V. L. Vignoles (Eds.), *Handbook of Identity Theory and Research* (pp. 231-251). Springer.
- Neimeyer, R. A., y Levitt, H. (2001). Constructivism constructionism: Methodology. In N. J. Smelser y P. B. Baltes (Eds.), *International encyclopedia of the social and behavioral sciences* (pp. 2651-2654). Elsevier.
- Ohmori, N. (2008). Influence of state anxiety of subjects about to undergo mri by information of contraindication and prohibition: examination based on the self-discrepancy theory and the uncertainty orientation theory. *Japanese Journal of Health Psychology*, 21(2), 23–32. [https://doi.org/10.11560/jahp.21.2\\_23](https://doi.org/10.11560/jahp.21.2_23)
- Robins, G., y Boldero, J. (2003). Relational discrepancy theory: the implications of self-discrepancy theory for dyadic relationships and for the emergence of social structure. *Personality and Social Psychology Review*, 7(1), 56–74. [https://doi.org/10.1207/S15327957PSPR0701\\_4](https://doi.org/10.1207/S15327957PSPR0701_4)
- Rogers, C. R. (1961). *On becoming a Person*. Houghton Mifflin.
- Ruan, X., y Toom, A. (2022). Exploring female efl teachers' professional agency for their sustainable career development in china: a self-discrepancy theory perspective. *Frontiers in Psychology*, 13, 906727. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.906727>
- Scott, L., y O'Hara, M. W. (1993). Self-discrepancies in clinically anxious and depressed university students. *Journal of Abnormal Psychology*, 102(2), 282–287. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.102.2.282>
- Sedikides, C., y Gregg, A. P. (2003). Portraits of the Self. En M. Leary y J. Tangney (Eds.), *Handbook of Self and Identity* (pp. 158-183). Guilford Press.
- Smith, C., Hanel, P. H. P., y Maio, G. R. (2024). Exploring the Roles of Human Values and Self-Discrepancies in Postnatal depression in first-time mothers. *Journal of Clinical Psychology*, 80(1), 170–185. <https://doi.org/10.1002/jclp.23603>

- Swann, W. B., Chang-Schneider, C., y McClarty, K. L. (2007). Do people's self-views matter? Self-concept and self-esteem in everyday life. *American Psychologist*, 62(2), 84–94.
- Vignoles, V. L., Regalia, C., Manzi, C., Gollledge, J., y Scabini, E. (2006). Beyond self-esteem: influence of multiple motives on identity construction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 90(2), 308–333.
- Tucker, D. R. (2020). *Self-Discrepancy Theory: Assessing Eating Disorder Risk of College Athletes* [Tesis Doctoral], Michigan School of Psychology.
- Western, D., y Heim, A. (2003). Disturbances of self and identity in personality disorders. En M. R. Leary y J. P. Tangney (Eds.), *Handbook of Self and Identity* (pp. 643–664). Guilford.
- Wilson, K. M. (2013). *Identification with media celebrities: A Self-Discrepancy theory-based Examination of Actual, Ideal and Ought Identification* [Tesis Doctoral], Purdue University.

Anexo

**Resumen Sobre La Discrepancia Del Yo:  
Áreas De Investigación Y Principales Resultados**

Estudio	Área de investigación	Principales resultados	Contribución específica
Higgins et al. (1985)	Relación con depresión, emociones y autoconcepto	Examinaron la relación entre la discrepancia del yo y la depresión, encontrando que las discrepancias actual-ideal se asociaban con emociones y síntomas relacionados con la desilusión, mientras que las discrepancias actual-debería se relacionaban con emociones y síntomas relacionados con la agitación.	Impacto en la Salud Emocional
Locke y Latham (1990)	Teoría de la fijación de metas	Destacaron la importancia de alinear las metas con la identidad ideal para motivar el rendimiento, contribuyendo significativamente a la teoría de la fijación de metas y su aplicación en entornos organizativos.	Motivación y Rendimiento
Scott y O'Hara (1993)	Relación con ansiedad y depresión	Proponen que la ansiedad y la depresión son el resultado de diferentes tipos de creencias conflictivas sobre el yo. Examinan auto-discrepancias en estudiantes universitarios con depresión, ansiedad, ambos o ninguno. Sujetos con trastornos tenían mayores niveles de auto-discrepancia. Sostienen que la SDT explica los trastornos de ansiedad y depresión.	Salud Mental en Estudiantes
Carver y Scheier (1998)	Regulación del comportamiento en relación con la salud	Presentaron un modelo de funcionamiento humano basado en la regulación del comportamiento por procesos de retroalimentación. Exploraron cómo las expectativas de éxito influyen en la persistencia y cómo la conducta está regulada por procesos de control. Los resultados mostraron que las personas que percibían una mayor discrepancia entre su yo actual y su yo ideal en relación con la salud estaban más motivadas para realizar cambios en su comportamiento, como hacer ejercicio regularmente o mejorar su dieta.	Regulación del Comportamiento Saludable
Manian et al. (1998)	Desarrollo de la teoría	Validaron las postulaciones del desarrollo de la SDT, demostrando que los sistemas de autorregulación correspondientes a los dominios del yo ideal y del yo debería, surgen de las influencias del temperamento y la socialización. La autorregulación con referencia al dominio del «yo ideal» frente al del «yo debería» estaba asociada de manera diferencial con los recuerdos de estilos parentales de calidez y rechazo, respectivamente. Además, la autorregulación con referencia al dominio del «yo ideal» frente al del «yo debería» se asociaba de manera discriminante con medidas del cuestionario de temperamento positivo frente a negativo.	Desarrollo de la Autorregulación
Leone (2001)	Validez de medidas de discrepancia	Examinó la validez convergente y discriminante de un conjunto de medidas de discrepancia del yo, destacando niveles aceptables de validez convergente y discriminante de las mediadas dentro del marco teórico de la SDT.	Evaluación de Instrumentos
Robins y Boldero (2003)	Formación y mantenimiento de relaciones de pareja	Ampliaron la SDT al considerar discrepancias entre aspectos del yo en las relaciones de pareja. Propusieron que estas discrepancias son centrales para la cognición de relaciones, incluyendo percepciones de intimidad y confianza, tanto en entornos no restringidos como en aquellos donde las relaciones son impuestas.	Relaciones de Pareja y Autoconcepto
Sedikides y Gregg (2003)	Relación con la autoestima y bienestar psicológico	Examinaron la relación entre la congruencia del «yo actual» y el «yo ideal» y la autoestima. Las personas que experimentan mayor congruencia entre ambos yos, reportaban más altos niveles de autoestima y bienestar psicológico. Se sugiere que la congruencia entre el «yo actual» y el «yo ideal» puede tener un impacto positivo en la evaluación de uno mismo.	Autoestima y Bienestar
Cantor (2005)	Aplicación en el contexto de lesiones cerebrales	Expandió la SDT para abordar la depresión y ansiedad después de una lesión cerebral, demostrando fuertes correlaciones entre la angustia afectiva y las discrepancias del yo medidas por la lista de verificación. Abrió la puerta a investigaciones sobre el papel de la discrepancia del yo en problemas de salud específicos.	Salud Mental Post-Lesión Cerebral
Vignoles et al. (2006)	Construcción de identidad cultural	Exploraron la formación de la identidad cultural. Encontraron que los individuos internalizan y se identifican con los valores y normas culturales que están en línea con su identidad ideal. Los resultados señalan que la identidad ideal puede desempeñar un papel crucial en la formación de la identidad cultural	Identidad Cultural
Swann et al. (2007)	Valor de la autoestima	Desafiaron las críticas recientes a la autoestima y los programas para mejorarla. Argumentaron que la amplitud de los análisis ha sido demasiado estrecha y abogaron por la consideración de autoevaluaciones específicas (sobre aspectos concretos de uno mismo) y globales (sobre el valor general de uno mismo). Propusieron estrategias para mejorar las predicciones de la validez de las autoevaluaciones mediante la incorporación de variables adicionales en los esquemas predictivos.	Autoestima y Evaluación de Uno Mismo
Ohmori (2008)	Influencia de la discrepancia en la ansiedad	Examinó cómo las características cognitivas y la «ansiedad estado» influyen en la ansiedad inducida en pacientes a los que se informaba que serían sometidos a una prueba de resonancia magnética. Se encontró que aquellos con mayores niveles de discrepancia del yo y de orientación hacia la incertidumbre, informaban de mayor ansiedad.	Ansiedad y Autoconcepto

Estudio	Área de investigación	Principales resultados	Contribución específica
Jin (2012)	Aplicación de la teoría en juegos de salud	Realizó un experimento en el que los participantes construían dos avatares distintos en un videojuego de deportes, un «yo real» (actual) y un «yo ideal». El investigador quería poner a prueba varias condiciones y manipuló el yo activado (yo actual <i>versus</i> yo ideal), el enfoque regulatorio (promoción de salud <i>versus</i> prevención) y los mensajes de eficacia (autoeficacia <i>versus</i> eficacia de la respuesta) en un juego de salud sobre la dieta baja en calorías. Los resultados mostraron que un ajuste entre el enfoque regulatorio y los mensajes de eficacia inducía mayores intenciones de dieta cuando se activaba el «yo actual», mientras que el efecto contrario ocurría cuando se activaba el «yo ideal».	Juegos de Salud y Motivación
Wilson (2013)	Identificación con celebridades y múltiples yos	Utilizó la SDT junto con el concepto de múltiples yoes como marco teórico para esclarecer el papel de la (real, ideal y debería) en los procesos de los efectos de los medios. Su investigación se centró en analizar de qué manera la exposición y la identificación con la apariencia de celebridades delgadas indican en las preocupaciones relacionadas con la imagen corporal y las conductas de control de peso entre mujeres universitarias. Se constató que la exposición a imágenes de celebridades femeninas activaba discrepancias del yo en las mujeres, motivándolas a llevar a cabo conductas orientadas a la pérdida de peso y también eran mayores los afectos negativos como la vergüenza.	Medios y Autoconcepto
Barnett y Womack (2015)	Autoestima y narcisismo	Este estudio utilizó la teoría de la discrepancia del yo para explorar la autoestima y el narcisismo. Los resultados del estudio, llevado a cabo con estudiantes universitarios indicaron que las discrepancias entre el «yo real» y el «yo ideal» así como las discrepancias entre el «yo real» y el «yo ideal», así como las discrepancias entre el «yo real» y el «yo indeseado» predijeron la autoestima, mientras que la discrepancia entre el yo real y el «yo indeseado» fue el único predictor significativo del narcisismo.	Autoestima y Personalidad
Barnet et al. (2017)	Relación entre discrepancias del yo y estados afectivos específicos	Examinaron la relación entre las discrepancias del yo (propio-ideal, otro-ideal, propio-debería y otro-debería) y los estados afectivos específicos entre estudiantes universitarios. Las discrepancias del yo estaban relacionadas con estados afectivos negativos, y este efecto era especialmente importante para las discrepancias entre el «yo actual» y el «yo debería». El estudio proporcionó evidencia empírica de cómo las discrepancias del yo pueden contribuir a la experiencia emocional. En particular, la tristeza está vinculada a una mayor discrepancia entre el «yo real» y el «yo ideal», mientras que la jovialidad, la autoconfianza y la sorpresa están asociadas a una menor discrepancia. La serenidad está relacionada con una menor discrepancia entre cómo los demás nos ven y cómo nos gustaría que nos vieran. La culpa está asociada a una mayor discrepancia entre cómo los demás esperan que seamos y cómo somos realmente. Finalmente, la atención está vinculada a una menor discrepancia tanto entre el «yo real» y el «yo ideal» como entre el «yo real» y el «yo que deberíamos ser». En resumen, las discrepancias del yo influyen en nuestros estados emocionales, siendo la discrepancia entre el «yo real» y el «yo ideal» la que tiene un impacto más consistente.	Discrepancias del Yo y Estados Afectivos
Mason et al. (2019)	Metaanálisis de la relación con la psicopatología	Sintetizaron múltiples estudios para analizar la relación entre la discrepancia del yo y la psicopatología. Identificaron efectos significativos, señalando una relación robusta entre discrepancias del yo y síntomas psicopatológicos, apoyando la noción de que la discrepancia del yo es un fenómeno transdiagnóstico relevante en la psicopatología. Además, la discrepancia del yo se relacionó con mayor presencia de emociones negativas y niveles más bajos de emociones positivas.	Psicopatología y Autoconcepto
Canning et al. (2020)	Consumo de Alcohol, Perfeccionismo, Motivos de Consumo	Este estudio aplica la SDT y la Teoría del Perfeccionismo de Slaney et al (2001) para examinar el control deteriorado sobre la bebida y los problemas relacionados con el alcohol. El perfeccionismo, como un rasgo de personalidad multifacético, presenta aspectos tanto adaptativos (por ejemplo, altos estándares) como desadaptativos (por ejemplo, discrepancia). La discrepancia se asoció con peores resultados de alcohol a través de mayores motivos de afrontamiento, motivos de conformidad y control deteriorado de la bebida. En contraste, los altos estándares se asociaron con menos problemas de alcohol. Este estudio destaca la importancia de factores de personalidad como la discrepancia en el desarrollo del uso problemático de alcohol, sugiriendo que podría ser un buen objetivo para la intervención.	Perfeccionismo y Consumo de Alcohol
Tucker (2020)	Medición de riesgo de trastornos alimentarios en atletas	Investigó el riesgo de trastornos alimentarios en atletas universitarios utilizando medidas basadas en la SDT, como la Figure Rating Scale (FRS) y el Body Image Questionnaire (BIQ). Encontraron que ambas medidas son fuertes predictores del riesgo de trastornos alimentarios, siendo la FRS la más poderosa en la predicción. Este estudio proporciona una perspectiva única sobre la relación entre la Discrepancia del Yo y el riesgo de trastornos alimentarios.	Trastornos Alimentarios en Atletas
Ruan y Toom (2022)	Discrepancia del yo en profesoras de inglés como lengua extranjera	Este estudio explora la agencia profesional de las profesoras de inglés desde la perspectiva de la SDT; es decir, cómo las personas perciben las discrepancias en su desarrollo profesional y cómo ejercen su agencia profesional en una muestra de profesoras universitarias de lengua extranjera en China.	Profesoras de Inglés y Desarrollo Profesional

Estudio	Área de investigación	Principales resultados	Contribución específica
Kearney (2023)	Impacto de las redes sociales	Exploró cómo las redes sociales cristalizan y evidencian las discrepancias entre los diferentes yos, destacando la influencia única de las plataformas digitales en la percepción del yo y la motivación para el cambio. Proporcionó perspectivas valiosas sobre cómo las tecnologías modernas pueden modular la experiencia de la discrepancia del yo y sus consecuencias motivacionales.	Redes Sociales y Autoconcepto
Smith et al. (2024)	Depresión postnatal y teorías de valores humanos	Se abordó el estudio de la depresión postnatal a través de las Teorías de los valores humanos de Schwartz y la SDT de Higgins. Los resultados mostraron que las discrepancias entre el «yo real» y el «yo debería», pero no las discrepancias entre el «yo real» y el «yo ideal», predecían la depresión postnatal. Además, se encontró una correlación negativa entre las discrepancias del yo y la realización de valores. El estudio sugiere que la maternidad puede representar una circunstancia única en la que el «yo ideal» evoluciona y la mujer siente que debe esforzarse por ser una versión de sí misma (por ejemplo, una madre perfecta), y esa versión se convierte en su nuevo «yo ideal». Estos resultados destacan la complejidad de la identidad durante la maternidad y sus implicaciones para la salud mental, proporcionando <i>insights</i> valiosos para discusiones en torno a la maternidad y orientación clínica en el periodo perinatal.	Identidad Materna y Salud Mental