



El apego adulto: perfiles de sujetos evaluados por el Cuestionario de Apego Adulto y su relación con otras variables psicológicas

Gisela Ferré Rey

ADVERTIMENT. L'accés als continguts d'aquesta tesi doctoral i la seva utilització ha de respectar els drets de la persona autora. Pot ser utilitzada per a consulta o estudi personal, així com en activitats o materials d'investigació i docència en els termes establerts a l'art. 32 del Text Refós de la Llei de Propietat Intel·lectual (RDL 1/1996). Per altres utilitzacions es requereix l'autorització prèvia i expressa de la persona autora. En qualsevol cas, en la utilització dels seus continguts caldrà indicar de forma clara el nom i cognoms de la persona autora i el títol de la tesi doctoral. No s'autoritza la seva reproducció o altres formes d'explotació efectuades amb finalitats de lucre ni la seva comunicació pública des d'un lloc aliè al servei TDX. Tampoc s'autoritza la presentació del seu contingut en una finestra o marc aliè a TDX (framing). Aquesta reserva de drets afecta tant als continguts de la tesi com als seus resums i índexs.

ADVERTENCIA. El acceso a los contenidos de esta tesis doctoral y su utilización debe respetar los derechos de la persona autora. Puede ser utilizada para consulta o estudio personal, así como en actividades o materiales de investigación y docencia en los términos establecidos en el art. 32 del Texto Refundido de la Ley de Propiedad Intelectual (RDL 1/1996). Para otros usos se requiere la autorización previa y expresa de la persona autora. En cualquier caso, en la utilización de sus contenidos se deberá indicar de forma clara el nombre y apellidos de la persona autora y el título de la tesis doctoral. No se autoriza su reproducción u otras formas de explotación efectuadas con fines lucrativos ni su comunicación pública desde un sitio ajeno al servicio TDR. Tampoco se autoriza la presentación de su contenido en una ventana o marco ajeno a TDR (framing). Esta reserva de derechos afecta tanto al contenido de la tesis como a sus resúmenes e índices.

WARNING. Access to the contents of this doctoral thesis and its use must respect the rights of the author. It can be used for reference or private study, as well as research and learning activities or materials in the terms established by the 32nd article of the Spanish Consolidated Copyright Act (RDL 1/1996). Express and previous authorization of the author is required for any other uses. In any case, when using its content, full name of the author and title of the thesis must be clearly indicated. Reproduction or other forms of for profit use or public communication from outside TDX service is not allowed. Presentation of its content in a window or frame external to TDX (framing) is not authorized either. These rights affect both the content of the thesis and its abstracts and indexes.



UNIVERSITAT
ROVIRA I VIRGILI

El apego adulto: perfiles de sujetos evaluados por el Cuestionario de Apego Adulto y su relación con otras variables psicológicas



Tesis doctoral

Gisela Ferré Rey

Dirigida por:

Dra. Cori Camps y Dra. Fàbia Morales

Universitat Rovira i Virgili

2020

Gisela Ferré Rey

El apego adulto:
perfiles de sujetos evaluados por el
Cuestionario de Apego Adulto y su relación
con otras variables psicológicas

TESIS DOCTORAL

Dirigida por la Dra. Cori Camps y la Dra. Fàbia Morales

Departamento de Psicología



UNIVERSITAT
ROVIRA i VIRGILI

Tarragona

2020

UNIVERSITAT ROVIRA I VIRGILI

El apego adulto: perfiles de sujetos evaluados por el Cuestionario de Apego Adulto y su relación con otras variables psicológicas

Gisela Ferré Rey

Agradecimientos

Voldria donar les gràcies:

A les meves directores de tesi, la Dra. Cori Camps i la Dra. Fàbia Morales, que se'ns dubte no hauria pogut tenir millors directores:

Gràcies Cori per la teva generositat, per la teva implicació amb tot el que fas, per la teva sempre disponibilitat a ajudar, en definitiva, pel teu gran cor. Des del primer dia que vaig entrar a treballar a la universitat m'he sentit part de l'equip, valorada i acceptada, i tu Cori, se'ns dubte has sigut una peça clau perquè això fos possible. També gràcies a tu he pogut descobrir el meravellós món de la psicomotricitat, en el que tant he gaudit i après.

Gràcies Fàbia per sempre estar diposada a donar-me un cop de mà, per resoldre els meus dubtes una i una altra vegada, per ajudar-me a que tant la tesi com els articles sempre surtin amb la millor qualitat possible, per intentar donar-me sempre els millors consells i per sempre recolzar-me.

A la Dra. Inés Tomás, pels tants bons moments que em vas regalar i les increïbles ensenyances que em vas deixar. Vas ser una dona inquieta, valenta, sabia i generosa, i aquests valors al teu costat es contagiaven. Vaig tenir la gran fortuna de conèixe't. Mai t'oblidaré.

A la Dra. Lola García, que a pesar que no pudimos compartir mucho tiempo, siempre recuerdo tu generosidad y tu vitalidad contagiadora. Siempre has estado dispuesta a echarme una mano en lo que necesitara.

Al Dr. Pere Joan Ferrando, pel seu recolzament i ajuda en els anàlisis.

A Dra. Elena Casterlenas. Gràcies per ajudar-me sempre que ho he necessitat, per la teva paciència, pel teu suport i per la teva preocupació en que les coses surtin bé.

Al Dr. Jorge Dueñas. Jorge, el día que te conocí no sabía que, aparte de encontrar un compañero de trabajo increíble encontraría también a un amigo. Me has ayudado y apoyado siempre, de manera incondicional. Has hecho que los días de trabajo fueran mucho más amenos, y también me has ayudado en los momentos que más lo necesitaba. Por todo ello, muchas gracias. Ahora, vamos a por los proyectos y objetivos que nos hemos propuesto!

Al Sergi, que sempre intentes ajudar en tot el que està a la teva mà. Espero que aviat poguem tornar a veure'ns i poguem seguir compartint tants bons moments.

A la resta de companyes de l'àrea. Tot i que ens veiem poc, sempre feu que em senti còmode al vostre costat i contribuïu a que estigui tant a gust a l'àrea.

Als meus amics, per estar sempre al meu costat, per fer-me passar tants bons moments, per ajudar-me a desconectar, per fer-me sentir recolzada en tot moment i pels vostres ànims.

Als meus pares Josep Salvador i Margarita. Us vull donar les gràcies per ensenyar-me el valor de l'esforç, la perseverància i de la importància de no parar d'aprendre mai. També agrair-vos el vostre suport incondicional i la vostra ajuda en tot moment. A part, vull

agraïr al meu pare per regalar-me aquest preciós dibuix de la portada, vas saber captar l'essència del que buscaba, tot i la dificultat afegida que feia poc t'havien operat l'ull. Ets tot un artista! Us estimo.

Als meus germans Josep i Jordi. Gràcies per compartir amb mi tants bons moments i pel vostre suport. Amb vosaltres he après molt de la vida. I al meu nebot Josep, que amb la teva curta edat m'has ensenyat tant.

A mis suegros, Pedro y Rosa. Gracias por hacerme sentir parte de vuestra familia desde el primer momento. Siempre habéis estado ahí, ayudándome cuando lo he necesitado. Siempre habéis tenido en cuenta mi opinión y me habéis incluido en cualquiera de vuestros planes. He tenido una gran suerte en conocerlos.

Y, finalmente, a mi pareja. Pere, eres un pilar fundamental en mi vida. Has estado siempre a mi lado y de manera incondicional, tanto en los buenos momentos como en los malos. A tu lado haces que crezca y que saque lo mejor de mí. Disfruto cada momento que comparto contigo, cada reflexión y cada proyecto que realizamos juntos. He sido muy afortunada por haberte conocido y de tenerte como pareja. Gracias por todo ello. Espero que podamos seguir juntos el camino de la vida hasta el final. Te amo.

UNIVERSITAT ROVIRA I VIRGILI

El apego adulto: perfiles de sujetos evaluados por el Cuestionario de Apego Adulto y su relación con otras variables psicológicas

Gisela Ferré Rey

Índice

I. Resumen.....	6
II. Organización de la tesis	13
CAPÍTULO 1. Introducción teórica.....	166
1. El apego: de la niñez a la adultez	188
2. ¿Qué es el apego?.....	20
3. Tipos de apego en la infancia.....	277
4. Modelo interno de trabajo o modelo operativo interno (internal working model).....	47
5. El apego en la edad adulta.....	56
6. Tipos de apego en la edad adulta	62
6.1. Modelo de Main y Goldwyn (1984).....	62
6.2. Modelo de Hazan y Shaver (1987).....	65
6.3. Modelo de Bartholomew y Horowitz (1991)	67
7. Estilos de apego y las relaciones de pareja.....	79
8. Transmisión intergeneracional de los estilos de apego	91
9. Neurociencia y apego	97
9.1. Modelos sobre la base neurobiológica del apego	104
10. Diferencias culturales y de sexo en el apego.....	111
11. El apego y otras variables psicológicas	1177
11.1. El apego y la vinculación parental	1177
11.2. El apego y las estrategias cognitivo-emocionales (los Moldes Mentales).....	1211
11.3. El apego y la inteligencia	1266
11.4. El apego y la personalidad	1299
11.5. El apego y la madurez psicológica	1333
12. Principales instrumentos de evaluación del apego adulto en España	14040
12.1. Cuestionario Estilo de Apego Adulto, de Hazan y Shaver (1987).....	14040

12.2. Cuestionario de Relación, de Bartholomew y Horowitz (1991) .	1422
12.3. Cuestionario de Experiencia en las Relaciones de Pareja, de Brennan, Clark y Shaver (1998)	1444
12.4. Cuestionario de Apego Adulto (CAA), de Melero y Cantero (2008)	1455
13. Objetivos e hipótesis de la investigación:	15050
CAPÍTULO 2. Método.....	1577
1. Sujetos	1599
2. Instrumentos	16060
2.1. Cuestionario de Apego Adulto (CAA, Melero y Cantero, 2008):	16060
2.2. Escala de Vinculación Parental (PBI, Parker, Tupling y Brown, 1979):	1611
2.3. Test de Estrategias Cognitivo-Emocionales (MOLDES, Hernández-Guanir, 2010):.....	1622
2.4. Adaptación española del Test de Aptitudes Mentales Primarias (PMA; Thurstone, 1938):	1655
2.5. Overall Personality Assessment Scale (OPERAS; Vigil-Colet, Morales-Vives, Camps, Tous y Lorenzo-Seva, 2013):	1677
2.6. Psychological Maturity Assessment Scale (PSYMAS; Morales- Vives, Camps y Lorenzo-Seva, 2012):.....	1688
3. Procedimiento	17070
3.1. Análisis de datos:	17071
CAPÍTULO 3. Resultados.....	1755
CAPÍTULO 4. Discusión y conclusiones generales	214
1. Discusión.....	216
2. Conclusiones generales	234
3. Limitaciones y futuras líneas de investigación.....	235
Referencias	237

Índice de figuras y tablas

Tabla 1: Descripción de los episodios y la duración de una “situación extraña”	28
Tabla 2: Tipos de modelos internos de trabajo y sus características.....	50
Tabla 3: Modelo de estilos de apego adulto de Bartholomew y Horowitz (1991)	71
Tabla 4: Matriz patrón obtenida en el análisis factorial	179
Tabla 5: Matriz de correlación entre factores.....	181
Tabla 6: Índices de ajuste para los análisis mixtos basados en el modelo de 4 factores del CAA.....	183
Tabla 7: Niveles medios en los factores para cada clase en función del Modelo Factorial Mixto	185
Tabla 8: Estadísticos descriptivos y diferencias de sexo.....	189
Tabla 9: Medias aritméticas y desviaciones típicas de cada grupo de apego en función del tipo de vinculación parental	192
Tabla 10: Correlaciones entre las dimensiones afectivas del apego y la vinculación parental	195
Tabla 11: Medias y desviaciones típicas en las estrategias cognitivo-emocionales en función del tipo de apego	196
Tabla 12: Correlaciones entre las estrategias cognitivo-emocionales y las dimensiones afectivas.....	199
Tabla 13: Medias y desviaciones típicas en las aptitudes mentales del PMA en función del tipo de apego.....	201
Tabla 14: Correlaciones entre las aptitudes mentales y las dimensiones afectivas.....	202
Tabla 15: Medias y desviaciones típicas en los rasgos de personalidad en función del tipo de apego	204
Tabla 16: Correlaciones entre la personalidad y las dimensiones afectivas.	207
Tabla 17: Diferencias de medias en madurez psicológica en función del tipo de apego	209

Tabla 18: Correlaciones entre la madurez psicológica y las dimensiones afectivas..... 212

Figura 1: Modelo integrador de la activación y dinámica del sistema de apego en la adultez (Mikulincer y Shaver, 2003)..... 60

Figura 2: Modelo del proceso diátesis-estrés del apego de Simpson y Rholes (2012)..... 80

I. Resumen

John Bowlby fue el primer autor que desarrolló una teoría sobre el apego y Mary Ainsworth fue la primera autora en proponer un procedimiento que permitiera evaluar la calidad del apego. A partir de las evaluaciones que realizó Ainsworth, esta autora propuso tres estilos principales de apego en la infancia: apego seguro, apego inseguro evitativo, y apego inseguro ambivalente.

Diversos autores sostienen que en la edad adulta habría una correspondencia con estos tres estilos de apego infantiles gracias a los modelos internos de trabajo, que se desarrollan desde que nacemos a partir de las experiencias vinculadas al apego. Estos modelos internos de trabajo tienden a ser estables, pero pueden modificarse (Bothe, 2015; Hazan y Shaver, 1987; Marrone, 2009).

Sin embargo, no existe un consenso sobre si la evaluación de los estilos de apego adulto debería ser abordada desde una aproximación categórica o dimensional. De hecho, tradicionalmente se había abordado de forma categórica, pero autores como Fraley y Waller (1998), y Fraley et al. (2015) han criticado esta aproximación, considerándola poco realista, dado que implica que hay pocas diferencias, o ninguna, entre los sujetos que están dentro de una misma categoría. Bartholomew y Horowitz (1991) propusieron aunar la aproximación categórica con la dimensional, para evaluar el apego de forma más precisa. Partiendo de esta visión más global, uno de los objetivos de la presente tesis consiste en determinar qué estilos de apego permite diferenciar el Cuestionario

de Apego Adulto (CAA, Melero y Cantero, 2008) utilizando el Análisis Factorial de Mixturas (AFM). Este procedimiento permite que la estructura derivada de las respuestas a los ítems sea tanto categórica como dimensional simultáneamente, reconciliando ambas perspectivas, por lo que resulta más adecuado que otros procedimientos utilizados previamente en este ámbito. Los resultados muestran que el cuestionario CAA diferencia entre dos perfiles principales de apego. Uno de estos perfiles abarca la mayoría de los participantes (77.48%) e implica niveles medios en los diferentes factores vinculados al apego. El otro perfil se caracteriza por niveles altos de miedo al rechazo, necesidad de aprobación y baja autoestima, niveles altos de resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad, niveles muy altos de autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad, y niveles bajos de expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones. Por eso, se denominó este segundo perfil como apego inseguro. Dado que el primer perfil implica un patrón de apego más positivo, fue denominado como apego seguro. Sin embargo, los resultados no sustentan la diferenciación entre cuatro perfiles, al contrario de lo que propusieron Melero y Cantero (2008).

Por otra parte, los resultados del presente estudio muestran que estos dos perfiles de apego están relacionados con variables como la vinculación parental experimentada en la infancia, la personalidad, la madurez, etc., tal como se esperaba. Concretamente, los resultados sugieren que el tipo de vinculación parental experimentado en la infancia tiene una influencia en el tipo de apego observado en la edad adulta, de modo que las personas

con un apego seguro tienden a haber experimentado más cuidados y afecto y menos control y sobreprotección por parte del padre y de la madre con respecto a las personas con un estilo de apego inseguro. Además, las personas que recibieron un alto afecto y bajo control del padre y de la madre tienden a expresar en mayor medida sus sentimientos y a sentirse cómodas con las relaciones. En cambio, aquellas personas que experimentaron un alto control y un bajo afecto por parte de ambos padres tienden a caracterizarse por una resolución hostil de conflictos, mostrando rencor y posesividad, autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad, además de una baja autoestima y una mayor necesidad de aprobación y de miedo al rechazo.

En cuanto a las estrategias cognitivo-emocionales, se han obtenido diferencias significativas entre los dos grupos en la variable ajuste del cuestionario Moldes. Estos resultados sugieren que los sujetos con un apego más seguro tienden a experimentar mayor bienestar subjetivo, afrontando la vida de manera más ajustada y positiva, en comparación con el grupo de apego inseguro. Sin embargo, no se han encontrado diferencias significativas entre los dos perfiles de apego en cuanto a las variables espontaneidad vital y optimización, en contra de lo esperado. Por otro lado, en la línea de las hipótesis planteadas, se obtuvieron correlaciones significativas entre las cuatro dimensiones afectivas del apego que evalúa el cuestionario CAA y las variables espontaneidad vital, ajuste y optimización. Estos resultados sugieren que las personas que se caracterizan por una mayor expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones suelen dejarse llevar y disfrutar más

de la vida, afrontando las situaciones de manera más apropiada y positiva, obteniendo rendimiento de sus potencialidades y de las situaciones adversas. En cambio, las personas que se caracterizan por una autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad, una baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo, con una resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad, suelen disfrutar menos de la vida, presentan menos bienestar personal y más problemas para adaptarse a la realidad, y no suelen sacar provecho de las dificultades ni de su propia capacidad. Sin embargo, no se ha obtenido una correlación significativa entre espontaneidad vital y la dimensión de autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad.

Respecto a la inteligencia, se han observado pocas diferencias entre los dos grupos, y estas diferencias tienen un tamaño del efecto pequeño, por lo que los resultados sugieren que no hay diferencias relevantes en inteligencia entre los dos grupos. En cambio, sí se han obtenido diferencias significativas en diversos rasgos de personalidad. Concretamente, el grupo con un apego más seguro ha obtenido puntuaciones significativamente superiores en estabilidad emocional y responsabilidad que las obtenidas por el grupo de apego inseguro, tal y como se esperaba. Igualmente, las cuatro dimensiones afectivas del apego correlacionaron con los rasgos de personalidad, también en la dirección esperada. Así, las personas que se caracterizan por una mayor expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones tienden a presentar una mayor estabilidad emocional y tienden a ser más extrovertidas, responsables y, amables, con una mayor apertura a la experiencia.

En cambio, aquellos que se caracterizan por una resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad, baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo, con autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad tienden a ser menos estables emocionalmente, menos extrvertidos, menos amables, menos responsables y menos abiertos a la experiencia.

Por último, en cuanto a la madurez psicológica, el grupo con un apego más seguro obtuvo puntuaciones significativamente superiores en orientación al trabajo y en identidad, y también en la madurez psicológica global, en comparación con el grupo de apego inseguro, tal y como se esperaba. Por lo tanto, los resultados sugieren que un apego más seguro facilita alcanzar un mayor nivel de madurez psicológica, tal como se esperaba, en especial en lo que respecta a la responsabilidad y a la identidad, aunque no en autonomía. Por otro lado, las cuatro dimensiones afectivas del apego están relacionadas con las subescalas de madurez psicológica, en la línea de las hipótesis planteadas. Estos resultados muestran la relevancia del apego en el desarrollo de la madurez psicológica.

Por lo tanto, los resultados de presente estudio sugieren que el cuestionario CAA permite diferenciar entre dos perfiles de apego, y no entre cuatro perfiles como habían propuesto las autoras del cuestionario. En general, estos dos perfiles presentan el patrón esperado de relaciones con variables como los rasgos de personalidad, el tipo de vinculación parental, las estrategias cognitivo-emocionales y la madurez psicológica. Sin embargo, los

resultados sugieren que el apego adulto no está relacionado con la inteligencia.

II. Organización de la tesis

Este trabajo se divide en cuatro capítulos. El primer capítulo es la introducción teórica, y en ella se describen los elementos más importantes del apego. Así, primero se hace referencia a la conceptualización del apego y a las características propias en la infancia, ya que es la base para entender las características del apego en las futuras etapas del desarrollo. Después se profundiza en las características del apego en la edad adulta. Se incluye la relación del apego con la pareja, la transmisión intergeneracional, las aportaciones de la neurociencia en este ámbito, y las diferencias culturales y de sexo. Posteriormente, se expone la relación del apego adulto con diversas variables psicológicas, como son el tipo de vínculo parental, las estrategias cognitivo-emocionales, la inteligencia, la personalidad y la madurez psicológica. Cabe destacar que algunas de estas relaciones han sido poco exploradas en la literatura. Para finalizar este capítulo, se describen los objetivos y las hipótesis de la investigación. En el segundo capítulo se describen los sujetos que han participado, los instrumentos que se han empleado y sus características psicométricas, y el procedimiento utilizado. En el tercer capítulo se exponen los resultados de la investigación con las respectivas tablas que muestran los resultados obtenidos en los diferentes análisis. Y, finalmente, en el cuarto capítulo, se discuten los resultados presentados relacionándolos con la introducción teórica y con la literatura previa. En este capítulo se exponen también las

conclusiones generales. Además, se señalan las limitaciones de este estudio y se sugieren nuevas líneas para investigar en el futuro.

A lo largo de la tesis se empleará el término “niño” como genérico de “niño/niña”.

CAPÍTULO 1.

Introducción teórica

1. El apego: de la niñez a la adultez

Según Bowlby (1998), la conducta de apego que se da en la infancia se prolonga hasta la adultez. Sin embargo, en la adolescencia otras personas pueden empezar a tener igual o mayor peso que los padres. De hecho, en esta etapa puede ser que el adolescente se distancie emocionalmente de sus padres, pero también puede ser que continúe muy apegado. Sin embargo, lo más frecuente es que, aunque considere que los padres son importantes, también lo sean otras personas. Por lo tanto, frecuentemente el apego con los progenitores continúa en la adolescencia y en la adultez. En los adultos, se suele manifestar, o incluso aumentar, la conducta de apego cuando se tiene una enfermedad, cuando se sufre una catástrofe o cuando se está ante un peligro, buscando la cercanía de una figura de apego. Tal y como apuntan Lafuente y Cantero (2010), en los adultos, la pareja suele ser la figura principal de apego, aunque hay personas que consideran a los padres o a los hijos como sus principales figuras de apego. Cuando aparece la pareja, los padres suelen descender en la jerarquía de apegos. Finalmente, la conducta de apego en la vejez suele dirigirse hacia generaciones más jóvenes, ya que generalmente no pueden hacerlo con las generaciones anteriores ni muchas veces con los de la suya.

Dependiendo de cómo se establezcan las relaciones de apego durante la infancia, tendrán un efecto protector/resiliente o un efecto de vulnerabilidad/riesgo sobre la salud mental y sobre el desarrollo de una posible psicopatología (Camps-Pons, et al., 2014; Widom et

al., 2018; Zan, 2004). Así, según como sea la calidad del vínculo que se establece entre el cuidador y el niño durante la infancia, éste favorecerá o dificultará que el niño desarrolle competencias para poder relacionarse con su entorno y para hacer frente a las situaciones de la vida cuando sea adulto (e. g. Bayrak et al., 2018; Marrone, 2014). Por eso, si se ha establecido un tipo de vínculo de apego óptimo, el niño tendrá en el futuro menos posibilidades de padecer problemas de salud mental al haber desarrollado competencias para hacer frente, por ejemplo, a situaciones de estrés, mientras que si no se ha tenido un vínculo de apego óptimo, el niño tendrá menos posibilidades de desarrollar competencias personales para hacer frente a las situaciones de la vida en un futuro, lo que puede constituir un factor de riesgo para el desarrollo de problemas de salud mental.

2. ¿Qué es el apego?

El apego es aquel vínculo afectivo intenso y particular que se establece entre dos personas a través de una interacción recíproca y que tiende a perdurar en el tiempo. Se busca la cercanía con la figura de apego para conseguir protección y cuidados que permitan experimentar a la persona bienestar y seguridad a nivel físico y psicológico (Lafuente, 1989).

El interés por las vinculaciones afectivas surgió alrededor de los años 40, cuando se empezó a ver las consecuencias que tenía para el desarrollo de la persona la falta de la figura de apego en la niñez. El primer autor en desarrollar una teoría del apego fue John Bowlby, sobre los años 60, y la primera autora que propuso un procedimiento para evaluar la calidad del apego fue Mary Ainsworth, durante la misma década (Lafuente y Cantero, 2010).

J. Bowlby distinguió entre *apego*, que es la tendencia a permanecer cerca de una persona concreta (especialmente en situaciones de vulnerabilidad), y que es un atributo interno del menor que no cambia con facilidad, de la *conducta de apego*, que serían las conductas que utiliza el menor para estar cerca de su figura de apego y que se manifiestan o no según el momento. El *sistema de apego* está compuesto por el modelo interno de trabajo, las conductas de apego, y la esfera emocional (Lafuente y Cantero, 2010).

Para J. Bowlby la principal función de la conducta de apego es la de la supervivencia. Defendía que el origen del vínculo

afectivo se podía explicar desde la teoría de la conducta instintiva, la cual propone que el vínculo que establece el bebé con su figura materna es debido a la acción de unos sistemas de conducta (entendido como un conjunto de comportamientos que se irán haciendo más complejos y más coordinados con el fin de conseguir la adaptación) que llevan a acercarse a la figura de apego, y se da de manera instintiva. Estos sistemas de conducta se ponen especialmente de manifiesto cuando se va la figura materna o ante estímulos que les generan miedo, aunque el hecho de volver a ver, oír o contactar físicamente con la figura de apego puede interrumpirlos. Hasta alrededor de los 3 años estos sistemas se activarán con facilidad, después costará más debido a que el menor tendrá otras estrategias y no le hará tanta falta estar cerca de su figura de apego.

J. Bowlby explicó que la conducta de apego se podía dar ante una serie de factores:

- *Factores que afectan al niño*: cuando tiene hambre, dolor, frío, está cansado, o enfermo. La intensidad de la conducta de apego suele ser alta y generalmente solo se interrumpe con el contacto físico de su figura de apego. Si no tiene este contacto, suele aumentar la conducta de apego.
- *Situación de la madre*: el menor intentará aferrarse a ella cuando ésta se va (o el niño imagina que puede irse), cuando no está presente, o cuando ella evita acercarse a su hijo/a.
- *Otros factores ambientales*: la conducta de apego suele incrementar cuando el menor está alarmado, ya sea por un

cambio brusco (ruido fuerte, si se hace oscuro repentinamente, etc), o bien por objetos extraños, donde el niño buscará el contacto con la figura de apego.

Si la conducta de apego es muy intensa, solamente el contacto físico de su figura de apego podrá disminuirlo, mientras que si la conducta de apego es poco intensa, se podrá calmar con ver o escuchar a su figura de apego o cuando se le acerque otra figura secundaria.

Según Bowlby, la conducta de apego se desarrolla en cuatro fases:

- *Fase inicial: Orientación y señales con discriminación limitada de la figura.* Se da en las primeras 12 semanas de vida. El bebé distingue a las personas por el olor y el oído, y suele sonreír, balbucear, orientarse hacia la persona, seguir con los ojos, etc.
- *Fase de formación del vínculo: Orientación y señales hacia figuras discriminadas.* Desde los 3 a los 6 meses aproximadamente, las conductas comentadas en la fase inicial se ven con mayor claridad hacia la figura de referencia que con las otras personas.
- *Fase determinante de la vinculación: mantenimiento de la proximidad con la figura discriminada mediante la locomoción y las señales.* Se suele dar a partir de los 6-7 meses hasta los 3 años aproximadamente (si el niño no tiene una figura central entre los 6-7 meses de edad, esta fase puede llegar a iniciarse más tarde del primer año). En esta fase se ve con claridad el apego hacia la figura de referencia y también aparecen figuras de apego secundarias. En esta fase también se puede ver cómo

- el niño amplía su repertorio conductual (puede seguir a su figura de apego, saludarla, utilizarla como base segura para explorar,...). El bebé reacciona de forma diferente en función de la persona, mostrando prudencia y distancia hacia las personas desconocidas. Alrededor de los 8 meses, la mayoría de los niños/as tienen miedo a lo extraño y a las personas que no conocen. Debido a ello, a partir de esta edad será más complicado que forme un vínculo de apego con una nueva persona.
- *Fase de la formación de una pareja con corrección de objetivos*: se suele dar a los 3 años y medio. Se activan, aunque de manera sencilla, sistemas con corrección de objetivos (selección de determinadas conductas que posibilitan acercarse a la meta prefijada, corrigiéndose continuamente). Por ejemplo, cuando el niño quiera llamar la atención de su figura de apego utilizará un repertorio de conductas hasta conseguir su objetivo (Lafuente y Cantero, 2010). El niño empieza a entender ligeramente las motivaciones y sentimientos de la figura de apego. Puede tolerar que esta figura no esté presente durante un tiempo, las conductas de apego se dan con menor frecuencia y puede esperar un poco a ser atendido.

En esta fase, el menor está completamente apegado a su figura de apego (se ha formado la pareja de vínculo), es más autónomo y explora su entorno, dado que ya tiene una representación mental de esta figura y sabe que si necesita su ayuda la obtendrá (Sadurní, 2011).

Se establece un orden jerárquico entre las diferentes personas con las que hay un vínculo de apego, y normalmente se suele tener preferencia por la figura materna. Cuando el bebé establece un vínculo con su figura de apego, siempre la preferirá ante otras personas, aunque estén separados (Bowlby, 1998). A pesar de que la madre suele ser la principal figura de apego, en la teoría de Bowlby cualquier persona puede ser esta figura principal de apego mientras su comportamiento sea “maternal”, entendiéndolo como alguien que proporciona la mayoría de cuidados y de interacciones con el niño (Bowlby, 2014).

El sistema de apego está en interacción con otros sistemas, de los cuales Bowlby puso especial énfasis en dos: el sistema exploratorio y el sistema de miedo. Cuando el sistema de miedo se activa, el sistema de apego suele incrementar su activación, mientras que la activación del sistema de exploración puede reducir la activación del sistema de apego siempre y cuando el sistema de apego no esté muy activado (Cassidy, 2016). A continuación, se exponen los sistemas que se suelen relacionar más con el sistema de apego y cómo es su interacción:

- *El sistema exploratorio*

Según Bowlby, este sistema es importante para la supervivencia porque permite obtener información sobre el entorno. Así, el sistema de apego y el sistema exploratorio son dos sistemas complementarios y mutuamente inhibitorios que permiten que mientras el niño esté protegido al lado de su figura de apego, este pueda aprender de su entorno mediante la

exploración. El niño equilibra estos dos sistemas y actúa según como evalúe el entorno y la disponibilidad de la figura de apego.

- *El sistema de miedo*

El miedo a determinados estímulos es adaptativo y generalmente se desencadena por estímulos peligrosos innatos o aprendidos y cuando no está la figura de apego. Cuando un niño tiene miedo aumenta su conducta de apego buscando protección, y la disponibilidad de la figura de apego permitirá modular el sistema de miedo.

- *El sistema de cuidado*

Es otro sistema que se relaciona con el sistema de apego. Su función básica es la de proteger al hijo. Englobaría aquellas conductas que los padres ponen en funcionamiento para acercarse y reconfortar cuando se percibe que el hijo está en una situación peligrosa o de angustia, real o potencial. La figura de apego y el niño mantendrán una distancia que les resulta cómoda, de manera que si el niño se aleja, la figura de apego se aproximará a él y viceversa. Así, cuando este sistema se activa, el sistema de apego puede estar en parte desactivado, ya que la figura de apego se encarga de mantener la proximidad.

- *El sistema afiliativo o sociable*

Cabe distinguir este sistema del sistema de apego. El sistema afiliativo o sociable implica un interés por los demás y el deseo de hacer cosas con otras personas, y tiene la función de

favorecer la supervivencia y la reproducción mediante la socialización con los demás. Este sistema suele activarse cuando no lo está el de apego. Así, un niño cuando no está seguro de dónde está su figura de apego, o cuando está enfermo, cansado, etc., en el momento que encuentra a su figura de apego, quiere permanecer con ella. En cambio, el niño quiere interactuar con otra persona cuando se encuentra bien y sabe dónde está su figura de apego.

A modo de resumen, la idea central de la teoría de Bowlby es que desde el nacimiento es necesario establecer una relación con un cuidador para garantizar un buen desarrollo físico, emocional y social, y por ello los bebés se apegan de manera instintiva al cuidador. La finalidad biológica es sobrevivir y la finalidad psicológica es sentirse seguro. El primer vínculo es la base de la seguridad del menor y también de su seguridad en la adultez, por lo que tendrá una repercusión en las futuras relaciones interpersonales. Según el comportamiento de los padres ante las demandas del niño, el pequeño elaborará unos modelos internos que dirigirán sus pensamientos, percepciones y emociones, y presentará un estilo de apego u otro. Así, en el apego intervienen tanto las conductas de apego del niño como la respuesta del cuidador (Bowlby, 2014).

3. Tipos de apego en la infancia

Mary Ainsworth fue la primera autora en estudiar de manera empírica el apego y su desarrollo, poniendo especial énfasis en las diferencias individuales en el apego (Keller, 2013). Esta autora, juntamente con su grupo de investigación, creó en 1969 la conocida como “situación extraña”, que posibilitaba la evaluación estandarizada de la relación y la calidad de apego madre-hijo en los dos primeros años de vida. Su nombre deriva de dos situaciones que, según la teoría de Bowlby, le producirían miedo o ansiedad al niño y que activarían la conducta de apego: un sitio que no conoce (el laboratorio) y la presencia de una persona desconocida.

Para poner en práctica la “situación extraña” se utiliza una sala con dos sillas, juguetes, una cámara para grabar y una pantalla de visionado unidireccional. En teoría, la presencia de la madre ofrece la suficiente seguridad para que el niño explore su entorno y juegue, a pesar de la presencia de esos dos estresores. Tras una señal, la madre debe abandonar la sala dejando a su hijo con la persona desconocida y, más adelante, dejándolo solo (Sadurní, 2011; Marrone, 2014). En la tabla 1, que se presenta a continuación, se describen los ocho episodios de la situación extraña, su duración, y en qué consiste cada uno de ellos.

Tabla 1

Descripción de los episodios y la duración de una “situación extraña”

Episodio	Duración	Descripción
1	1 minuto	El investigador da las instrucciones a la madre y los hace pasar a ella y a su hijo a la sala. El experimentador sale.
2	3 minutos	El niño empieza a explorar y la madre no participa. Si pasados dos minutos el niño no juega, se le anima a hacerlo.
3	3 minutos	Entra la persona desconocida. Durante el primer minuto permanece callada, en el segundo minuto habla con la madre, y en el tercer minuto se aproxima al niño.
4	3 minutos	Se da la primera separación. La madre se va sin decir nada. El desconocido sigue sentado pero puede intentar calmar el niño si este lo necesita.
5	3 minutos	Primer reencuentro con la madre y la persona extraña se va. La madre intenta consolar al niño e intenta que vuelva a jugar.
6	3 minutos	Se da la segunda separación. La madre sale de la sala diciendo “adiós”.
7	3 minutos	El desconocido entra y consuela al niño si lo necesita. Si no es el caso, se sienta.
8	3 minutos	Segundo reencuentro. Entra la madre y consuela al niño, pueden jugar juntos. La persona desconocida sale de la sala.

En este experimento lo más importante es ver cómo el niño reacciona cuando su madre vuelve. Según su reacción, Ainsworth describió que se podían establecer tres tipos de apego (Lafuente y Cantero, 2010) que se describen a continuación. Concretamente, aunque el apego seguro se corresponde con el tipo B, no con el A, se ha optado por presentar primero este tipo de apego, para facilitar la comparación entre este apego con los demás. Los tres tipos de apego son:

- *Apego seguro (tipo B)*: este tipo de apego es predictor de un desarrollo emocional, cognitivo y social sano. Reacciones del niño con este tipo de apego en función de la situación:
 - Ante la “situación extraña” con su figura de apego: el niño explora su entorno.
 - En la separación: puede manifestar o no estrés.
 - En el reencuentro: busca activamente a su figura de apego, se le puede consolar en caso de ser necesario y puede volver a explorar.

Características de los padres: los padres de estos niños perciben e interpretan correctamente las señales de su hijo y responden adecuadamente (son sensibles), aceptan a sus hijos tal y como son y aceptan sus responsabilidades como padres. Además, tienen en cuenta los deseos del hijo y promueven su autonomía sin ser invasivos. El niño sabe que puede recurrir a ellos cuando lo necesite (son accesibles). Estos padres expresan sus sentimientos, sin mostrarse rígidos.

Características de los niños: Barudy y Dantagnan (2005) señalan que los menores con un estilo de apego seguro pueden explorar gracias a que interiorizan que su figura de apego estará cuando la necesiten. De esta forma, el niño utiliza a su cuidador como base de seguridad, lo que le permite explorar y también ir adquiriendo confianza consigo mismo y con los demás. Todo ello posibilitará que en el futuro se pueda vincular de manera positiva con los otros y pueda desarrollar competencias como la autorregulación, la reciprocidad, la empatía, la capacidad de hacer frente a situaciones de pérdida, etc.

- *Apego inseguro evitativo o huidizo (tipo A).* Reacciones del niño con este tipo de apego en función de la situación:
 - Ante la “situación extraña” con su figura de apego: tiene poco interés en la figura de apego, no suele buscarla y explora mucho.
 - En la separación: no acostumbra a manifestar angustia.
 - En el reencuentro: suele evitar contactar con la figura de apego.

Característica de los padres: suelen ser insensibles, es decir, no perciben ni interpretan correctamente las señales de su hijo y su respuesta no es adecuada. No le ofrecen muestras de cariño y suelen rechazar el contacto corporal y emocional del menor, ya que tienden a quitar valor a las relaciones afectivas. También suelen mostrarse enfadados, irritables y con una actitud de reproche y hostilidad hacia el hijo. Según Barudy y Dantagnan

(2005), la expresión de estas actitudes negativas hacia el hijo se manifiesta en forma de intrusión, control y sobreestimulación al menor.

Cuando el bebé tiene alguna necesidad genera una gran tensión en el cuidador. Para gestionar esta tensión y no verse sobrepasado por las necesidades del bebé, el cuidador puede distanciarse emocionalmente de su hijo y negar las necesidades del pequeño, como por ejemplo, diciéndose que el bebé no tiene hambre, sueño, miedo, etc., haciendo una interpretación más tolerable de lo que le sucede al menor. Así, estas figuras de apego se suelen mostrar insensibles a las demandas del niño.

Características de los niños: debido a que la figura de apego no tiene en cuenta sus necesidades emocionales y la interacción con ella le genera estrés y dolor, el niño crea una defensa conteniendo sus conductas de apego y sus emociones, mostrando una falsa imagen de autosuficiencia afectiva con comportamientos evitativos. Además, para protegerse de la sobreestimulación, intrusión y control parental, el niño utiliza la evitación como defensa del agobio que experimenta.

Según Barudy y Dantagnan (2005), el niño con un estilo de apego evitativo observa que cuando pide que se le satisfaga una necesidad o cuando muestra conductas de apego, es rechazado por su figura de apego, mientras que si no lo pide no suele producirse este rechazo. De esta forma aprende que mostrar las emociones conlleva consecuencias negativas mientras que su represión las disminuye. Como resultado, reprimirá sus

emociones y sus conductas de apego, creando una disociación con su mundo afectivo (negando, ignorando o cambiando sus verdaderos sentimientos) y sus necesidades. Es así como organiza su sistema de apego con el fin de mantener la proximidad con el cuidador.

A medida que el niño tenga mayor función simbólica irá cambiando el comportamiento evitativo por la inhibición psicológica. Así, se focalizará en actividades que no impliquen afectividad, buscando el éxito en otros ámbitos (mundo académico, deporte, etc.), para llamar la atención de sus padres, pudiendo volverse perfeccionistas y complacientes. En el ámbito social, estos niños pueden mostrar dificultades. Es posible que quieran, por un lado, conectarse a nivel afectivo con los demás, pero, por otro lado, ser extremadamente independientes. Puede ser que tengan una aparente buena relación con sus compañeros y comprender qué les pasa a los demás, pero los vínculos que establecen son superfluos y no comprenden su propio mundo afectivo. Tampoco suelen expresar directamente su ira ni entrar rápidamente en una disputa. En la escuela, no suelen mostrar dificultades en sus notas (incluso pueden sobresalir) y pueden pasar inadvertidos, ya que no suelen generar conflictos ni participar durante las clases.

Su modelo interno de trabajo sobre los demás se basa en que no estarán disponibles y en que no saben exactamente qué esperar de ellos. Su representación sobre sí mismo es de

alguien independiente, fuerte, que controla la situación y que no se conmueve fácilmente en las relaciones interpersonales. Sin embargo, en realidad suelen mostrar una baja autoestima, falta de confianza en sí mismos y en los otros, y tienen una falsa ilusión de no necesitar a los demás en el plano afectivo.

En el caso de los jóvenes y adolescentes, suelen utilizar estrategias para no involucrarse en situaciones ni en relaciones que implican emocionalidad. Tienden a minimizar la importancia de los afectos y no hay demasiada emotividad en sus conversaciones. En las relaciones interpersonales suelen mostrarse independientes, no suelen demandar y estas relaciones tienden a ser instrumentalizadas, es decir, sirven para un objetivo como, por ejemplo, obtener alguna cosa. Esta disociación que hacen a nivel emocional impide que muchas veces puedan recordar situaciones con un alto contenido afectivo.

Estas personas necesitan la aprobación de los demás porque para ellos es sinónimo de que les quieren. De esta forma, suelen adaptarse en situaciones sociales sin crear conflictos, y estas relaciones pueden perdurar en el tiempo si no hay mucha carga emocional. En caso de que las relaciones sociales empezaran a volverse cercanas les generaría mucha inseguridad porque han aprendido que si muestran abiertamente sus sentimientos, tarde o temprano les rechazarán/abandonarán. Es por este motivo que cuando se empieza a crear un vínculo más estrecho, estas personas suelen gestionar sus emociones poniendo distancia o

racionalizando. Pueden aparecer obsesiones para poder controlar las situaciones estresantes. Incluso puede haber una dejadez en el aseo personal o mostrar una apariencia desagradable con el fin de poner distancia con los demás.

Hay diferentes grados de afectación dentro de este grupo de jóvenes, pero en las áreas en las que no está implicado lo emocional no suelen tener problemas. Sin embargo, hay adolescentes que ante situaciones estresantes tienen problemas de comportamiento, y su dificultad para pedir consuelo o para compartir con los demás sus propias vivencias les puede conducir a conductas antisociales y hostiles. Dependerá de muchos factores, pero es clave la calidad de las relaciones que mantenga durante la adolescencia, y si son positivas podrán llegar a manejarse mucho mejor en las relaciones interpersonales.

- *Apego inseguro ambivalente o resistente (tipo C)*. Reacciones del niño con este tipo de apego en función de la situación:
 - Ante la “situación extraña” con su figura de apego: está ansioso y tiende a no explorar. Suele mostrar conductas muy dependientes para llamar la atención de su figura de apego.
 - En la separación: está muy desolado.
 - En el reencuentro: cuesta mucho consolarle y muestra ambivalencia ante su figura de apego. En otras palabras,

quiere estar en contacto con ella, pero, a la vez, está enfadado con la figura de apego porque se ha ido.

Características de los padres: suelen ser insensibles e inaccesibles, no se implican demasiado a nivel conductual ni afectivo (incluso puede haber indiferencia) y tampoco los estimulan. Dentro de este tipo de apego también se engloban los padres que son inconsistentes en la crianza.

Para Barudy y Dantagnan (2005), puede ser que estos padres no atiendan a las demandas físicas y afectivas de los niños durante bastante tiempo, por lo que en este estilo de apego suele producirse negligencia emocional y física. La ausencia física y psicológica de la figura de apego hacia su hijo genera inconsistencia, incongruencia y falta de predictibilidad de los cuidados y atenciones hacia el menor.

Es frecuente ver a madres que intentan resolver sus carencias emocionales y de apego mediante la situación de intimidad que proporciona la maternidad. Cuando no se cumplen sus expectativas, el cuidado de su hijo se vuelve angustiante y desalentador, repercutiendo en una menor sensibilidad hacia el niño. Su inseguridad y sensación de no ser competente ante las demandas del menor la puede bloquear, lo que puede derivar en negligencia.

Características de los niños: suelen ser dependientes de su figura de apego y tienen sentimientos de ira y frustración porque no reciben su atención. Los niños con padres inconsistentes tienen un gran malestar por la incertidumbre que

les genera sus progenitores. No saben qué esperar de su entorno ni qué consecuencias tienen sus conductas, por lo que muchas veces utilizan estrategias como rabietas, agresiones, etc., para disminuir la incertidumbre y buscar conductas predecibles de sus padres. Es preferible para el niño comportarse de esta manera y conocer las consecuencias (aunque sean negativas, como podría ser un castigo) a no poder predecir qué sucederá.

Según Barudy y Dantagnan (2005) estos niños tienen mucho malestar por si los demás responderán a sus demandas emocionales y una preocupación por si les quieren y si les consideran importantes. Las conductas de los cuidadores no permiten que el niño aprenda a gestionar sus emociones ni le ayudan a pasar de la angustia a la calma. Estos menores muestran sentimientos ambivalentes con respecto a sus cuidadores y la manera que tienen de estar cerca de ellos es aumentando las conductas de apego, prefiriendo alcanzar una “fusión” con el otro. Sentir que no le quieren tendrá repercusión en su autoconcepto y autoestima, es el origen de creencias como que no les va a querer nunca nadie, y todas las relaciones interpersonales futuras estarán bajo el prisma de esta creencia.

El hecho de que la figura de apego responda a las necesidades del menor de manera variable hará que el niño no encuentre relación entre su conducta y la de su cuidador. Por un lado, esto le generará sentimientos de incertidumbre y falta de control sobre su entorno (sintiéndose solo, abandonado e

impotente, ocasionándole una fuerte angustia), con lo que intensificará sus conductas de apego (llegando a ser muy demandante) pero exponiéndose a que el cuidador pueda acabar agrediéndole física/verbalmente. Por otro lado, no podrá hacer predicciones ni controlar su entorno, por lo que lo percibirá como peligroso y tendrá dificultades en la cognición sobre el plano emocional y social, ya que si no puede hacer predicciones no podrá regular su comportamiento en función de las reacciones que esperaría de su figura de apego. Esto se extrapola en las otras relaciones, donde no pueden predecir los comportamientos de los demás y no saben cómo obtener algo del otro de la mejor forma. Además, como las conductas de apego están hiperactivadas, no pueden reflexionar acerca de las mejores opciones según las circunstancias ni explorar su entorno, ya que sus esfuerzos se dirigen a mantenerse próximo a la figura de apego. Esto puede tener repercusiones sobre su rendimiento académico y concentración, ya que al depositar tanta energía en el área emocional dejan poco para aprender (no suelen explorar, realizar actividades cognitivas, etc.). En este grupo suelen verse niños con problemas académicos, con trastornos del aprendizaje, y con trastornos de déficit de atención/hiperactividad. También suelen querer llamar la atención del/a maestro/a, bien pidiendo que les ayuden con los ejercicios o bien mostrando problemas de comportamiento.

A medida que el niño crece, aprende otras estrategias para ejercer cierto control sobre el entorno y que el otro esté cerca

de él. Utilizan principalmente dos tipos de estrategias coercitivas:

1. Estrategia coercitiva-agresiva: estos niños suelen demandar mucho, mostrar agresividad, enfado, etc. Esto genera mucha angustia en las figuras de apego, teniendo la sensación de que no son competentes y que no se les quiere. Habrá padres que contestarán con agresiones verbales/físicas, entre las cuales están amenazarlo con abandonarlo, aislarlo o pegarle.
2. Estrategia coercitiva-indefensa: estos niños suelen reprimir la rabia que sienten, se muestran muy dependientes estando permanentemente cerca del otro, o siendo excesivamente agradables con los demás (hasta con extraños). Otros niños pueden optar por intentar dar pena y generar compasión en los demás mostrándose como víctimas para que les cuiden.

En el área social, su necesidad de ser aceptados y reconocidos les puede llevar a tener enfrentamientos con los demás cuando sienten celos o quieren ser los únicos para alguien. Por otro lado, esta necesidad de aceptación se puede manifestar con distintos comportamientos, como desear la aprobación insistentemente, sentir temor a que los abandonen, o pertenecer a una banda. Estos niños también suelen presentar ansiedad, ira, frustración, inseguridad, etc., en sus relaciones y pueden tener problemas para manejarlo. Además, estos niños también pueden buscar pertenecer a una banda. La fusión que suelen

establecer estos niños con otros miembros del grupo les proporcionaría un sentimiento de seguridad.

- *Apego desorganizado o desorientado (tipo D)*: posteriormente, Main y Solomon en la década de los 80 incluyeron este cuarto tipo de apego. Estos niños suelen mostrar a lo largo de la “situación extraña” conductas contradictorias, como querer acercarse a la figura de apego y, a la vez, alejarse, quedarse congelado, mostrar angustia, ira, buscar el contacto de manera intensa, etc.

Características de los padres: suelen abusar o ser negligentes con sus hijos, y es frecuente que tengan unas competencias parentales deficientes. Es habitual que estos padres hayan experimentado situaciones traumáticas, como abusos sexuales, marcada negligencia o malos tratos físicos severos. Además, un porcentaje elevado de ellos tiene problemas psiquiátricos o con las drogas.

Hay casos en que estos padres se angustian cuando el niño les busca para que les atienda a nivel físico y emocional, sin embargo, si el niño se distancia sentirán que los están provocando y responderán con rechazo y hostilidad. Por otro lado, hay padres que no abusan de sus hijos, pero debido a que no tienen el duelo elaborado por la muerte de una figura de apego en la niñez, generan este estilo de apego en sus hijos. Concretamente, puede ser que estos padres sientan de repente un

miedo injustificado, sin una causa objetiva, alarmando a su hijo de manera inesperada, y desorganizándolo.

Características de los niños: en estos niños se suele activar a la vez el sistema de apego y el de miedo, presentando una lucha interna entre acercarse a su figura de apego, para que lo consuele, y distanciarse de ella para estar seguro. Este tipo de apego se suele asociar a niños que han vivido situaciones traumáticas con respecto a su figura de apego y se considera que es un factor de vulnerabilidad para desarrollar en el futuro una psicopatología.

En los casos de niños que ven que tanto acercarse como alejarse de la figura de apego tiene consecuencias negativas, esta situación les generará sentimientos repetidos de desesperanza, impotencia, confusión, temor, percepción de falta de control sobre la situación, y ansiedad, ya que no podrán hacer nada para evitar la hostilidad y el rechazo de su figura parental, ni estar protegidos, ni rebajar su angustia. En las relaciones con los demás siempre estará presente el miedo. También se suele dar este estilo de apego en niños que han experimentado varias veces la separación, pasando por diferentes cuidadores.

Existen dos tipos de apego desorganizado/desorientado: el apego desorganizado controlador y el apego desorganizado desapegado (Barudy y Dantagnan, 2005):

1. *Apego desorganizado controlador* (Cassidy y Marvin, 1990): suelen utilizar estas estrategias para combatir las

agresiones o los déficits de competencias de sus padres, pero no son adaptativas para otros entornos. Aunque estas estrategias están organizadas a nivel conductual, a nivel representacional están desorganizadas, integrando confusión, miedo, etc.

A su vez, el apego desorganizado controlador se podría dividir en tres subgrupos:

- Apego desorganizado agresivo o punitivo: suele darse en niños maltratados. Cuando el menor busca protección y cuidado, las figuras de apego responden violentamente, abusando, sin atender a sus necesidades, etc., de forma recurrente. Estos niños suelen tener intensos sentimientos de miedo, ira e impotencia, que deriva en agresividad hacia los demás. A través de la ira, la agresividad, el castigo y el abuso, estos niños sienten que controlan la situación, a los demás y a sí mismos. Esta es la manera que tienen de adaptarse frente a sus figuras de apego, y en el futuro actuarán de la misma forma con otras personas.
- Apego desorganizado cuidador compulsivo (inversión de roles): los padres no tienen competencias para ejercer la paternidad (por ejemplo, en caso de depresión, víctimas de violencia de género, etc.) y se invierten los roles, donde los hijos pasan a hacer de “padres” o de “pareja”

de sus padres, además de asumir faenas del hogar y de cuidado. Los menores actúan asumiendo estos roles para agradar a sus padres y así poder mantenerse cerca de ellos, además de sentir que tienen un mínimo de control y de competencia. Estos niños y niñas suelen presentar conductas evitativas, muestras excesivas de afecto hacia los padres, y una represión negativa a nivel emocional.

- Apego desorganizado complaciente compulsivo: a diferencia de los anteriores niños, que buscan proteger y cuidar a sus progenitores, estos buscan complacer de manera desmesurada a sus padres y a otras personas, a costa de sus necesidades emocionales, con la misma finalidad (sentir control, competencia y estar cerca de ellos). Sus padres suelen ser violentos y cometer abusos. Como consecuencia, estos menores suelen tener miedo, ansiedad e hipervigilancia hacia sus progenitores.
2. *Apego desorganizado desapegado* (Zeanah, 1996): se suele dar en niños que han cambiado de residencia frecuentemente y no han podido establecer un vínculo duradero con alguien, por lo que no tienen una figura de apego que les de seguridad cuando lo necesiten ni tampoco una afectividad estable. Como consecuencia, estos menores no buscan en el adulto consolación o ayuda cuando lo necesitan, las relaciones interpersonales suelen ser superficiales y sin preferencia por alguien. En este grupo también hay niños que, debido a enfermedades psiquiátricas graves de sus

padres, se vinculan de manera extraña o caótica, llevando a que el menor tenga problemas para crear su propia identidad.

En general, estos menores no pueden vincularse con otras personas y no encuentran placer ni en su entorno ni en las interacciones con los demás y, por ello, tienden a encerrarse en sí mismos. Hay dos grupos, dependiendo de cómo se muestran a nivel social:

- **Inhibido:** estos niños no suelen interesarse en las relaciones sociales, ni en la exploración, ni en los juegos, por lo que se encierran en sí mismos. Se muestran hipervigilantes y pasivos con los adultos o con sus cuidadores y pueden aparecer balanceos. El menor puede mostrar conductas autistas, confundiendo frecuentemente el diagnóstico.
- **Desinhibido:** se suele dar en menores que desde pequeños han estado en casas de acogida. A nivel emocional hay confusión y no saben cómo actuar con los extraños. Por ejemplo, pueden ir a abrazar a alguien que acaban de ver. Sus compañeros suelen rechazarlos, por lo que tienen pocas relaciones con sus iguales y estas suelen ser deficientes. En cuanto a la interacción con los adultos, los pueden utilizar para lograr sus objetivos, pero no valoran la relación en sí. Cuando los adultos se tienen que marchar, no suelen mostrar angustia. En el futuro, la falta de empatía, los estallidos de ira y las

conductas disruptivas les suele llevar a tener problemas con las otras personas, lo que dificulta que puedan crear relaciones afectivas importantes. Por otro lado, si sienten que las relaciones se vuelven próximas tienden a angustiarse y suelen ejercer control o exigir al otro para poder gestionar esta situación.

Es beneficioso para estos menores los ambientes que tengan las normas y los límites bien definidos.

Según Lafuente y Cantero (2010), los estilos de apego seguro, evitativo y ambivalente tienen en común una organización conductual coherente:

- Apego seguro: toman como base de seguridad a su figura de apego y combinan conductas de apego y exploratorias.
- Apego inseguro evitativo: pasan la mayor parte del tiempo explorando e ignorando el resto, lo que les permite no centrarse en las idas y venidas de su figura de apego.
- Apego inseguro ambivalente: realizan comportamientos muy dependientes para llamar la atención de su figura de apego.

Sin embargo, el tipo de apego desorganizado no tendría una coherencia en la organización conductual, sino más bien parece que se ponen en marcha sistemas comportamentales contradictorios a la vez, como el sistema de apego y el de miedo ante la figura de apego, ocasionando conflictos internos sobre si acercarse a buscar consuelo o separarse para no recibir una agresión.

Bowlby (1998) defiende que el tipo de apego tiende a ser estable, pero que ante determinadas circunstancias puede cambiar, al igual que se puede tener un tipo de apego diferente para cada padre.

Ha habido investigaciones que han evaluado el tipo de apego en la infancia y después en la adolescencia o en la adultez y han mostrado que, ante una población con un perfil de bajo riesgo, el estilo de apego de la infancia suele permanecer en la adolescencia y en la adultez. Sin embargo, en población de alto riesgo no se dio esa correspondencia. Ante factores adversos, se suele tener un estilo de apego inseguro, aunque en la infancia fuera seguro. De este modo se puede ver que el tipo de apego seguro o inseguro no está plenamente determinado en la infancia, sino que puede sufrir modificaciones según las distintas vivencias. No obstante, en general, el tipo de apego seguro tiende a ser el más estable (Rozenel, 2006).

Se suele considerar que el tipo de apego que tenga el niño dependerá de la sensibilidad del cuidador para responder a las demandas del menor, y también en la calidad de sus cuidados (Bothe, 2015; Lafuente y Cantero, 2010; Moreno, 2006). No obstante, como se verá más adelante, hay autores que no están de acuerdo en que la sensibilidad parental sea la base del tipo de apego.

Las experiencias que va teniendo el bebé con las personas que le cuidan le originan un sistema de recuerdos, pensamientos, emociones, expectativas, creencias y comportamientos sobre él

mismo y sobre los demás, denominado modelo interno de trabajo (Mercer, 2006).

4. Modelo interno de trabajo o modelo operativo interno (internal working model)

El modelo interno de trabajo, o modelo mental de la relación (Lafuente y Cantero, 2010), se refiere a la representación mental que tenemos acerca de las relaciones (conjunto de atribuciones y de expectativas sobre mí, sobre la otra persona y sobre lo que la otra persona piensa de mí), del tipo de relación emocional (sentimientos negativos, positivos o ambivalentes), y de las conductas realizadas (López, 2006).

Así, el modelo interno de trabajo interpreta, regula y predice las conductas de vínculo con la figura de apego (Bowlby, 2014), y afecta a la calidad del apego (si es seguro o inseguro) (Lafuente y Cantero, 2010). Las ideas que se integran en este modelo interno pueden ser de carácter consciente o inconsciente (Marrone, 2009).

Estos modelos operativos organizan las experiencias, tienden a ser estables y a auto-perpetuarse (aunque pueden modificarse) y cuando se han establecido tienden a ser inconscientes (Bothe, 2015; Marrone, 2009). Por otro lado, la imagen que tendrá la persona de sí misma será complementaria a la imagen que tiene de su figura de apego. Por ejemplo, una figura de apego que rechaza, es intrusiva, reprocha, etc., comportará que el niño tenga una imagen de sí mismo de alguien sin valor, que no es digno de ser amado, incapaz de hacer las cosas, etc. (Lafuente y Cantero, 2010). Así, el modelo interno tiene relación con la identidad y la autoestima de la persona (Marrone, 2014), al igual

que con la regulación emocional y la manifestación, gestión y comprensión de los afectos (Ibáñez, 2013).

Los modelos internos de trabajo se crean desde que se es un bebé y se desarrollan a partir de las experiencias vinculadas al apego (Marrone, 2009). En condiciones normales, hacia el final del primer año del bebé ya se crea un modelo operativo interno organizado de su figura de apego (Rozenel, 2006). Es probable que los primeros modelos sean clave porque, a partir de estos, el niño percibe y siente su entorno de una manera concreta, a la vez que posiblemente repercutan en los futuros modelos internos que se vayan incorporando. Estos modelos internos de trabajo tienen altos componentes afectivos, ya que integran diversas experiencias de apego, en las cuales se ponen en juego las emociones (Marrone, 2009; Miljkovitch et al., 2015).

Este modelo interno tiene un componente objetivo (lo que pasa en la realidad) y otro subjetivo (cómo se interpreta la experiencia), que se crea a partir de la interpretación que hace la persona de la interacción con el otro y que repercutirá a la hora de hacer predicciones sobre las futuras relaciones (Lafuente y Cantero, 2010). A medida que la persona crece, puede relacionarse con otras figuras de apego que le ofrecerán un trato distinto, y también va teniendo cada vez más experiencias y capacidad cognitiva, y esto implicará que a la hora de interpretar las relaciones tendrá en cuenta más variables, permitiéndole crear nuevos modelos internos (Marrone, 2014). En la persona suelen convivir varios modelos internos que pueden estar en conflicto (Marrone, 2014). Sin

embargo, entre ellos siempre sobresale un modelo interno, correspondiente al de la figura de apego principal (Lafuente y Cantero, 2010; Miljkovitch et al., 2015).

El modelo operativo interno tiene efectos a tres niveles:

- *Cognitivo*: en un estilo de apego inseguro, el modelo interno suele integrar una imagen propia y del otro distorsionada, por lo que la capacidad del sujeto para seleccionar y procesar la información relativa al apego estará disminuida. Por otro lado, un estilo de apego seguro suele tener un modelo interno con una imagen más positiva y objetiva, por lo que la persona estará más dispuesta a procesar información tanto positiva como negativa (Bretherton y Munholland, 1999; Leyh et al., 2016).
- *Conductual*: ante un modelo interno positivo, tanto las conductas de apego como su intensidad estarán bien ajustadas, mientras que, si el modelo es negativo, las conductas de apego y su intensidad pueden ser inapropiadas (por ejemplo, un niño con un estilo de apego ambivalente que responde de manera exagerada al dolor, ya que tiene que asegurarse la respuesta de su figura de apego porque ésta es inconsistente en sus cuidados) (Lafuente y Cantero, 2010).
- *Emocional*: con un modelo interno negativo, la persona tiende a sentirse insegura, enfadada, ansiosa, etc., mientras que un

modelo interno positivo fomenta sentimientos de bienestar, seguridad, etc. (Adam et al., 2004).

Según Ibáñez (2013), hay cuatro tipos de modelos internos de trabajo. En la Tabla 2 se pueden observar cuáles son estos modelos y sus características.

Tabla 2

Tipos de modelos internos de trabajo y sus características

Modelo interno de trabajo	Representación de sí mismo	Representación del otro	Representación de la relación entre ambos
<i>Seguro</i>	Es digno de recibir ayuda. Ve que necesita ayuda y puede pedirla.	Le ayudará cuando sea necesario.	Existe confianza, le proporcionará bienestar y le ayudará a superar las dificultades
<i>Inseguro evitativo</i>	No es digno de recibir ayuda y su manera de gestionar la falta de apoyo por parte del otro es diciéndose a sí mismo que no necesita ayuda, sobreestimando su capacidad de valerse por sí mismo. Desvaloriza sus necesidades.	Idealizado, no le culpa de no ayudarlo, lo ve incluso normal y positivo.	No le proporciona bienestar pero cree que le da igual porque piensa que no necesita a los demás. La expresión de los afectos positivos y negativos es limitada. La estrategia que usa para estar cerca de su figura de apego es permanecer sin pedir ayuda y creer que se

			puede valer por sí mismo (viéndolo como algo positivo), sin conectar con su sufrimiento ni con su “yo niño”.
<i>Inseguro ambivalente/preocupado</i>	No es digno de recibir ayuda. Ve que necesita ayuda y la pide.	No le ayudará cuando sea necesario.	No le proporcionará bienestar y no le ayudará a superar las dificultades. Reproches y enfados debido a que el otro no quiere ayudarle. En la relación habrá mucha emocionalidad. Su estrategia para mantenerse cerca de su figura de apego es pedir ayuda de manera frecuente.
<i>Desorganizado</i>	Debe ser el adulto y cuidar del otro. Es malo e indigno de recibir un buen trato (Barudy y Dantagnan, 2005)	Infantil, no puede ayudarle por no tener la capacidad. Alguien peligroso e inaccesible (Barudy y Dantagnan, 2005)	La persona representa esta relación como rara, dañina, anárquica. Suele haber violencia.

Dependiendo del tipo de respuesta que el cuidador dé al niño cuando demande satisfacer una necesidad, este creará un determinado modelo interno de trabajo que le permitirá prever la reacción de su cuidador. Esto tendrá unas consecuencias futuras y se establecerán diferentes estilos de apego (Bothe, 2015; Lafuente y Cantero, 2010). Así, por ejemplo, los menores que han sido maltratados no aprenden que esto se da en situaciones concretas, sino que estas vivencias acaban siendo filtros sobre la percepción de sí mismo, sobre cómo lo perciben los demás, sobre cómo son las relaciones interpersonales y qué puede esperar de estas relaciones. Cuando estos niños pasan de esta situación de maltrato a uno de cuidado y cariño, los dos modelos de relación (el de rechazo y abuso, y el de disponibilidad, cuidado y cariño) conviven y compiten entre sí, y lleva tiempo hasta que se imponga el nuevo modelo (a largo plazo). Incluso, en distintas ocasiones, estos niños provocan a sus nuevos cuidadores para que les apliquen castigos con gran carga emocional, con el fin de acceder a tipos de actuación parental con los que están familiarizados e intentar confirmar el modelo anterior, reforzándolo (Bovenschen et al., 2016; Moreno, 2006).

Como se ha mencionado previamente, el niño puede tener diferentes tipos de apego dependiendo de su cuidador. Por ejemplo, puede ser que tenga un apego seguro/inseguro tanto con el padre como con la madre, o con un padre un apego seguro y con otro un apego inseguro, o bien tener un apego inseguro con ambos padres, pero mostrar un apego seguro con una figura secundaria próxima.

Además, puede tener diversos modelos internos sobre una misma figura de apego debido a que puede haber cambios que afecten a esta relación como, por ejemplo, que la figura de apego tenga depresión. De este modo, cuando distintos modelos operativos sobre la misma persona conviven a la vez, es probable que se hayan originado en distintas épocas y tengan diferentes grados de relevancia y de nivel de consciencia (Marrone, 2009; Miljkovitch et al., 2015).

Hay diferentes factores que favorecen el mantenimiento de los modelos operativos a lo largo del tiempo (Rozenel, 2006):

- Constancia en la calidad del cuidado hacia el menor a lo largo de la infancia y la adolescencia. Esto permitirá que los modelos internos se vayan consolidando mediante esta repetición, con lo que el niño lo irá integrando y cada vez dependerá menos de la relación en sí. Cuando los modelos estén establecidos costará más que cambien.
- Las representaciones de las relaciones pasadas afectarán al modo de percibir futuras situaciones con las figuras de apego, de modo que sucesos nuevos o ambiguos se analizarán en función de las propias vivencias pasadas.
- Las personas solemos escoger entornos que están en consonancia con las representaciones de uno mismo y de los otros.
- Actuar acorde con el modelo operativo hace que muchas veces se deriven consecuencias que lo reafirman.

- Ante situaciones de estrés se suelen activar las respuestas que se han practicado en mayor medida, por lo que se tiende a activar modelos operativos antiguos.
- Posibles círculos viciosos que se den en interacción con el otro. Por ejemplo, sería el caso de una persona con un estilo de apego evitativo que no pide ayuda a su figura de apego ante una necesidad, facilitando que esta figura de apego no le proporcione ayuda, lo que a su vez reafirmaría su modelo interno, en relación a la falta de ayuda por parte de los demás. Esta situación puede ser interpretada como un rechazo, lo que incrementa la probabilidad de que en el futuro tampoco solicite ayuda.

Por otro lado, hay una serie de factores que predisponen al cambio de estos modelos internos (Rozenel, 2006):

- Vivir sucesos vitales importantes (tener un hijo, muerte de un padre, enfermedad grave, etc).
- Cambios en la figura de apego. Por ejemplo, que reciba apoyo social, tenga depresión, etc.
- Capacidad de la persona para reflexionar sobre vivencias del pasado y sus modelos internos.
- Tener experiencias relacionales importantes que hagan modificar el modelo interno.

También habría que destacar el papel de la psicoterapia en el cambio de los modelos internos, dado que esta puede facilitar la

reflexión sobre las vivencias pasadas, explicitando aspectos vinculados a estos modelos internos. Tal y como señala Marrone (2009), personas que han tenido una infancia difícil con respecto a sus figuras de apego, después en la adultez han podido conseguir un apego seguro, destacando que muchas de estas personas pasaron por un proceso terapéutico.

5. El apego en la edad adulta

Tal y como apunta López (2006), nuestra capacidad para vincularnos con nuevas figuras de apego perdura a lo largo del ciclo vital. Hay diferencias entre el apego en la edad infantil y en la edad adulta. En los adultos se suele establecer un vínculo de apego con la pareja, hijos y amigos íntimos, donde es habitual que haya mucha reciprocidad (aunque no es indispensable), mientras que en la infancia se suele dar una asimetría en las relaciones de apego debido a la diferencia de edad, el grado de desarrollo, etc. Además, tal y como indican Lafuente y Cantero (2010), en la adultez la principal figura de apego es, generalmente, otro igual, mientras que en la infancia suele ser la madre; en la edad adulta se pueden dar, a la vez, vínculos de apego, sexuales y afiliativos (vinculados a la afiliación con otras personas, como por ejemplo, las amistades), mientras que en la niñez prevalecen los vínculos de apego. Además, los adultos, gracias al desarrollo de las capacidades mentales, pueden tolerar mejor y durante mayor tiempo las separaciones con la figura de apego, mientras que en la infancia se necesita comprobar de manera frecuente que la figura de apego está disponible (Lafuente y Cantero, 2010). Quezada y Guendelman (2012) añaden que, en los adultos, el apego también serviría a nivel evolutivo para sentirse protegido y seguro, pero, a diferencia de los menores, las conductas de apego en los adultos no se activan con tanta frecuencia y, a veces, son difíciles de identificar. Además, Del Giudice (2019) afirma que el apego romántico también serviría como estrategia de reproducción y de apareamiento.

Mikulincer y Shaver (2003) diseñaron un modelo integrador de la activación y dinámica del sistema de apego en la adultez. En él describen los tres módulos en que se daría esta activación y la dinámica del sistema de apego:

- **Primer módulo:** es el responsable de evaluar las posibles amenazas y su seguimiento. Si hay una amenaza, se activa el sistema de apego y, con ello, la *estrategia primaria de apego*, consistente en buscar la proximidad con la figura de apego para que proporcione protección y apoyo. Esto se puede llevar a cabo mediante diferentes conductas como, por ejemplo, mostrar las emociones negativas, acercarse activamente a la otra persona, etc. No obstante, en los adultos no es necesario que se dé esta aproximación real, sino que puede ser simbólica, mediante la activación de las representaciones mentales de sus figuras de apego, lo que les proporcionaría seguridad, aunque a veces esta estrategia no es suficiente y se necesita un acercamiento a la figura de apego.

- **Segundo módulo:** se encarga de vigilar y evaluar si la figura de apego está disponible. En función de su respuesta, tendrá una repercusión en la sensación de seguridad dentro de una relación de apego, que será distinta para cada persona, y que tendrá consecuencias psicológicas y en el estilo de apego.
El hecho de que la figura de apego responda de forma adecuada cuando se la necesita, posibilita que la persona vuelva a restablecerse emocionalmente y se sienta segura.

Que la persona vea que acercándose al otro puede regularse a nivel emocional, hará que confíe en que los demás estarán cuando los necesite y que serán capaces de responder a sus peticiones. Además, les permitirá creer que ellos mismos podrán hacer frente a las situaciones estresantes. Estas personas utilizarán *estrategias basadas en la seguridad*, donde se busca disminuir la angustia, crear y mantener vínculos estrechos con los otros, y fortalecer el propio ajuste personal. La repetición de estas experiencias permitirá que la persona tenga un estilo de apego seguro.

Por el contrario, cuando la figura de apego no responde apropiadamente a nivel físico y/o emocional, la persona no puede disminuir su angustia, lo que le genera un sentimiento de vulnerabilidad y de incerteza al no saber si puede estar seguro. Además, repercute en la percepción de no poder gestionar el estrés y refuerza la idea de que no puede confiar en el otro. La repetición de estas experiencias genera un estilo de apego inseguro.

- **Tercer módulo:** es el responsable de la evaluación de si la aproximación a la figura de apego permitiría gestionar la inseguridad y la amenaza. Así, si la estrategia de apego primaria no sirve para regularse emocionalmente sino al contrario, ello no hace más que incrementar la angustia y la inseguridad, lo que requiere buscar otra alternativa, desarrollando *estrategias de apego secundarias* que

implican la desactivación o hiperactivación del sistema de apego. Estas estrategias consisten en lo siguiente:

- *Estrategias de desactivación*: estas personas optan por enfrentarse solas a las amenazas y no buscan al otro. Con el fin de evitar sentir el dolor que le provoca la falta de disponibilidad de la figura de apego, desactivan su sistema de apego.
- *Estrategias de hiperactivación*: a pesar de que la figura de apego no responde a sus necesidades, estas personas siguen buscando estar cerca de ella, intensificando y manteniendo la activación y la vigilancia hacia esta figura con el fin de recibir su apoyo.

Este módulo está implicado en la expresión de los estilos de apego (ambivalente o evitativo) y de las estrategias de regulación emocional (hiperactivación o desactivación) de cada persona.

El modelo añade, además, que la utilización reiterada de estas estrategias de desactivación y de hiperactivación repercute en el seguimiento y la evaluación que se hace tanto de las amenazas como de la disponibilidad de la figura de apego (señalado con las flechas en la siguiente figura).

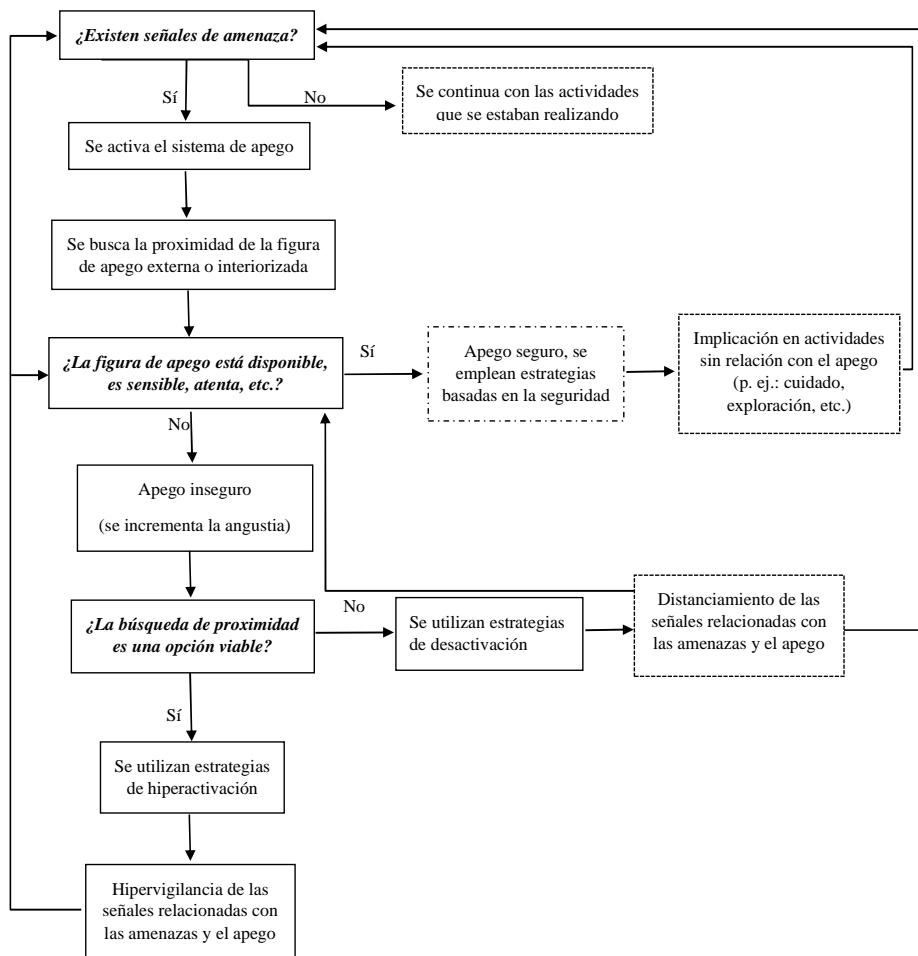


Figura 1. Modelo integrador de la activación y dinámica del sistema de apego en la adultez (Mikulincer y Shaver, 2003).

Según López (2006), el estilo de apego de cada persona tiende a manifestarse en las diferentes relaciones de apego que se tienen. Además, el autor expone que las investigaciones suelen mostrar varias conclusiones:

- se pueden formar nuevos vínculos de apego a lo largo de todo el ciclo vital,
- el sistema de apego tiende a ser estable aunque pueden haber reelaboraciones en diferentes momentos de la vida, dado que en determinadas situaciones pueden producirse cambios, tanto positivos (como una adopción) como negativos (por ejemplo, situaciones traumáticas), cambiando el estilo de apego,
- puede haber diferentes grados dentro de cada estilo de apego,
- el sistema de apego se relaciona con otros sistemas (por ejemplo, el afiliativo, sexual, etc),
- se da importancia a la formación del apego.

6. Tipos de apego en la edad adulta

En la adultez, el tipo de apego que se muestra tiene relación con las experiencias de vínculo que la persona ha vivido con respecto a sus padres, con los iguales, con la pareja (también la relación de pareja de los propios padres), y el tipo de apego en el momento presente (Lafuente y Cantero, 2010). Para la etapa adulta, diversos autores han formulado modelos sobre los estilos de apego. A continuación se exponen los principales modelos formulados:

6.1. Modelo de Main y Goldwyn (1984)

Este modelo parte de la AAI (“Adult Attachment Interview” o “Entrevista de Apego Adulto”) de George, Kaplan y Main (1984), que evalúa los recuerdos que tiene la persona adulta en el momento presente acerca de las relaciones de apego en su infancia, por lo que hace referencia a su modelo interno de trabajo. En esta entrevista se pregunta al sujeto sobre experiencias sucedidas en la infancia y se evalúa la coherencia y estructura de su discurso, y si colabora con el entrevistador (Martínez y Santelices, 2005). En función de las respuestas se puede clasificar la persona en los siguientes estilos de apego:

- *Seguro/autónomo (F)*: se corresponde con el estilo seguro infantil que propuso Ainsworth. Estas personas ofrecen un discurso estructurado y coherente de su relación con sus figuras de apego en la infancia. Pueden recordar hechos

tanto positivos como negativos y colaboran con el entrevistador. En este grupo también están las personas que, aunque no hayan tenido una niñez feliz, han podido integrar sus experiencias y evolucionar hacia un apego seguro.

- *Huidizo distante o devaluador (Ds)*: se corresponde con el estilo evitativo/huidizo en la infancia de la clasificación de Ainsworth. Son personas a las que les cuesta acceder a determinados recuerdos y responden de manera breve o con evasivas. Suele haber una incoherencia interna cuando narran una infancia feliz, pero explican sucesos concretos que suenan a experiencias de rechazo. Se tiende a idealizar algunas situaciones y no ven que les haya influenciado estas experiencias en su desarrollo.

- *Preocupado (E)*: se corresponde con el estilo ambivalente/resistente en la infancia propuesto por Ainsworth. Estas personas pueden tener discursos coherentes, pero generalmente no hay una colaboración con el entrevistador. Esto puede manifestarse en que no pueden centrarse en las preguntas, cambian de tema, hablan del presente en vez del pasado, etc. Suele haber mucha preocupación por determinados vínculos de apego, explican situaciones conflictivas/desorganizadas y relaciones complicadas con sus figuras de apego que parece que aún les afecta, y suelen tener resentimiento y cólera.

- *Desorganizado/irresoluto (U)*: se corresponde con el tipo de apego desorganizado en la infancia propuesto por Main y Solomon (1986). Suele haber una historia de traumas conectado a los vínculos de apego, tales como abusos o pérdidas. Estas personas pueden expresar su desorganización a través de varias maneras, como la falta de coherencia entre la narración y las emociones que expresa (por ejemplo, se ríe mientras explica un suceso violento), no acaban el discurso, hablan de alguien como si estuviera vivo y muerto a la vez, no se creen que haya sucedido algo en concreto, se cambia repentinamente a frases extrañas, etc.

- *No clasificable (CC)*: en esta categoría suelen haber personas con un historial con trastornos mentales, abusos sexuales y violencia en el hogar. Suele haber las características del desorganizado durante toda la entrevista, no habiendo una coherencia a nivel global. Por otro lado, también hay una idealización del padre/madre (como en el estilo huidizo), y un resentimiento y enfado (como en el estilo preocupado).

6.2. Modelo de Hazan y Shaver (1987)

Estos autores se centran en el apego en el momento presente, específicamente en las relaciones de amor romántico. Parten de la idea de que el amor romántico sería parecido a un vínculo de apego, por lo que los siguientes estilos de relación amorosa que proponen se pueden entender como estilos de apego en la edad adulta. Estos estilos tienen relación con el tipo de apego que se tuvo en la infancia. Esta continuidad se justifica por el modelo interno de trabajo que se creó desde la infancia y que condiciona las relaciones interpersonales futuras. Únicamente grandes cambios reiterativos que contradijeran este modelo interno de trabajo produciría un cambio en el tipo de apego.

Cada estilo de apego va asociado a un concepto de la figura de apego de la infancia y a otro de la pareja, que suele ser la figura de apego más importante en la adultez. A continuación se detallan los diferentes tipos de apego según este modelo y sus características:

- *Seguro*: se corresponde con el estilo seguro infantil de Ainsworth. Estas personas recuerdan una relación feliz, amorosa y con cuidados de sus figuras de apego durante la infancia. La relación entre ambos padres también suele ser afectuosa. Respecto a la pareja y a otras personas íntimas, confían en que les apoyarán cuando lo necesiten y se sienten cómodos en la relación.

- *Huidizo/evitativo*: se corresponde con el evitativo/huidizo de Ainsworth en la infancia. Hay personas que describen a sus

figuras de apego de la infancia como rechazantes e insensibles, mientras que otros tienden a idealizarlas, pero no pueden dar ejemplos concretos que lo justifiquen. En cuanto a la pareja y personas íntimas, no pueden confiar en ellas porque piensan que tarde o temprano los van a rechazar o que no les ayudarán cuando lo necesiten. Por ello, no suelen intimar y lo compensan realizando actividades que no impliquen este tipo de cercanía.

- *Ansioso/ambivalente*: se corresponde con el estilo ambivalente/resistente infantil planteado por Ainsworth. Tienden a recordar a los padres con aspectos positivos, pero suele haber resentimiento. Por la historia que relatan de la infancia, parece que sus figuras de apego respondían de manera inconsistente. En cuanto a la pareja, las personas con este estilo de apego no confían plenamente en que les satisfagan sus necesidades ni que estén cuando las necesiten, tampoco reciben el grado de intimidad que desearían, muestran ansiedad por si les van a dejar, y no están seguras de si les aman. Por consiguiente, este tipo de personas intentan por todos los medios que el otro esté cerca mediante enfados, celos, etc, invirtiendo mucha energía en ello.

6.3. Modelo de Bartholomew y Horowitz (1991)

Estos autores plantearon un modelo de prototipos que se basan en los modelos internos de trabajo de cada persona. Estos modelos de prototipos integran las características que se suelen dar en cada tipo de apego, pero que no son suficientes para definir plenamente a alguien. Estos autores relacionaron el concepto positivo o negativo sobre uno mismo (yo soy digno de que me quieran y me apoyen o no) y el concepto sobre los otros (se puede confiar en los demás y están disponibles, o bien son personas que te rechazan y en las cuales no se puede confiar), dando como resultado cuatro estilos de apego, en función de las combinaciones entre los diferentes tipos de concepto. Además, los diferentes estilos que surgen se pueden conceptualizar según su grado de dependencia (una baja dependencia muestra a sujetos que tienen una alta autoestima y no necesitan la aprobación de los otros, mientras que una alta dependencia indica que son personas que sólo pueden tener una autoestima alta a base de una aprobación continuada de los demás) y del nivel de evitación de la intimidad (una baja evitación permite tener una cercanía íntima con los demás, mientras que una alta evitación hace que no haya una aproximación íntima hacia los demás debido a sus expectativas de consecuencias negativas).

Los modelos de apego propuestos previamente por otros autores se basaban en categorías con diferencias cualitativas entre cada estilo de apego. Sin embargo, algunos autores han criticado esta aproximación categórica, alegando que implica la pérdida de información sobre las diferencias individuales dentro de cada tipo

de apego. Además, la evaluación en diferentes momentos no ofrece los mismos resultados al evaluar a la misma persona, etc (Martínez y Santelices, 2005). En cambio, el modelo de Bartholomew y Horowitz utiliza diferentes categorías prototípicas, a la vez que permite evaluar las diferencias individuales a lo largo de un continuum dimensional, reconciliando la perspectiva categórica y la dimensional. Así, en este modelo las personas pueden tener distintos grados en los diferentes estilos de apego propuestos. Concretamente, estos autores propusieron los siguientes estilos de apego adulto:

- *Seguro*: se correspondería con el estilo de apego seguro en la infancia de Ainsworth. Estas personas suelen tener una imagen de sí mismos como de alguien digno de ser querido, creen que se puede confiar en los demás y que estarán cuando los necesiten. De este modo, tienen una imagen de sí mismos y de los demás positiva, así como una baja dependencia (son autónomos) y pueden aproximarse a los demás, por lo que les resulta fácil tener una cercanía emocional (suelen tener amistades íntimas). No temen ser rechazadas, no suelen sentirse incómodas cuando tienen que depender de los otros ni que los demás dependan de ellas.
- *Distante/rechazante*: se corresponde con el estilo evitativo/huidizo en la infancia de Ainsworth. Estas personas suelen tener una imagen de sí mismos positiva y una negativa de los otros. Tienen un buen concepto de sí mismos, aunque puede responder más a un sentimiento de

autoeficacia que de quererse a uno mismo, como es en el caso del estilo de apego seguro. De los demás no esperan que estén cuando los necesiten y se protegen de estas decepciones creando una imagen de autosuficiencia y evitando la proximidad con el otro. Sin embargo, puede haber resentimiento por haber tenido que anular las propias necesidades, expresado en forma de hostilidad pasiva. Estas personas se sienten cómodas sin relaciones que impliquen intimidad. Priorizan el sentimiento de autosuficiencia e independencia, y sienten incomodidad cuando deben depender de alguien o cuando alguien depende de ellas. Así, muestran una baja dependencia (autonomía) y una alta evitación.

- *Temeroso*: al igual que en el anterior estilo, también se correspondería con el estilo evitativo/huidizo infantil de Ainsworth. Estas personas suelen tener un concepto de sí mismos y de los demás negativo. Creen que no son dignos de ser queridos y necesitan la aprobación de los demás. Tampoco pueden confiar plenamente en los otros, piensan que los demás no estarán disponibles y que los van a rechazar. No obstante, desean relaciones que impliquen intimidad, pero se sienten incómodas cuando se acercan a otros por el miedo a ser rechazadas y este miedo hace que eviten la proximidad. Por tanto, muestran una alta dependencia y evitación. Este estilo de apego llevado al extremo sería muy parecido al estilo desorganizado, pero se

diferenciarían en el tipo de estrategia que utilizan, de manera que en el estilo temeroso pueden utilizar una estrategia organizada en las relaciones de apego, mientras que en el estilo desorganizado no puede utilizar estrategias organizadas en este tipo de relaciones.

- *Preocupado*: equivaldría al estilo ambivalente/resistente infantil de Ainsworth. Suelen tener una imagen de sí mismos negativa y una imagen positiva de los demás (puede ser debido a que se culpen de que los otros los rechacen, con la finalidad de conservar un concepto positivo de los demás). Tienen una baja autoestima y no creen que sean dignos de ser amados, creen que el otro no va a estar disponible cuando lo necesiten ni que les satisfaga. Por este motivo, suelen acercarse mucho a los demás y a vigilarlos, incluso mostrándose complacientes. Desean tener mucha intimidad con los demás y suelen estar incómodos si no tienen relaciones con mucha proximidad, pero suelen encontrarse que los otros no quieren este grado de proximidad emocional. Por tanto, estas personas suelen tener una alta dependencia y aproximación.

A continuación, se esquematiza en la Tabla 3 el modelo prototípico de los estilos de apego adulto propuesto por Bartholomew y Horowitz:

Tabla 3

Modelo de estilos de apego adulto propuesto por Bartholomew y Horowitz (1991)

		Modelo del Yo (<i>Dependencia</i>)	
		<i>Positivo</i> (<i>Baja dependencia</i>)	<i>Negativo</i> (<i>Alta dependencia</i>)
Modelo del Otro (<i>Evitación intimidad</i>)	<i>Positivo</i> (<i>Baja evitación</i>)	Seguro	Preocupado
	<i>Negativo</i> (<i>Alta evitación</i>)	Distante/ rechazante	Temeroso

A partir de la revisión realizada, podemos identificar, a modo de síntesis, distintos estilos de apego en la edad adulta:

- ***Estilo de apego seguro***

Las personas con este estilo de apego confían en que sus figuras de apego estarán disponibles, que responderán satisfactoriamente a sus necesidades y, a la vez, suelen encontrar un equilibrio entre las conductas de apego y las exploratorias. Estas personas están dispuestas a cuidar y a ayudar a sus figuras de apego cuando sea necesario y, al mismo tiempo, saben ofrecer apoyo emocional, protección y cuidado. Suelen sentirse competentes, perciben que sus conductas en el ámbito social tendrán unas consecuencias predecibles (sintiéndose autoeficaces), los problemas los suelen resolver negociando, dialogando, etc., y están cómodos en las relaciones que implican proximidad a nivel emocional. En cuanto a la expresión emocional, pueden expresarse sin utilizar la represión o la exageración, se suelen sentir alegres, seguros, y con bienestar emocional (Lafuente y Cantero, 2010). Clear y Zimmer-Gembeck (2017) muestran que estas personas tienen una mayor regulación de las emociones de tristeza, ira y ansiedad, a la vez que suprimen menos las emociones de tristeza y preocupación. Además, los adultos con un estilo de apego seguro tienen una mayor autoestima que los que tienen un estilo inseguro (Doinita, 2015).

- *Estilo de apego huidizo o evitativo*

Las personas con este estilo de apego creen que serán rechazadas cuando necesiten que los cuiden o les protejan. Por ello, evitan tener esta proximidad emocional con los demás para así poder conservar su autoconcepto, por lo que suelen tener muchas conductas exploratorias y pocas de apego, a la vez que quitan importancia a las relaciones que impliquen una cierta intimidad (Lafuente y Cantero, 2010). Emery et al. (2018) afirman que las personas con este estilo de apego tienen en realidad un autoconcepto deteriorado. Dado que necesitamos al otro para definir nuestro autoconcepto, las personas más allegadas pueden ayudar a clarificar quienes somos, mejorar la autoestima, ayudar a crecer a nivel personal, etc. Por consiguiente, las personas con un apego evitativo, que suelen resistirse a abrirse a su pareja y a confiar en su retroalimentación, tenderían a presentar un autoconcepto menos claro, y a no tener un sentido claro y coherente del yo.

Las personas con este estilo de apego suelen percibir que sus figuras de apego les aprecian cuando realizan con éxito las actividades que les dictan, pero que les rechazan cuando no logran hacerlo con éxito. No saben buscar apoyo emocional pero tampoco saben dárselo a los demás, así como tampoco suelen cuidar de forma adecuada. Ante los problemas, suelen mostrarse enfadados, no hablan con los demás ni hacen cosas, y suelen marcharse. En cuanto a la expresión de las emociones, suelen reprimirlas, sobre todo las negativas que tienen que ver

con experiencias de pérdidas y separaciones. Tienden a sentir hostilidad e inseguridad. Más en concreto, el tipo distante suele mostrar frialdad emocional y poco miedo, mientras que el tipo temeroso suele sentir mucha ansiedad, miedo al rechazo y a la intimidad, vergüenza, enfado, etc. Clear y Zimmer-Gembeck (2017) encontraron que las personas con un estilo de apego evitativo tienen más problemas para regular la ira y esto facilitaría un alejamiento emocional por parte de los demás. También vieron que tienden a suprimir la preocupación y la tristeza, pudiendo relacionarse con las estrategias de desactivación que utilizan y que les serviría para no llamar la atención de nadie y evitar así la cercanía de los demás.

- ***Estilo de apego adulto preocupado o ambivalente***

Estas personas sienten que los demás no han estado disponibles siempre que los han necesitado y creen que puede volver a ocurrir, por eso no confían en que estarán cuando los necesiten ni que tampoco respondan adecuadamente. Así, en las relaciones afectivas no se acaban de sentir plenamente cómodas y suele haber miedo al abandono, a pesar de que valoran este tipo de relaciones y quieren intimidad con el otro. Por ello, suelen tener muy activado el sistema de apego y poco el de la exploración. Estas personas tienen la voluntad de dar apoyo emocional a los demás, pero puede suceder que el tipo de ayuda que ofrezcan no concuerde con la necesidad del otro y/o puede que no sea el apropiado. Los problemas los suelen afrontar y

resolver mediante el énfasis de sus necesidades y peticiones, defendiendo su causa, e intentando convencer a la otra persona (Lafuente y Cantero, 2010). Cuando expresan sus emociones lo suelen hacer de una manera exagerada. Se suelen sentir ansiosos, tristes, enfadados, resentidos e insatisfechos. Clear y Zimmer-Gembeck (2017) vieron que estas personas suelen tener problemas para regular emociones como la tristeza, ira o preocupación en situaciones estresantes. No obstante, esto podría ser un recurso para que los demás les apoyen, ya que la expresión de dichas emociones puede hacer que los demás les den mayor atención.

Por otro lado, se ha visto que este estilo de apego puede tener un efecto indirecto sobre el estrés. Debido a que estas personas tienen un autoconcepto negativo, puede suceder que no tengan tantas herramientas para afrontar las situaciones estresantes y sientan que hay un mayor número de factores estresantes y tengan una mayor sensación de estrés (Bayrak et al., 2018).

- ***Estilo de apego adulto desorganizado***

Es el estilo de apego menos estudiado en la etapa adulta. Estas personas creen que deben controlar y vigilar a los otros porque no son lo suficientemente responsables. Este control lo pueden hacer mediante castigos, ser extremadamente complacientes, o hacerse cargo del cuidado del otro; en este último caso, el cuidado puede llegar a darse de manera

compulsiva, con el fin de ser aceptados. En cuanto a la expresión emocional, al igual que en el estilo de apego evitativo, tienden a reprimir las emociones, especialmente las negativas relacionadas con pérdidas y separaciones (Lafuente y Cantero, 2010).

Las personas con este estilo de apego suelen tener mucho miedo y lo suelen mostrar ante sus hijos. Si este miedo está relacionado con eventos traumáticos pasados, a la persona le costará elaborar el trauma, facilitando un estado mental desorganizado, lo que se hace evidente en los discursos desorganizados que hace acerca de las vivencias de pérdida/abuso. Esta desorganización puede facilitar que la persona experimente estados disociativos, despersonalización y trastorno del estrés post-traumático (Jacobvitz y Reisz, 2018), así como el empleo de la desconexión y la disociación ante situaciones dolorosas, como en la infancia (Marrone, 2014). Así, según Paetzold et al. (2015), las personas con este estilo de apego pueden llegar a presentar dificultades en sus representaciones mentales sobre sí mismos, los demás y las relaciones por una falta de integración y coherencia, conllevando a que en situaciones de apego la persona no entienda las conductas, razones o actitudes que se dan en este contexto, pudiéndole generar confusión o tener problemas en las relaciones íntimas. En cuanto a la capacidad para ofrecer apoyo, el miedo y la hostilidad que le genera la pareja hace difícil que pueda empatizar y apoyarla cuando lo necesite. Por el contrario, cuando buscan apoyo, les surge el conflicto entre aproximarse

(y pueden hacer algún intento) y alejarse por el miedo que tienen a la pareja. Las personas con un apego desorganizado suelen utilizar estrategias propias del apego evitativo y ambivalente ante la pareja. No obstante, estos autores vieron en su investigación que el apego desorganizado es un constructo diferente de ambos tipos de apego, es decir, no es la simple combinación de un estilo evitativo y ambivalente. La evitación que se produce tanto en el estilo de apego evitativo como en el desorganizado obedecen a razones distintas. En la primera, quieren evitar la intimidad y disminuir la probabilidad de ser rechazados, mientras que en la segunda la evitación se debe al miedo que les produce la pareja. Este miedo se perpetuaría en el tiempo y se transferiría hacia otras figuras de apego a través del modelo interno de trabajo.

Se ha visto que, en general, el apego seguro tiende a ser el tipo de apego más estable y, por el contrario, el más cambiante suele ser el ambivalente (López, 2006). Cabe añadir que los estilos de apego inseguros no son patológicos, pero sí pueden hacer que la persona no tenga tanta capacidad para hacer frente a los problemas, aumentando la probabilidad de sufrir un trastorno psicológico ante periodos en los que se sufre estrés (Lafuente y Cantero, 2010).

Stein et al. (2002) proponen que el estilo de apego que predomina en la persona puede estar influido por características de otros estilos. En su estudio, los sujetos podían escoger el estilo de apego con el que más se sentían identificados: el 28% de la muestra

seleccionó tres estilos mientras que el 70% los cuatro, por lo que los autores sugieren que sería mejor una aproximación dimensional para evaluar el apego adulto.

Brennan, Clark y Shaver (1998), elaboraron el “Cuestionario de Experiencias en las Relaciones de Pareja - CRP” (Experiences in Close Relationships - ECR), que fue creado a partir de los ítems de otros instrumentos que evaluaban el apego en el adulto, tanto de los que más se utilizaban como de los que no estaban publicados, y encontraron que en estos instrumentos subyacían dos dimensiones del apego: **ansiedad** (seguridad o ansiedad que le produce a la persona su figura de apego según su accesibilidad y capacidad de respuesta) y **evitación** (comodidad o incomodidad que produce a la persona la aproximación a otros y su dependencia). Fraley et al. (2000) intentaron mejorar este cuestionario creando una versión revisada (el ECR-R), pero el propio Fraley reconoció que no mejoraba mucho y que un punto débil a solucionar de este tipo de cuestionario es que no evalúa de manera tan precisa la seguridad del apego como lo hace con la inseguridad (Yárnoz-Yaben, 2008).

7. Estilos de apego y las relaciones de pareja

Tal y como apuntan Lafuente y Cantero (2010), las parejas son las figuras de apego que suelen ser más importantes en la etapa adulta.

Hazan y Zeifman (1999) plantearon una serie de fases en la formación del apego en la adultez que recuerdan a las fases de la formación del apego en la infancia:

- *Etapas preapego: atracción y flirteo.* En esta etapa la persona tiene una buena predisposición a interactuar con los demás en general.
- *Apego en formación: enamoramiento.* La interacción se vuelve más selectiva (se centra en algunas personas). La relación con la pareja se vuelve más íntima y empiezan a ser el refugio emocional del otro.
- *Apego definido: amor.* En esta etapa se pone énfasis en los cuidados que se brindan y en el apoyo emocional. También suele ser menos frecuente el sexo, pero la pareja puede aumentar la sensación de bienestar y tranquilidad.
- *Asociación de meta corregida: fase post-romance.* Existe una fuerte interdependencia emocional, pero también se tiende a explorar hacia otros ámbitos (laborales, amistades, etc).

Simpson y Rholes (2012, 2017) elaboraron el *modelo del proceso diátesis-estrés del apego* para explicar cómo el apego afecta a las relaciones de pareja, especialmente ante situaciones estresantes. Para ello, integran la visión tanto normativa del apego (los patrones típicos de la especie) como la de las diferencias individuales. A continuación, se esquematiza este modelo en la Figura 2:

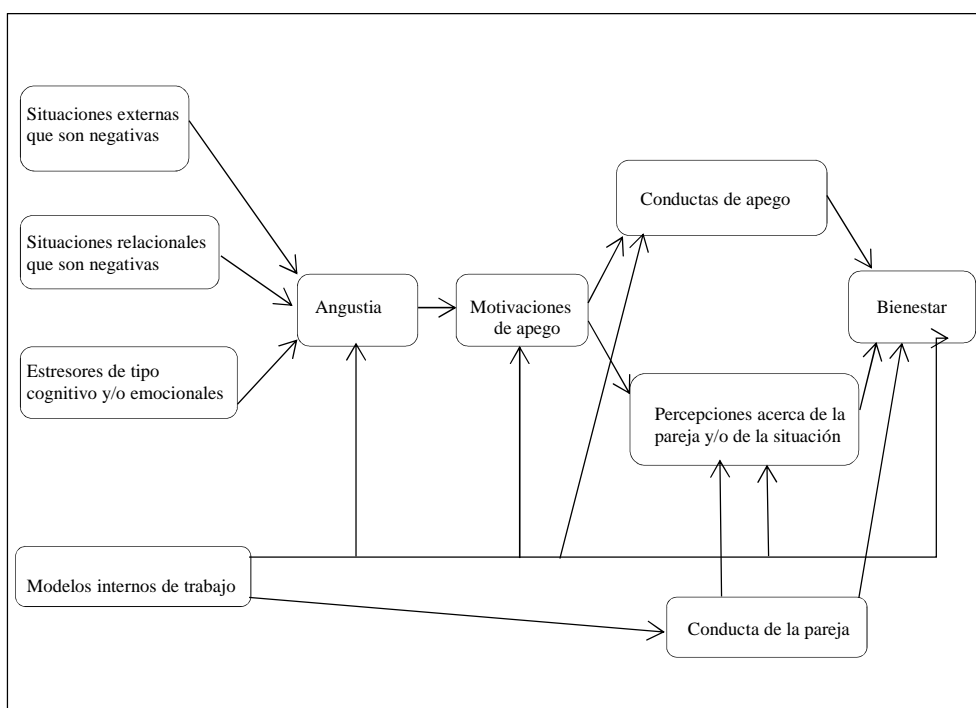


Figura 2. Modelo del proceso diátesis-estrés del apego de Simpson y Rholes (2012)

La perspectiva normativa del apego, que está integrada en este modelo, considera que el sistema de apego puede activarse debido a tres factores negativos:

- *Situaciones externas negativas*: circunstancias que implican peligro o amenaza.
- *Situaciones relacionales negativas*: implican un problema en la relación, una separación, etc.
- *Estresores cognitivos/emocionales*: como, por ejemplo, rumiar acerca de situaciones negativas que podrían suceder.

Estas situaciones que generan angustia hacen que se activen las motivaciones de apego y, por tanto, se busque el apoyo y la proximidad de las figuras de apego mediante unas determinadas conductas de apego (para reducir la angustia que sienten), lo que influirá en las percepciones sobre la pareja y la situación. Finalmente, estas conductas y percepciones repercutirán en la sensación de bienestar que se tiene en la situación estresante. Cabe añadir que los modelos internos de trabajo pueden actuar durante todas las etapas del proceso.

Este modelo también integra las diferencias individuales, basándose en las reacciones ante situaciones estresantes de las personas con un estilo seguro, evitativo y preocupado. A continuación se muestran las diferencias individuales vinculadas a cada tipo de apego:

- *Estilo de apego seguro*: estas personas suelen ser conscientes de su malestar y suelen utilizar estrategias de afrontamiento orientadas al problema. Según el estresor y su capacidad para

afrontarlo, las personas con este estilo, gracias a sus modelos de trabajo positivos, están motivadas a estar cerca (tanto física como emocionalmente) de sus figuras de apego para poder manejar su angustia, consiguiendo mitigarla. Ante esta búsqueda de apoyo, sus parejas suelen responder de manera constructiva y positiva, excepto si la pareja es insegura. Además, las personas con un estilo seguro suelen percibir que las acciones de sus parejas son hechas con buena voluntad. Este tipo de percepciones (de la pareja y la situación) hace que las personas con apego seguro tengan mayor bienestar ante estas situaciones y después de ellas.

- *Estilo de apego evitativo*: suelen utilizar estrategias de afrontamiento evitativas/de desactivación que les permiten eliminar de la consciencia la angustia que experimentan así como las conductas y necesidades de apego, por lo que no suelen ser plenamente conscientes del malestar que les ocasiona este tipo de situaciones. Están motivados a contener su angustia mostrando una autosuficiencia que les permite volver a tener autonomía y control personal. Con la pareja, estas personas pueden mostrar cierto grado de contacto en sus conductas de apego, siempre y cuando se mantenga una distancia en la cual se encuentre cómoda a nivel emocional. Cuando experimentan situaciones estresantes no buscan estar al lado de su pareja y suelen interpretar sus acciones como menos benevolentes, por lo que no valoran lo suficiente la ayuda que les ofrecen. Debido a todo lo descrito, las parejas no suelen darles tanto apoyo, cosa

que las personas con este estilo de apego prefieren, pero que, a la vez, pueden interpretarlo como una muestra de rechazo. Todas estas percepciones negativas de las personas con un estilo evitativo hacen que no tengan tanto bienestar (personal y relacional) en este tipo de situaciones ni después de ellas.

No obstante, cabe mencionar que, dentro de las relaciones de pareja, las personas con este estilo de apego no tienen por qué mostrarse siempre solitarias ni poco colaboradoras, sino que lo que les induce más a la evitación suele ser sentir la presión de tener mayor cercanía emocional con la otra persona o dar/recibir apoyo.

- *Estilo de apego preocupado*: su sistema de apego se mantiene activado al utilizar estrategias de afrontamiento orientadas a la emoción/hiperactivación, centrándose en lo que les causa angustia y no en solucionar el problema, y pensando en lo peor que podría suceder. Estas personas suelen ser conscientes de su malestar ante las situaciones de estrés y sus conductas de apego están orientadas a buscar a toda costa (incluso de manera obsesiva) la cercanía y el apoyo de la pareja para poder disminuir su malestar. A pesar de ello, no suele mitigarles su angustia. Por otro lado, ante este tipo de situaciones suelen percibir con menos buena voluntad las acciones de sus parejas y no dan la suficiente importancia a la ayuda que les prestan. En las situaciones estresantes o una vez pasadas, estas percepciones negativas pueden repercutir en una disminución de su bienestar

a nivel personal y de relación. Por su parte, las parejas pueden agotarse de tener que dar apoyo todo el tiempo, por lo que las personas con un estilo preocupado pueden interpretar este hecho como que la pareja los está rechazando.

No obstante, hay que tener en cuenta que estas personas no siempre son exigentes o absorbentes con su pareja, sino que suele darse en momentos de estrés como, por ejemplo, ante la percepción de que la estabilidad o la calidad de su relación corren peligro.

Pepping et al. (2018) resumieron las características de las personas con una desactivación e hiperactivación del sistema de apego en los siguientes niveles:

- **Cognitivo:** las personas que recurren a la *desactivación del sistema de apego* suelen pensar que las parejas no son dignas de tener su confianza y anticipan que su relación no va a prosperar y que saldrán lastimadas. Suelen manifestar que no creen en el amor, no tienen interés en una relación romántica ni tampoco tienen mucho compromiso. Por el contrario, las personas con una *hiperactivación del sistema de apego* suelen querer mucha intimidad con el otro (llegando a sentir el amor de manera obsesiva) pero no suelen encontrar muchas parejas que les correspondan a este nivel ni que estén a la altura de sus expectativas. La imagen que tienen de sí mismas es de alguien que no es agradable para los demás, a la vez que suelen tener una percepción inestable y negativa de las parejas y de las relaciones.

- **Afectivo:** las personas con una *desactivación del sistema de apego* suelen reprimir tanto sus emociones como su expresión. A la vez, no suelen buscar apoyo y los cuidados que suelen brindar a los demás tienden a ser deficientes. No suelen buscar intimidad con otras personas, en las relaciones románticas tienden a faltarles compromiso y después de una ruptura no suelen buscar una nueva relación. En las relaciones sexuales, no suelen tener una vinculación emocional ni compromiso, y suelen tener menor frecuencia de relaciones sexuales (aunque tienden a realizar más actividades sexuales solitarias, como la masturbación). Por otro lado, las personas con una *hiperactivación del sistema de apego*, suelen tener problemas para regular sus emociones y por ello buscan estar cerca del otro, pero no sienten que reciban suficiente apoyo. También suelen sentir las emociones con mayor intensidad, rumiar sobre antiguas relaciones, estar preocupadas por si las abandonan o las rechazan, sentir celos y desconfianza de las parejas. Suelen utilizar las relaciones sexuales como modo para tener mayor nivel de intimidad, lo que conlleva a que puedan tener prácticas sexuales más arriesgadas y no deseadas.

- **Conductual:** las personas con una *desactivación del sistema de apego* suelen mostrarse demasiado autosuficientes, tienden a estar más tiempo solas y a relacionarse menos con los demás, no suelen revelar cosas de sí mismas y no tienen

tantas habilidades sociales. No suelen tener interés en posibles parejas y, cuando tienen una, quitan importancia al deseo de intimidad de su pareja. Tienden a sentirse incómodas si alguien les toca físicamente, al igual que este tipo de personas suelen tocar poco a los demás. A nivel no verbal, no suelen expresar afecto ni cercanía. En cambio, las personas con una *hiperactivación del sistema de apego*, suelen mostrarse indefensas y necesitadas, y tienden a buscar seguridad excesivamente. Suelen ser demasiado “pegajosas”, tienden a mostrar ansiedad y dificultades interpersonales, y cuando hay problemas suelen mostrarse enfadadas y hostiles.

Hay estudios que indican que el estilo de apego seguro está relacionado con mayor satisfacción conyugal que en el caso de los estilos de apego evitativo y ambivalente. Ello puede deberse a que la satisfacción conyugal tiene relación con sentirse cómodo en la relación y con la falta de preocupación por el posible rechazo, ambas presentes en un apego seguro, pero no en los estilos inseguros (Nadiri y Khalatbari, 2018). También se ha visto que la satisfacción de pareja y sexual es mayor cuando ambas personas tienen un estilo de apego seguro (Chaves et al., 2018) y hay menos satisfacción de pareja en aquellas en que ambos tienen un estilo de apego inseguro, obteniendo peores resultados cuando un miembro tiene un estilo evitativo y el otro temeroso (Guzmán y Contreras, 2012).

En cuanto a las personas con un estilo de apego desorganizado, suelen tener miedo a la pareja en general. Esto hace que cuando la necesiten, tengan un conflicto interno entre acercarse y alejarse de ella, mostrando conductas incoherentes y contradictorias, acercándose a su figura de apego en momentos de estrés, pero interrumpiendo el acercamiento por el miedo que les genera, distanciándose así de ella. Sin embargo, estas estrategias desorganizadas pueden coexistir con otras de organizadas, como tener altos niveles de evitación y/o ansiedad.

Estas personas suelen ir con cautela y ser desconfiadas ante la pareja para autoprotgerse, pero todo ello hace que no sepan cómo relacionarse con ella y que sus conductas inestables se prolonguen en el tiempo. Además, el miedo y la desconfianza hacia la pareja hace que tengan un compromiso emocional menor, que, si bien les permitiría salir fácilmente de la relación, también puede conllevar una menor satisfacción en la relación. Esta insatisfacción podría favorecer una ruptura de la pareja y que tuvieran mayores niveles de soledad. En el ámbito sexual, el miedo y la desconfianza hacia la pareja hace que puedan verse vulnerables. Por ello, pueden tener relaciones sexuales con el fin de evitar un posible conflicto cuando perciben que la pareja está enfadada con ellas, o bien buscar parejas sexuales vulnerables donde puedan ejercer un control y protegerse de alguna amenaza, pudiendo haber conductas de manipulación sexual. Tanto en una situación como en otra, hay más probabilidades de tener conductas sexuales no deseadas o de mutuo acuerdo, que se agrava a mayor nivel de desorganización.

Por otro lado, hay una tendencia a que, a mayor desorganización, mayores niveles de ira y de hostilidad. Estas personas pueden sentir mucha ira cuando están en pareja, ya sea por la propia desorganización o bien por las atribuciones hostiles que hacen de la pareja, de tal manera que conductas neutras las pueden interpretar como un ataque hacia ellos. Además, también puede darse que a mayor desorganización tengan mayores niveles de agresividad, con lo que puede haber más agresiones físicas y verbales durante un conflicto que puede derivar en una violencia entre la pareja. Cabe añadir que los autores encontraron que la hostilidad se podía predecir solamente en este estilo de apego (Paetzold et al., 2015).

Hay autores que defienden que la pareja puede mejorar la seguridad del apego (e.g., Overall y Simpson, 2015; Stanton et al., 2017). Arriaga et al. (2018) proponen el Modelo de Mejora de la Seguridad de Apego (Attachment Security Enhancement Model – ASEM) con el fin de explicar los procesos concretos que conducen a tener una mayor seguridad en el apego adulto, en el cual el papel de la pareja es fundamental. El modelo se basa en dos procesos: uno, el más inmediato, hace referencia a cómo la pareja maneja las inseguridades que pueden generar tensiones y afectar a la relación, de manera que sea capaz de disminuirlas. Por ejemplo, en el caso de las personas con un estilo evitativo, su pareja les podría ayudar a mantener su percepción de independencia. En cuanto a aquellas con un estilo preocupado, la pareja tendría que manejar la posible percepción de que la relación corre peligro. Este primer proceso, aunque no es suficiente para modificar los modelos de trabajo de las

personas inseguras, constituye la base para modificarlas en el futuro. El otro proceso es a largo plazo, y consiste en cambiar el modelo del “yo” y de los otros dentro de los modelos de trabajo de las personas con un apego inseguro, con el fin de potenciar modelos de trabajo seguros. De este modo, en las personas con un estilo de apego evitativo, que se focalizan en sí mismas y en su independencia, la pareja podría favorecer que confiaran en los demás, de manera que pasaran de centrarse en sí mismas a focalizarse en las relaciones de manera positiva. Por otro lado, en las personas con un estilo preocupado, que están centradas en mantener la relación, la pareja puede favorecer que se centren más en sí mismas de manera positiva, haciendo que la autoestima y autoeficacia deriven de la realización de actividades de forma independiente. Este modelo se aplica para parejas típicas con problemas del día a día, donde no hay problemas graves en la relación que requieran de intervenciones específicas. Cabe añadir que el aumento de seguridad en el apego que se daría a través de este tipo de relación no se produciría si el sujeto no quiere cambiar o si son tan profundas las inseguridades que se necesita terapia (Arriaga y Kumashiro, 2018).

En el ámbito de las parejas homosexuales, se ha visto que no hay diferencias en el funcionamiento del apego entre las parejas del mismo y distinto sexo. No obstante, parece que si los padres rechazan la orientación sexual de su hijo podría afectar a la seguridad del apego dentro de una relación. Sin embargo, hace falta mayor investigación en este ámbito, ya que la mayoría de la

literatura sobre el apego y las relaciones de pareja son con personas heterosexuales (Mohr y Jackson, 2016).

8. Transmisión intergeneracional de los estilos de apego

J. Bowlby ya planteó una transmisión intergeneracional de los tipos de apego al hipotetizar que los padres con un estilo de apego inseguro tendrían dificultades de vínculo con sus padres (Bowlby, 1998, 2014). Esta idea sobre una posible transmisión intergeneracional tuvo un auge a raíz de la creación de la Entrevista de Apego en Adultos (Adult Attachment Interview - AAI), desarrollada por George, Kaplan y Main (1985). Con este instrumento se realizaron estudios para ver si se podía predecir el estilo de apego de los menores mediante el tipo de apego de los padres. Estas primeras investigaciones mostraron similitudes entre los estilos de apego paterno y filial, dando peso a la hipótesis sobre una posible transmisión intergeneracional de los patrones de apego (Carrillo et al., 2004; Verhage et al., 2016). Así, diversos estudios afirman que hay una relación entre los estilos de apego parentales y los estilos de apego de sus hijos (Fivush y Waters, 2015; Kanemasa, 2007; van IJzendoorn, 1995). Además, también habría una relación entre los estilos de apego en las tres generaciones (abuelos-padres-hijos) (Benoit y Parker, 1994; Madden et al., 2015). Los estudios estiman una relación de entre un 60 y un 95% de concordancia de los estilos de apego entre dos generaciones, y el estilo de apego que se suele transmitir es el del cuidador principal. En la mayoría de las investigaciones han empleado la AAI para evaluar el estilo de apego de los padres, y la “situación extraña” para el apego infantil.

Según Lafuente y Cantero (2010), los mecanismos implicados en esta transmisión intergeneracional serían:

- *Tipo de organización del modelo interno de trabajo de los padres*: se refiere a la coherencia o incoherencia entre los actos y lo que se comunica. Un padre con un estilo de apego inseguro probablemente tendrá un modelo interno de trabajo mal organizado que dará información distorsionada a su hijo, presentando conductas inapropiadas, todo ello dificultando que su hijo pueda elaborar un modelo interno de trabajo coherente. Mientras que un padre con un estilo de apego seguro tendrá un modelo interno de trabajo bien organizado y le podrá devolver una información ajustada de su relación y tendrá conductas apropiadas, de manera que su hijo tendrá más probabilidades de elaborar un modelo interno coherente.
- *Modelado*: el niño aprende observando a su figura de apego sobre cómo se relaciona y expresa las emociones con los demás y con el propio menor.
- *Mensaje verbal*: importa el qué y el cómo se dice algo, de manera que los mensajes que se transmiten pueden ser incoherentes, claros, etc.
- *Función reflexiva*: se refiere a la capacidad para identificar los estados mentales propios y ajenos. Si la figura de apego dispone de una alta función reflexiva querrá decir que sabrá acerca de sus pensamientos, emociones, deseos, etc., a la vez que podrá atribuir que también su hijo tiene unos estados mentales propios. Una buena función reflexiva parental ayudará a que el niño pueda autorregularse (por ejemplo, la figura de apego regula el

miedo que tiene el niño, facilitando que este pueda comprender y regular su comportamiento).

Así, la figura de apego refleja cuál es su modelo interno en sus mensajes verbales y en su conducta no verbal, lo que puede facilitar que el hijo interiorice este modelo y que lo adopte en el futuro.

Sin embargo, no siempre se da la transmisión intergeneracional, sino que a veces se produce una brecha intergeneracional (van IJzendoorn, 1995). Esto podría deberse al tipo de pareja, si ha recibido terapia, por experiencias con amigos íntimos, etc., de manera que cambie el tipo de vínculo que se establezca con el niño (Carrillo et al., 2004).

Según Lafuente y Cantero (2010), algunos factores que pueden contribuir a romper esta transmisión intergeneracional serían:

- *Ayuda externa*: terapia o tener una figura de apego que no corrobore el modelo interno de trabajo.
- *Reflexión sobre su pasado con las figuras de apego*: trabajo personal que hace la persona que le permite reorganizar el modelo interno de trabajo, mediante la reflexión, comprensión y aceptación de las experiencias vividas durante la niñez, entendiendo que gran parte de responsabilidad de su pasado se debe a la acción de sus padres y no a la propia persona cuando era niño. Sería el caso de una madre o padre que sufrió malos tratos en la infancia y que comprende que no fue por su culpa, lo que disminuye las probabilidades de maltratar a su hijo en comparación con otro padre o madre con una infancia parecida, pero que piense que le maltrataban porque se lo merecía.

- *Factores que reducen la sensibilidad parental:* estrés, depresión, problemas con la pareja, falta de dinero, etc.
- *Factores que incrementan la sensibilidad parental:* aprendizaje de habilidades parentales, apoyo social, etc.

Fonagy et al. (1991) idearon el concepto de “Función Reflexiva” buscando los factores que intervienen en la transmisión intergeneracional de los estilos de apego. Realizaron el análisis de la historia de apego extraído de diferentes personas a través del AAI, para ver si los sujetos hacían referencia a los estados mentales durante la narración de sus experiencias pasadas relacionadas con el apego. Según el discurso que da la persona sobre su propia historia de apego se puede ver el tipo de función reflexiva. Puede ir desde personas que muestran serios problemas para reflexionar acerca de las vivencias personales e incluso mostrar su aversión para hacerlo, hasta aquellas que presentan gran habilidad, tanto para percibir sus estados mentales como el de los demás (Ibáñez, 2013).

La “función reflexiva” (o también capacidad de “mentalizar”) permite entender el comportamiento propio y el de los demás gracias a que se pueden atribuir estados mentales (creencias, pensamientos, deseos, sentimientos, etc) (Esposito et al., 2016). Cuando la figura de apego mentaliza al niño, este integra una imagen de sí mismo como de alguien con intencionalidad (con deseos, creencias, etc). Así, atribuimos intencionalidad en los demás en la medida que nos lo atribuyeron a nosotros, con lo que esta capacidad de mentalizar sería un proceso intersubjetivo. Una buena

capacidad de los padres para mentalizar hace que haya más probabilidades de tener hijos con un estilo de apego seguro, aun teniendo estos padres experiencias adversas en la infancia. De esta forma, aunque se hayan tenido experiencias negativas en la infancia y un estilo de apego diferente al seguro, la siguiente generación puede establecer un vínculo seguro si la figura de apego ha podido hacer este trabajo de mentalización. Además, un estilo de apego seguro tiende a favorecer un desarrollo de la capacidad de mentalización más temprana en los niños, ya que este tipo de apego proporciona un espacio seguro en que el niño puede examinar la mente de su figura de apego y así ir entendiendo las mentes de los otros. Esta capacidad de mentalizar de los padres sería la base de un cuidado sensible y, por consiguiente, de un apego seguro (Fonagy, 1999; Meins et al., 2018).

Besoain y Santelices (2009) corroboraron que la función reflexiva parental y su correspondiente interacción con el menor es clave en la transmisión intergeneracional del apego, aunque seguramente intervengan además otras dimensiones. De igual manera, pusieron en duda la idea dominante de que la sensibilidad materna sea el precedente del tipo de apego del niño y plantearon que la función reflexiva podría ser un componente importante en el estilo de apego resultante. Otros autores como Slade et al. (2005) también encontraron relaciones entre el estilo de apego paternal y su función reflexiva (padres con un estilo de apego seguro tenían puntuaciones más elevadas en la función reflexiva que con respecto a los padres con un estilo de apego inseguro. El grupo con menor puntuación en la función reflexiva fue el que tenía un estilo de

apego inseguro-desorganizado), así como también se encontró una relación entre la función reflexiva de los padres y el tipo de apego de los hijos (por ejemplo, niveles altos de función reflexiva en los padres se relaciona con un estilo de apego seguro en el menor), mostrando que la función reflexiva podría ser clave en esta transmisión intergeneracional.

Fonagy et al. (2002), consideran que la función reflexiva es distinta del modelo interno de trabajo porque estos modelos son esquemas que engloban representaciones cognitivas y emocionales sobre uno mismo (como alguien digno o no de ser amado y cuidado), del otro (la persona que procura o no afecto y cuidado) y de la interacción entre ambos, englobándose en los cuatro tipos: modelo interno de trabajo seguro, inseguro ambivalente/preocupado, inseguro evitativo, e inseguro desorganizado, descritos anteriormente.

9. Neurociencia y apego

La existencia del apego ha permitido la supervivencia del ser humano y tiene una base biológica. El miedo es la emoción responsable de activar el sistema de apego y la amígdala es la región cerebral que lo activa (Bowlby, 2014). La amígdala está implicada en varias funciones, como orientar la atención hacia estímulos relevantes y sociales, calcular el grado de importancia de la información social, y mediar en la intensidad de la recompensa (Feldman, 2017).

La amígdala es una estructura sensible a las experiencias traumáticas tempranas y su desarrollo tiene lugar en los 5 primeros años de vida. Se ha visto, por ejemplo, que en personas con trastorno de la personalidad límite, las cuales tuvieron experiencias traumáticas en la infancia y desarrollaron un tipo de apego desorganizado, el lado izquierdo de la amígdala presentaba un aumento significativo y los niveles de cortisol incrementaban cuando recordaban a uno de los padres. De esta forma, ante personas con un estilo de apego desorganizado que han vivido situaciones de estrés y de dolor, la amígdala aumentaría su tamaño para poder activar rápidamente el sistema fisiológico y psicológico ante un estímulo considerado amenazante (Maltese et al., 2017). En la misma línea, en un estudio longitudinal se pudo comprobar cómo los niños que a los 18 meses tenían un apego inseguro, a los 22 años de edad tenían un mayor volumen de su amígdala que aquellos que tuvieron un apego seguro, pudiendo tener repercusiones en el procesamiento y regulación de las emociones. Por tanto, la calidad

de la interacción entre la figura de apego y el niño tiene importantes consecuencias en el futuro (Moutsiana et al., 2015).

A pesar de que el cerebro conserva la plasticidad a lo largo del ciclo vital, las experiencias que se dan en los períodos sensibles del desarrollo (suelen ser en la infancia) tienen un gran impacto en el sistema neuronal. De este modo, según el ambiente vivido en la infancia se creará una determinada arquitectura neuronal que generará la expectativa de que en el futuro habrá un ambiente parecido (Tottenham, 2014). Sin embargo, esta plasticidad permite que los apegos que se den posteriormente puedan reestructurar las redes neuronales y reparar, al menos en parte, experiencias negativas tempranas. Se ha visto en ratas que la oxitocina está implicada en la formación de los recuerdos sensoriomotores provenientes de las sensaciones con un vínculo de apego. Además, la interacción de la dopamina y la oxitocina en el núcleo accumbens permite la plasticidad del sistema de refuerzo y la incorporación de nuevos apegos, y la combinación de la oxitocina y la dopamina en el cuerpo estriado se relaciona con la formación de vínculos (Feldman, 2017).

En el momento de nacer, el mamífero tiene un cerebro inmaduro y tiende a buscar instintivamente estar cerca de su cuidador, y éste responde de manera instintiva a sus demandas. La interacción entre ambos posibilita que surja el apego. El cuerpo de la madre es el primer entorno que encuentra el pequeño mamífero, ya que las primeras señales que recibe su cerebro son el ritmo del corazón de su madre, su tacto, su olor, sus movimientos, su grado

de excitación, etc. También procesa las respuestas de estrés de la madre, que le proporciona información a su inmaduro cerebro sobre el grado de estrés que hay en el ambiente, y se adapta y responde a su entorno en función de ello. Las conductas maternas organizan el cerebro del pequeño, y en las especies donde el padre también está implicado en la crianza, este ejerce una influencia importante en el desarrollo cerebral infantil, a la vez que ayuda a reducir el estrés de la madre, con las consecuencias positivas que comporta para el menor. El apego que surge de la interacción cuidador-bebé tiene efectos a nivel neurofisiológico y psicológico, como la modulación de la sensibilidad cerebral y la creación de rutas neuronales relacionadas con la regulación socioemocional (Feldman, 2017; Maltese et al., 2017). Además, la calidad del cuidado moldeará la frecuencia cardíaca, la respiración y la actividad del eje hipotálamo-hipofisario-adrenal, sistemas que se encargan de la regulación del estrés (Fox y Hane, 2008). Así, este contacto cuerpo a cuerpo posibilita que se creen estas relaciones neuronales primarias. Además, la mente se organiza a partir de la afectividad recibida, teniendo consecuencias en el desarrollo infantil (Sánchez et al., 2018).

Se ha visto que el desarrollo neuronal y su mielinización está relacionada con la estimulación proveniente del entorno, de manera que una carencia emocional y un aislamiento social temprano afectaría a estos procesos neuronales, con la repercusión que tendría en el desarrollo. Además, puede tener relación con trastornos mentales en la adultez como la esquizofrenia y los trastornos del

estado de ánimo, en los cuales suele haber alteraciones en la mielinización (Makinodan et al., 2012).

En la actualidad, tal y como comentan Maltese et al., (2017) se considera la teoría de Bowlby como la teoría clásica del apego, pero el desarrollo de las neurociencias ha permitido complementar la teoría original, considerando la teoría del apego como una teoría de la regulación. Según esta teoría, el apego es un elemento clave para el desarrollo de sistemas estructurales del hemisferio derecho, que está implicado en las conductas adaptativas, en la autorregulación, en el procesamiento no consciente de las emociones, en las interacciones sociales, y en la modulación del estrés (Schore, 2017). Por otro lado, el hemisferio derecho tiene una gran conexión con el sistema nervioso autónomo y con el cuerpo, además de mucha implicación con las emociones (Sender et al., 2017; Wyczesany et al., 2018). También se ha visto que es diferente a nivel anatómico, bioquímico y fisiológico con respecto al hemisferio izquierdo, que tarda más en desarrollarse (Goldberg et al., 2013; Galaburda et al., 1978; Geschwind y Levitsky, 1968). Esta teoría de la regulación indica que la interacción que se da entre el cuidador y el bebé tiene un efecto en la regulación de la homeóstasis interna del pequeño. Según cómo sean las experiencias afectivas que el cuidador brinda a su hijo/a durante los primeros años de vida, estas tendrán un impacto en el desarrollo y en la conservación de las conexiones sinápticas que se dan durante la formación de los circuitos cerebrales en el hemisferio derecho (Schore, 2003). Por otro lado, que estas experiencias cuidador-bebé hayan sido gratificantes favorecerá que el/la niño/a pueda

autorregularse a nivel emocional ante situaciones autónomas (Roque et al., 2013). Por lo tanto, en las etapas iniciales del desarrollo, las emociones están reguladas por los otros. El desarrollo neurofisiológico y la interacción emocional con la figura de apego posibilitará que vayan siendo más autosuficientes a medida que crecen (Muñoz, 2017; Orehek et al., 2017).

Fonagy (1999) hace hincapié en el hecho de que el sistema de apego es un regulador afectivo, en el cual se necesita la acción del otro. Cuando el menor se encuentra desbordado a nivel de activación neurovegetativa, irá a buscar a su figura de apego con el fin de que lo calme y vuelva a recobrar su equilibrio interno. Todas esas vivencias serán incorporadas en su modelo interno de trabajo. Así, para este autor el sistema de apego es un regulador bio-social homeostático, de manera que los niños con un apego seguro han sido regulados por sus cuidadores en los casos de desbordamiento emocional, y no han sufrido una sobreestimación. En cambio, los niños con un apego inseguro evitativo generalmente han estado sobreestimados por sus figuras de apego, o estas figuras de apego no han tendido a restaurar el equilibrio interno del menor ante una excesiva activación emocional, dando lugar a que el menor tenga que sobregular sus emociones. En el caso de un apego inseguro ambivalente, los menores tienden a subregular su afecto. El umbral para los estímulos aversivos en estos niños suele ser bajo y manifiestan mucho malestar con el fin de generar una respuesta en su figura de apego.

Se han visto en los adultos patrones de activación del sistema nervioso autónomo diferentes según el tipo de vinculación con los padres en la infancia. Así, aquellos que en la infancia tuvieron altos niveles de afecto y control tenían una mejor respuesta ante situaciones estresantes (respuestas más relajadas), mientras que los que tuvieron un bajo afecto y control parental mostraban niveles de angustia elevados ante estas situaciones, indicando que el sistema de regulación emocional no es el óptimo. Por lo tanto, el tipo de vinculación parental tiene repercusiones en la vida adulta cuando se está expuesto a situaciones potencialmente desfavorables para la persona (Dalsant et al., 2015).

Según Feldman (2017), en el apego se suelen dar dos características importantes: la selección, ya que hay una vinculación específica con alguien, y el mantenimiento del vínculo durante un largo tiempo. En los seres humanos, estas características se suelen dar en los vínculos paterno-filiales, parejas románticas y en amistades muy íntimas, aunque en diferentes grados. Se ha podido observar que existe una sincronía bioconductual entre las personas con un vínculo y esto ha sucedido a lo largo de la evolución. Esta sincronía implica la coordinación entre aspectos biológicos y las conductas sociales típicas entre personas con una relación de apego, en las cuales participa la oxitocina. Así, cuando se produce un contacto social entre personas se da una sincronización a cuatro niveles: conductual, hormonal, autónomo y cerebral. Esta sincronización se da en diferentes grados dependiendo del tipo de vinculación:

- *Paterno-filial*: cuando interactúan se produce una sincronización de conductas no verbales como la mirada, el tacto, el afecto y la voz. A su vez, hay una sincronía en los ritmos cardíacos, en la liberación de oxitocina y cortisol, e incluso en los ritmos cerebrales alfa y gamma. Estas sincronías vividas durante los períodos sensibles se manifestarán en los apegos futuros a lo largo del ciclo vital. Se ha visto en estudios longitudinales que el grado de sincronía paterno-filial repercute en el futuro en la calidad del apego con las parejas románticas, los amigos íntimos, y con habilidades sociales como la empatía, la moralidad, la teoría de la mente, etc.
- *Pareja romántica*: se produce una sincronización del comportamiento no verbal, de la autorrevelación (entendido como la revelación de aspectos personales a otra persona, tales como sentimientos, gustos, etc, con el fin de crear un vínculo), la empatía y del ritmo cardíaco. También se produce una coordinación de la oxitocina y de las ondas gamma en los momentos de intimidad, y una sincronía de la oxitocina, el cortisol y de la respuesta cerebral entre los padres cuando están con su bebé.
- *Amigos íntimos*: hay una reciprocidad en la conducta, pero no una sincronía tan estrecha como en las relaciones paterno-filiales o de las parejas románticas. Se produce un incremento de la oxitocina, pero no hay sincronización. Por otro lado, en los equipos que tienen una cohesión grupal y que están orientados a trabajar en una acción conjunta (por

ejemplo, los militares) se da una coordinación del ritmo cardíaco durante sus acciones y una respuesta de las ondas alfa cuando se sincronizan a nivel conductual.

- *Extraños*: los mamíferos no humanos necesitan cierta familiaridad para que se dé la sincronía bioconductual, pero las personas podemos sincronizar nuestra conducta ante personas que no conocemos mediante las reglas culturales como, por ejemplo, el hecho de mantener la mirada y respetar el turno de palabra durante una conversación. Se ha observado que cuando se tiene que hacer alguna actividad conjuntamente con un extraño y hay una proximidad física, hay cierta coordinación con la frecuencia cardíaca, con las ondas alfa, y con la respuesta de estructuras temporoparietales. Por otro lado, se produce una respuesta de la oxitocina ante los casos de empatía hacia desconocidos que necesitan ayuda, pero no hay una sincronía con estos.

9.1. Modelos sobre la base neurobiológica del apego

Barg (2011) hizo una revisión que reveló tres modelos que explicarían la base neurobiológica del apego. A continuación se exponen estos tres modelos.

9.1.1. Teoría del sistema afectivo de cuidado de Paanksepp (1998)

Según este autor, la conducta maternal (heredada a nivel de especie) se da por el efecto de determinadas hormonas, neurotransmisores y neuroquímicos, aunque los aspectos cognitivos y socio-emocionales modulan esta conducta.

El sistema de apego es un sistema neurobiológico que facilita acercarse y establecer un apego con el otro e impedir la separación. Para activar el sistema de acercamiento, la estimulación provendría de sistemas sensoriales como el olfativo, somatosensorial y auditivo, mientras que, para activar el sistema de separación, la estimulación provendría de sistemas como el vestibular, visual, y sensores del hipotálamo sobre la temperatura y el hambre. La oxitocina, la prolactina (ambas neuropéptidos) y las endorfinas (opioide endógeno) pueden estar implicados en estos mecanismos y podrían estarlo también en la sensación de seguridad en el niño y en la conducta maternal adulta. La oxitocina, además de estar implicada en las contracciones del parto y el amamantamiento, también lo estaría en el inicio de las conductas maternales. La prolactina se considera que tendría un papel similar. Por otro lado, los opioides endógenos (endorfinas) se relacionarían con la disminución del dolor, pero también con la sensación de placer.

El mismo autor plantea el Sistema de Cuidado, que integra las regiones cerebrales donde se producen los circuitos neuronales de estos neuropéptidos, como el córtex cingulado, la amígdala, regiones del hipotálamo, el área septal, y núcleos basales de la estría terminal. Paanksepp (1998) propone que también habría un sistema

denominado de Pánico que interviene ante la separación, utilizando respuestas como el llanto, la pérdida del hambre, irritabilidad, etc, y el glutamato sería el neurotransmisor principal, aunque también estarían implicados la noradrenalina, el CRF (factor de liberación de corticotropina) y la serotonina.

9.1.2. Teoría del sistema de reguladores ocultos de Hofer y Sullivan (2001)

Esta teoría defiende que la madre utiliza una serie de reguladores ocultos (denominados así porque no se ven a simple vista) que modulan diversos aspectos biológicos del bebé mediante su vínculo de apego.

Por ejemplo, Hofer y Sullivan (2001) observaron en crías de ratas que no reciben estimulación táctil (regulador) por parte de la madre, cómo decae su nivel de la hormona del crecimiento. Otros ejemplos de reguladores ocultos serían el amamantamiento, que ayuda a regular su presión sanguínea; la regularidad a la hora de lamer y dar de comer a las crías (que favorece un aumento del sueño REM y una disminución de la vigilia), etc., y muchos de ellos también se darían en personas. Esta teoría podría explicar la pérdida de la homeóstasis del organismo ante una ruptura del vínculo, debido a la falta de reguladores.

Por otro lado, Moriceau y Sullivan (2005) también investigaron en ratas dos características del apego: la pronta vinculación con el cuidador y el mantenimiento del apego a pesar

de haber abusos por parte de éste. Los autores explican que las características propias del cerebro de las crías de rata durante los primeros diez días favorece que se dé un condicionamiento al olor de la madre (el bulbo olfatorio se activaría y produciría un cambio en su estructura) y una resistencia al condicionamiento de este olor con algo aversivo (la amígdala aún es inmadura, y el eje hipotálamo-hipófiso-adrenal funciona de manera restringida hasta los 10 días). Así, la cría se adapta a cualquier ambiente, ya que al inicio no puede moverse por sí misma y su única forma de sobrevivir será permanecer al lado de la madre. De este modo, no se separará de ella pese a que le muestre conductas agresivas.

9.1.3. Teoría de la regulación epigenética del estrés de Meaney (Zhang y Meaney, 2010)

En esta teoría se afirma que las conductas de apego repercuten sobre la expresión genética. Champagne et al. (2008) vieron en ratas que el lamido de las madres regula la expresión genética de los receptores glucocorticoides del hipocampo. Estos receptores detectan la cantidad de glucocorticoides en la sangre y cuando llegan a un nivel en concreto finaliza la respuesta de estrés. Por consiguiente, un incremento del lamido de la madre sobre las crías conlleva una expresión genética superior de dichos receptores, que hará que las crías tengan una disminución de la respuesta ante estresores. Esta modulación es epigenética, ya que se producen cambios en el genoma sin alterar la secuencia de nucleótidos.

McGowan et al. (2009) vieron en los seres humanos que los que fueron maltratados durante la niñez tenían una expresión genética de los receptores glucocorticoides que, ante estímulos aversivos, favorecía una respuesta de estrés más intensa y prolongada.

Según el mismo autor de la revisión, estas teorías no son opuestas sino que se complementan. Por ello, expone que la teoría del *sistema afectivo de cuidado* nos daría cuenta de los procesos neurobiológicos por los que pasa el cuidador que hacen que mantenga las conductas de cuidado, y la teoría del *sistema de reguladores ocultos* mostraría cómo las conductas de cuidado proporcionan un equilibrio interno a la cría y que sus características cerebrales facilitarían la eficacia de las conductas de cuidado. La teoría de la *regulación epigenética* aportaría la explicación de que el niño tendría una respuesta ante el estrés mayor o menor dependiendo de los cuidados recibidos por parte de la figura de apego. Esto sería debido a que el tipo de cuidados ofrecidos al menor modificarían la expresión genética de receptores claves implicados en las respuestas de estrés. Esta modificación de la expresión genética podría perdurar a lo largo del ciclo vital.

Por último, se han realizado algunas investigaciones relacionando el apego con el sistema inmunológico. Tal y como explican Ehrlich et al. (2019) en investigaciones sobre este campo se suele observar la relación con el sistema inmunológico a partir de la respuesta de inflamación, que se da cuando las células del sistema

inmunológico se concentran en un punto para eliminar patógenos y empezar el proceso de cura. Las citoquinas son proteínas que se encargan de regular esta respuesta de inflamación. Algunas de las citoquinas que se suelen estudiar más son la IL-1, la IL-6, y el TNF- α (factor de necrosis tumoral alfa). También se suele medir el PCR (proteína C reactiva), proteína que la produce el hígado en respuesta a una inflamación y que se utiliza como índice de una inflamación de grado bajo. Ehrlich et al. (2019) evaluaron la posible relación entre el estilo de apego adulto y la respuesta inflamatoria del sistema inmunológico. Obtuvieron que tanto el estilo ansioso como el evitativo tenían niveles altos en IL-6 pero no en PCR. Los autores sugieren que el hecho de no presentar niveles altos en PCR podría deberse a que se necesite medir varias veces el nivel de PCR porque quizás con una sola toma no sea un indicador fiable de inflamación inmunológica, o que quizás haya algún tipo de relación específica entre apego y marcadores inflamatorios. Por otro lado, en un estudio longitudinal llevado a cabo por Jones et al. (2017), evaluaron la relación entre la percepción que tenían los adolescentes y los jóvenes sobre sus padres como base de seguridad, con sus niveles de PCR al cabo de 20 años. Obtuvieron que los adolescentes y jóvenes que percibían a sus padres como una base de seguridad, en la edad adulta tenían niveles de PCR menores.

Gouin et al., (2009) vieron que las personas con un estilo de apego evitativo tenían un incremento de las citoquinas IL-6 mayor que otros estilos de apego cuando tenían un conflicto con la pareja. Kidd et al. (2014) obtuvieron que un apego ansioso predecía mayores niveles de citoquinas IL-6 y una mayor estancia en el

hospital en pacientes que se les había hecho una cirugía por bypass. Por su parte, Jaremka et al. (2013) vieron que personas con un apego ansioso tenían niveles más altos de cortisol y menos células de diferentes tipos de linfocitos T.

Según Ehrlich et al. (2016), esta relación entre apego y respuesta del sistema inmunológico podría tener dos posibles explicaciones. La primera sería que el apego tuviera una relación directa con la respuesta inflamatoria inmunológica. Concretamente, aquellas personas con un estilo de apego inseguro tendrían dificultades para manejar el estrés, y el estrés sostenido haría que se dieran respuestas inflamatorias a nivel inmunológico. La segunda posible explicación sería que el apego fuera un moderador entre estresores de tipo psicosocial y la respuesta inflamatoria del sistema inmunológico. Por ejemplo, ante unos mismos estresores, las personas con un estilo de apego inseguro podrían tener niveles más altos de respuesta inflamatoria que las personas con un apego seguro.

No obstante, tal y como afirma Ehrlich (2019) aún falta mucha investigación sobre este campo.

10. Diferencias culturales y de sexo en el apego

A partir de las investigaciones en Estados Unidos con la “situación extraña” se establecieron los porcentajes que se suelen dar de cada tipo de apego en la infancia: apego seguro en un 70% aproximadamente de la muestra, inseguro evitativo en un 20%, e inseguro ambivalente en un 10% (Ainsworth, Blehar, Waters y Walls, 1978). Posteriormente, van IJzendoorn (1995) realizó un meta-análisis incluyendo el apego desorganizado, y los datos apuntaban que había un 55% de la muestra que presentaba un apego seguro, un 23% apego inseguro evitativo, un 8% apego inseguro ambivalente, y un 15% apego desorganizado. En Alemania se replicó la “situación extraña”, y se observó que la distribución entre estilos de apego eran distintos, de manera que había un 52% de la muestra con un estilo de apego inseguro evitativo, un 34% como apego seguro, y un 13% un apego inseguro ambivalente. En cambio, en Japón la distribución cambiaba, con un apego seguro del 68% de la muestra y un 32% de apego inseguro. Este último grupo de apego inseguro estaba íntegramente formado por apego inseguro ambivalente, no hallando un apego inseguro evitativo en esta muestra. Estos datos se podrían interpretar como que los padres alemanes favorecen la independencia de los hijos, mientras que otros países, como en el caso de Japón, se fomenta un vínculo estrecho entre el bebé y su figura de apego, lo que durante la separación en la “situación extraña” les podría causar mucha ansiedad a estos menores (Keller, 2013).

Autores como van IJzendoorn y Kroonenberg (1988) criticaron que otras investigaciones cogieran muestras muy pequeñas para investigar los porcentajes de los diferentes estilos de apego, por lo que hicieron un estudio cogiendo una muestra de unas 2.000 “situaciones extrañas” de 8 países culturalmente distintos y encontraron que había mucha más diferencia en la distribución entre la muestra de un mismo país que con respecto a otros países, haciendo evidente que hay mayor variabilidad dentro de una misma cultura. Según Keller (2013), en la actualidad predomina la visión de la clase media occidental sobre el desarrollo, que prima la autonomía del menor. Cada cultura tiene diferentes perspectivas acerca de la autonomía, de las relaciones, de los objetivos de socialización y de cómo cuidar a los hijos. Por tanto, sería interesante adaptar la concepción del apego a cada cultura.

Actualmente faltan estudios sobre el apego en bastantes países que no sean de Norteamérica y Europa, dado que muchas veces les faltan recursos y formación sobre cómo llevar a cabo la “situación extraña”, entre otros aspectos. Sin embargo, con los datos existentes de distintos países se puede decir que la teoría del apego tiene validez transcultural (Mesman et al., 2016). Hay investigaciones que afirman que en todas las culturas el apego se manifiesta de la misma forma, y en las culturas estudiadas se suelen reproducir los patrones básicos de apego: seguro, ambivalente y evitativo, aunque hay algunas diferencias entre culturas (Bowlby, 2014). Por otra parte, en países como España, Chile y Argentina se han realizado algunos estudios específicamente con muestras clínicas, que muestran una tendencia inversa en este tipo de

población, con porcentajes que oscilan aproximadamente entre un 15-30% de apego seguro y alrededor de un 65-80% de apego inseguro (e. g., Camps-Pons et al., 2014; Pinto-Cortez, et al., 2018; Vega et al., 2011).

En cuanto al apego en el adulto, diversos autores han investigado la distribución de los estilos de apego en diferentes países. Por ejemplo, Hazan y Shaver (1987) encontraron que la proporción de adultos en EUA con un estilo seguro era del 55%, un 25% evitativo y un 20% preocupado. Por otro lado, Feeney y Noller (1990) encontraron que en Australia la proporción de personas con un estilo seguro era de un 55%, un 30% el estilo evitativo y un 15% el preocupado. En Israel, Mikulincer et al. (1990) encontraron un 56% de población con un estilo de apego seguro, un 25% evitativo y un 19% preocupado. En población española se ha visto una distribución del 55% de personas con un estilo seguro, un 24% huidizo, y un 21% preocupado (Serra et al., 1993). De esta manera, se puede apreciar que los porcentajes son parecidos en las diferentes muestras.

En el estudio de Agishtein y Brumbaugh (2013) con una muestra multicultural encontraron que las personas asiáticas tenían mayores niveles de apego ansioso, en especial en regiones de Asia Oriental como China o Corea. Sin embargo, las personas que procedían de la India tenían las puntuaciones más bajas de apego ansioso. Estos autores también encontraron que el colectivismo estaba relacionado con el apego ansioso de manera positiva, por lo que las personas con una identidad ligada a la de su grupo de

referencia tendían a ser más dependientes y tenían miedo a ser rechazadas. Así, en otras culturas diferentes a la occidental puede ser que un estilo de apego inseguro no tenga implicaciones negativas (Agishtein y Brumbaugh, 2013). Sin embargo, van IJzendoorn y Bakermans-Kranenburg (2010) creen que se deberían estudiar países que no se suelen incluir y, además, hacer estudios longitudinales que abarquen desde la adolescencia hasta la vejez.

En cuanto a las diferencias de sexo, no se sabe aún con exactitud cuando surgen estas diferencias en el apego (Del Giudice, 2019). Aunque se ha visto que, en general, en la etapa de infancia e infancia temprana no suelen haber diferencias entre sexos, parece haber un cambio hacia la infancia media (entre los 6 y los 11 años), durante el cual las chicas con un apego inseguro tienden a mostrar un estilo ambivalente y los chicos con apego inseguro mostrarían un estilo evitativo, sugiriendo el autor que puede haber un efecto hormonal en la organización del apego en esta etapa. Del Giudice aunó el desarrollo del apego y las estrategias de reproducción humana bajo un modelo evolutivo integrado. En él expone que los niños toman como indicadores de seguridad y predictibilidad del entorno el tipo de cuidados que les ofrecen sus figuras de apego. Así, según el grado de seguridad que perciban durante sus primeros años de vida, adaptarán su futura estrategia reproductiva. Por lo general, las personas que tengan un estilo de apego seguro se emparejarán de manera más tardía o se reproducirán más tarde, tendrán un compromiso mayor en mantener la pareja e invertirán más en la crianza de sus hijos. Por otro lado, las personas con un

estilo de apego inseguro tendrán tendencia a emparejarse antes o a tener una reproducción temprana, pero manteniendo brevemente el emparejamiento e invirtiendo menos en la crianza de los hijos. También se ha visto que los adolescentes con un apego seguro tienden a mostrar menos conductas sexuales de riesgo. Podría suceder que aquellos adolescentes con inseguridad afectiva realizaran comportamientos sexuales arriesgados para poder cubrir otro tipo de necesidades como, por ejemplo, la búsqueda de seguridad emocional mediante la situación de intimidad sexual (Gómez-Zapiain et al., 2016). En cuanto a las diferencias según el sexo, durante el emparejamiento los hombres suelen invertir más en la búsqueda de pareja mientras que las mujeres invierten más en la maternidad, seguramente porque los ciclos reproductivos son diferentes en cada caso. Los hombres con un apego inseguro utilizarían estrategias evitativas mientras que las mujeres con un apego inseguro utilizarían estrategias ambivalentes, invirtiendo más en sus hijos y parejas, aunque en entornos muy adversos pueden mostrar estrategias evitativas (Del Giudice, 2009; Lafuente y Cantero, 2010).

Otros autores han encontrado diferencias de sexo en la edad adulta. Así, los hombres tienden a mostrar mayor evitación y las mujeres mayor ambivalencia, lo que podría estar relacionado con las diferencias en las estrategias que utilizan para regular emociones (de desactivación o hiperactivación). No obstante, las diferencias son pequeñas, aunque significativas (Del Giudice, 2011, 2019; Guzmán et al., 2015). Sin embargo, otros autores (van IJzendoorn y Bakermans-Kranenburg, 2010) no encontraron diferencias de

género en adultos en cuanto a los estilos de apego preocupado y evitativo. Los estudios en este ámbito no están exentos de controversias e inconsistencias (Scharfe, 2016).

11. El apego y otras variables psicológicas

11.1. El apego y la vinculación parental

En la actualidad se acepta que durante los primeros años de vida se elaboran representaciones de las interacciones de apego que se tienen y que estas representaciones están presentes en la adultez en contextos donde el apego está involucrado (Waters y Roisman, 2019).

Páez et al. (2006) encontraron que un estilo de apego seguro en la adultez correlacionaba de manera positiva con el cuidado/afecto maternal y de forma negativa con el control/sobreprotección de la madre percibido en la infancia y adolescencia. Los mismos resultados surgieron con los padres, pero sin llegar a ser las correlaciones significativas. En cuanto a un estilo de apego temeroso en la adultez, tanto con el padre como con la madre había una correlación negativa con el cuidado/afecto y una correlación positiva con el control/sobreprotección percibidos en la infancia y adolescencia. Por otro lado, Guerrero (2015) encontró una correlación negativa entre el cuidado/afecto maternal y parental, y el apego ansioso/evitativo. La relación del cuidado/afecto del padre era menor con el apego evitativo, mientras que el control/sobreprotección de la madre estaba más relacionado que el del padre en el apego ansioso.

Wilhelm et al. (2016) sugieren que, si bien el tipo de vinculación parental en la infancia afecta al desarrollo del apego

adulto, es la parte materna quien tiene mayor influencia (tanto para hombres como para mujeres). En sus resultados observaron que, si tanto el padre como la madre proporcionan niveles bajos de control, hay más probabilidades de que el estilo de apego adulto parta de una visión positiva de sí mismo, como los estilos seguros o evitativos. Sin embargo, el sexo del hijo podría moderar la relación entre la vinculación parental percibida y el estilo de apego adulto del hijo. Así, estos autores vieron que las hijas que tenían una percepción mayor de cuidado/afecto parental tendían a presentar un estilo de apego seguro. Sin embargo, cuando la percepción de estas hijas era de un control frío por parte de los padres (bajo cuidado/afecto y alto control/sobreprotección) tendían a presentar un estilo de apego preocupado. Por otro lado, la percepción de las hijas de un vínculo óptimo parental (alto cuidado/afecto y bajo control/sobreprotección) estaba relacionado con mayores puntuaciones en un estilo de apego seguro. No obstante, la percepción de vínculo ausente por parte de la madre (bajo cuidado/afecto y bajo control/protección) no estaba relacionado con el estilo de apego de la hija. En los hijos varones, aquellos con una percepción de mayor cuidado/afecto parental tendían a presentar un estilo de apego evitativo. No obstante, la percepción de un control afectuoso (alto cuidado/afecto y alto control/sobreprotección) tenía una relación inversa con un estilo de apego evitativo en los hijos. También se vio que la percepción de los hijos varones de un vínculo óptimo, sobretodo de las madres (alto cuidado/afecto y bajo control/sobreprotección) y un vínculo ausente maternal (bajo

cuidado/afecto y bajo control/sobreprotección) estaba relacionado con niveles más altos del estilo de apego evitativo en ellos.

De este modo, se puede ver que a las hijas las beneficiaría un tipo de vínculo óptimo (alto cuidado/afecto y bajo control/sobreprotección) y las perjudicaría cualquier vinculación parental caracterizada por alto control/sobreprotección (podría repercutir en una falta de confianza, de no creer en sus habilidades, etc, haciendo que tengan una imagen de sí mismas negativa). En cambio, a los hijos les podría resultar beneficioso un alto control/sobreprotección de los padres (con sus límites, comunicación clara, etc., que contribuiría a tener una imagen positiva del otro) pero siempre que se diera conjuntamente con un alto cuidado/afecto, como en el tipo de vinculación de control afectuoso.

También se ha visto una relación entre la historia vincular parental y las relaciones de pareja adultas. Así, Martínez-Álvarez et al. (2014) encontraron que había una relación negativa entre la historia vincular infantil y el nivel de las dos dimensiones de apego: ansiedad (grado de seguridad de la disponibilidad del otro) y evitación (grado de comodidad en situaciones íntimas) con la pareja. Tanto en hombres como en mujeres, la variable “refugio de la madre” estaba relacionada con la ansiedad con la pareja, de modo que cuanto más se percibía a la madre como alguien que proporcionaba seguridad, apoyo, etc., menor ansiedad con su pareja se presentaba. En las mujeres, esta relación también se daba ante la variable de “refugio del padre”. Por otro lado, los hombres que en la

infancia tenían una vinculación caracterizada por apoyo, sensación de seguridad, confianza, etc., por ambos padres, mostraban menor evitación con la pareja. No obstante, en las mujeres, la menor evitación con la pareja estaba relacionada con la seguridad ofrecida por el padre en la infancia. Por otro lado, Lozano et al. (2016) encontraron que, a mayor nivel de afectividad y control percibido por parte de la madre, mayor es la ansiedad en la relación de pareja, con lo que conllevaría mayores posibilidades de mostrar un estilo de apego preocupado o temeroso (la persona buscaría a una pareja que le proporcionara hiperafecto o sobreprotección/control y al no tenerlo le generaría mucha ansiedad, haciendo que la persona no desarrollara su autonomía e independencia). En cuanto al padre, vieron que a mayor control percibido mayor nivel de evitación en la relación de pareja. Así, un sobrecontrol/protección paternal podría llevar a mostrar estilos de apego evitativos o temerosos en este tipo de relaciones, ya que la persona habría desarrollado una incomodidad en situaciones de intimidad y autosuficiencia afectiva que le servirían para protegerse de un sobrecontrol, pero que podría repercutir en sus relaciones de pareja.

11.2. El apego y las estrategias cognitivo-emocionales (los Moldes Mentales)

Los moldes mentales podrían entenderse como una nueva manera de ver la inteligencia emocional (Hernández, 2005a). Estos moldes serían una serie de constructos cognitivos (manera que tenemos de construir la realidad) y de estrategias que se centran en la forma de pensar (el “como”) y no tanto en el contenido (el “qué”, como las creencias que tenemos) que estarían implicados en situaciones de la vida y emocionales (Hernández, 2002; 2010). También, dicho de otro modo, estarían implicados en la manera de abordar, interpretar y valorar la realidad a nivel cognitivo-emocional (Hernández, 2005b).

Sheinbaum et al. (2015) aseguran que el estilo de apego puede repercutir en nuestro día a día a nivel cognitivo, emocional, y social en diferentes ámbitos, y no únicamente cuando se interactúa con el otro. Así, las personas con un estilo de apego seguro suelen tener mayor sensación de felicidad, considerar el momento presente más positivo, sentirse más cuidadas y más cerca de los demás, valorándose a sí mismas de manera más positiva. En cambio, las personas con un estilo de apego ambivalente (que utilizan estrategias de hiperactivación), manifiestan más angustia en su vida cotidiana, mayor percepción del estrés, más afecto negativo y menos del positivo, y más miedo a perder el control. Además, en relación a la percepción de sí mismas y de su momento actual, son más negativas, suelen sentirse menos atendidas y cercanas a los demás, y cuando están solas sienten que no las buscan. Por otro

lado, las personas con un estilo de apego evitativo (que utilizan estrategias de desactivación), suelen tener menos sensación de felicidad y menos positividad de su momento presente, pero no tienden a maximizar los estados emocionales negativos. Prefieren estar solas, tanto en los momentos que están acompañadas como en la soledad, suelen evaluarse de manera más negativa y sentir que los demás les ofrecen menos cuidados/cercanía, en comparación con las personas con un estilo de apego seguro. Cabe añadir que los autores obtuvieron que los estilos de apego no se manifiestan por el mero hecho de interactuar con alguien, sino que depende de la interpretación que hace la persona del grado de cercanía que mantiene con el otro.

En la misma línea, se ha visto que el nivel de satisfacción con la vida (que se relaciona con el bienestar subjetivo y el desarrollo positivo) es menor en aquellas personas con un estilo de apego inseguro en comparación a las que manifiestan un estilo de apego seguro en la edad adulta. Así, un estilo de apego evitativo y ambivalente podría ser un predictor de un menor nivel de satisfacción con la vida. Por tanto, las terapias que se centran en el sistema de apego pueden contribuir a incrementar la satisfacción con la vida en general (Temiz y Comert, 2018). A su vez, se ha visto que las personas con un estilo de apego ambivalente y evitativo tienen niveles de optimismo más bajos (Guzmán et al., 2015).

Por otro lado, hay estudios que apuntan a que el tipo de apego y la regulación cognitiva-emocional tienen relación con los

problemas emocionales de las personas. Por ejemplo, el tipo de apego facilita la utilización de estrategias adaptativas (como encarar los problemas de manera positiva) o desadaptativas (como tener pensamientos rumiativos y catastrofistas) ante diversas situaciones (Vahedi et al., 2016) y ante los problemas interpersonales (Kwon y Shin, 2018).

Mikulincer y Shaver (2019) van en la misma línea y muestran que hay diferencias entre estilos de apego y la regulación de las emociones. Así, ante situaciones estresantes, las personas con un apego ansioso tienden a una mayor rumiación mental, a pensar sobre las situaciones amenazantes de manera ansiosa o triste, o a centrarse en los estímulos estresantes. Por otro lado, las personas con un apego evitativo afrontan estas situaciones mediante el distanciamiento cognitivo y la desconexión emocional. En cambio, las personas con un estilo de apego seguro tienden a no exagerar los peligros o las amenazas, tienen más confianza en poderlos afrontar, y usan estrategias de regulación emocional más efectivas y constructivas ante estas situaciones, como buscar apoyo, centrarse en la resolución del problema, etc. Por otro lado, Guzmán et al. (2016) vieron que las personas con un estilo de apego seguro no suelen tener altos niveles de confusión emocional (tienen pocos problemas para ver y conocer las emociones que se están teniendo), y suelen presentar puntuaciones bajas en descontrol emocional (tienen pocos problemas para controlarse conductualmente cuando sienten emociones negativas), en rechazo emocional (ante emociones desagradables, no tienden a mostrar una respuesta negativa a nivel emocional o a no aceptar su malestar) e

interferencia cotidiana (ante emociones negativas no tienen problemas para concentrarse y realizar actividades cotidianas), en comparación con las personas con un estilo de apego preocupado y temeroso, que muestran las puntuaciones más elevadas en estas variables, posiblemente debido a una hiperactivación de las emociones que son negativas y a los problemas para gestionarlas. Por otro lado, aquellos que presentaban un estilo evitativo y temeroso puntuaron más alto en desatención emocional (problemas para prestar atención y reconocer las propias emociones) y confusión emocional. Estos resultados son coherentes con las características que suelen presentar las personas con un estilo de apego evitativo y temeroso, en el que es frecuente que se evite poner atención a aquello que resulta estresante y que se bloqueen las emociones negativas que se experimentan, teniendo así dificultades para acceder a la propia experiencia emocional.

Así, un estilo de apego seguro se relaciona de manera positiva con la regulación emocional, mientras que los estilos inseguros se relacionan negativamente (Sánchez-Bellas, 2017). Según esta autora, la regulación emocional es una de las dimensiones de la inteligencia emocional.

Diversos autores, han encontrado que los estilos de apego están relacionados con la inteligencia emocional, y que incluso podrían predecirla (Hamarta, Deniz y Saltali, 2009; Hemmati, Jesarati, Saeedi y Abdollahian, 2013; Samadi, Kasaei y Pour, 2013). Así, estos autores han encontrado que un estilo de apego seguro se relaciona positivamente con varias subescalas de la inteligencia

emocional, como la inteligencia intrapersonal (engloba la autorrealización, la autoestima, el asertividad, la autoconciencia emocional y la independencia) e interpersonal (comprende la responsabilidad social, la relación interpersonal y la empatía), el manejo del estrés (control de los impulsos y tolerancia al estrés), la adaptabilidad (flexibilidad, contrastación con la realidad y resolución de problemas) y estado de ánimo general (felicidad y optimismo), mientras que un estilo de apego temeroso tiene una relación negativa con todas estas subescalas. Por otro lado, el estilo de apego evitativo tiene una relación negativa con la inteligencia interpersonal y el estilo de apego preocupado se relaciona positivamente con la inteligencia interpersonal pero negativamente con adaptabilidad.

Por otro lado, Khledian et al. (2013), y Marks et al. (2016) encontraron que tanto el apego evitativo como ansioso predicen de manera negativa la inteligencia emocional, mientras que un apego seguro tiene una relación significativamente positiva, incluso favorece su desarrollo. En la misma línea, Tyszkiewicz-Bandur et al. (2017) encontraron en una muestra universitaria que las personas que tenían un estilo de apego seguro mostraban una inteligencia emocional más alta que aquellas que tenían un estilo de apego inseguro. Otros autores, como Anwer et al. (2017), encontraron que los estilos de apego se relacionaban con la inteligencia emocional y también la social. Así, un apego seguro tenía una relación positiva con ambos tipos de inteligencia (emocional y social) mientras que el resto de estilos de apego (evitativo, preocupado y temeroso) tenían una relación negativa con ambas inteligencias.

11.3. El apego y la inteligencia

Dimitrijević et al. (2013) encontraron que había una relación entre el apego y la inteligencia en la edad adulta. Así, las personas con un estilo de apego seguro tenían puntuaciones más elevadas en inteligencia (obteniendo mejores puntuaciones en rendimiento intelectual y en pruebas tanto verbales como no verbales), mientras que las personas con un estilo temeroso eran las que mostraban puntuaciones más bajas. Además, los autores vieron que medidas como razonamiento no verbal, conocimiento general, y razonamiento verbal, discriminaban entre sujetos seguros e inseguros. Cabe añadir que, tal y como comentan los autores, es difícil encontrar investigaciones sobre apego e inteligencia en población adulta.

Las personas adultas con discapacidad intelectual puede que tengan mayores índices de apego inseguro que el resto de población, con lo que pueden tener más probabilidades de presentar problemas de salud mental. Sin embargo, aquellos adultos con una discapacidad intelectual leve pueden tener porcentajes de apego seguro parecidos al de adultos con un desarrollo normativo (Larson et al., 2011). En el otro extremo, las personas adultas superdotadas mostraban mayores niveles de estilo de apego temeroso que el grupo control, por lo que tendrían miedo a ser rechazados ante situaciones que implican intimidad con la otra persona. Esto puede ser debido a que las personas superdotadas tienden a ser muy sensibles emocionalmente, por lo que pueden tener más miedo en

este tipo de situaciones y sentirse amenazados con mayor facilidad (Dijkstra et al., 2016).

En población infantil, en un meta-análisis llevado a cabo por van IJzendoorn et al. (1995) se encontró que había una relación débil entre el apego y el cociente intelectual. Sin embargo, en muestras donde había bastantes niños ambivalentes, la relación entre apego y el cociente intelectual era más fuerte. En cambio, otros estudios con niños como el de Wellisch et al. (2011) indican que un estilo de apego seguro podría incrementar el cociente intelectual.

West et al. (2013) encontraron que los niños evaluados a los 24 y 36 meses de edad que mostraban un estilo de apego seguro, tenían un cociente intelectual mayor en la infancia media. Los niños evaluados a los 36 meses que tenían un estilo ambivalente o desorganizado tenían un cociente intelectual menor en la infancia media, mientras que no encontraron relación en los niños con un estilo evitativo. Sin embargo, Wacha (2010) no encontró una relación significativa entre los estilos de apego en la infancia y la inteligencia general. No obstante, sí había diferencias en la inteligencia cristalizada (que depende del aprendizaje y de la experiencia), de modo que los niños con un estilo de apego seguro tenían puntuaciones mayores en esta inteligencia que los niños con un estilo de apego evitativo. Así, estos resultados sugieren que determinados tipos de apego podrían afectar a los procesos de aprendizaje, vinculados a la inteligencia cristalizada.

Stievenart et al. (2011) vieron que tanto la inteligencia tenía un efecto sobre las representaciones de apego como las representaciones de apego sobre la inteligencia. La capacidad de razonamiento (que se refiere a la capacidad para simplificar y crear conceptos no verbales) puede influir en los modelos internos de trabajo, los cuales incluyen las interpretaciones que se hace de las figuras de apego y qué se puede esperar de ellas. Así, los autores sugieren que el cociente intelectual de razonamiento es importante para que los niños desarrollen representaciones de apego seguras, mientras que, por otro lado, las representaciones de apego seguras influyen en el cociente intelectual verbal futuro (esta parte verbal pertenece a la inteligencia cristalizada, por lo que se reafirmaría la importancia del apego en los procesos de aprendizaje). A modo de ejemplo, los niños con menor capacidad cognitiva podrían presentar un mayor riesgo de desarrollar representaciones inseguras del apego por su nivel de razonamiento, y a la vez este apego inseguro podría afectar a los procesos de aprendizaje, dando lugar a un menor cociente intelectual verbal.

11.4. El apego y la personalidad

Hay autores que consideran que la crianza tiene una repercusión, al menos en parte, sobre el desarrollo de la personalidad, por lo que es importante tener en cuenta el apego en este ámbito (Fransson et al., 2013). Incluso hay autores que sugieren que las relaciones de apego podrían constituir parte de la base de la personalidad en la infancia (Hagekull y Bohlin, 2003). Tanto el desarrollo normativo de la personalidad como su patología se puede entender, al menos en parte, dentro del marco teórico que ofrece la teoría del apego (Levy et al., 2015).

Both y Best (2017) encontraron en población adulta que el estilo de apego seguro se relacionaba con una alta extraversión y un bajo neuroticismo. En cambio, el estilo de apego ambivalente se relacionaba con una baja amabilidad y un alto neuroticismo (en especial con la faceta depresión), mientras que el estilo de apego evitativo se relacionaba con una baja confianza (dimensión del factor amabilidad). Por último, el estilo de apego temeroso se relacionaba con un alto neuroticismo (en especial con la faceta depresión), baja extraversión y baja amabilidad (en especial con una baja confianza). Las autoras resaltan que los tres estilos de apego inseguros mostraban altas puntuaciones en depresión (relacionado con una visión negativa de uno mismo) y/o baja confianza (relacionado con una visión negativa de los otros).

Noftle y Shaver (2006) vieron que los estilos de apego inseguros (ansioso y evitativo) correlacionaban de manera positiva con el neuroticismo, siendo el elemento común entre ellos la

inseguridad. De estos dos estilos inseguros, la correlación era mayor en el estilo de apego ansioso, sobretodo en facetas del neuroticismo como la depresión, la vulnerabilidad (al no tener una figura de apego que les proporcione seguridad), y la ansiedad. Además, el estilo ansioso mostraba correlaciones negativas con la dimensión asertividad del factor extraversión. En cuanto a las personas con un estilo de apego evitativo, también obtuvieron correlaciones positivas en algunas dimensiones del neuroticismo, como las de vulnerabilidad y depresión, y correlaciones negativas en amabilidad (sobre todo en confianza y altruismo), extraversión (en calidez, asertividad, gregarismo, y emoción positiva, que puede estar relacionado con el rechazo y la frialdad que recibieron por parte de sus figuras de apego), y en apertura a los sentimientos (seguramente por la represión emocional). En cuanto a la dimensión de responsabilidad, encontraron una correlación negativa con el apego ansioso y el evitativo, sobretodo en las dimensiones de autodisciplina y competencia (puede estar relacionado con que no cumplen con sus compromisos u obligaciones, y no toman decisiones de manera concienzuda y prudente). Los autores sugieren, a partir de esta correlación negativa, que el estilo de apego seguro está relacionado de manera positiva con la responsabilidad. Hay que tener en cuenta que un apego seguro en el cuestionario Experiences in Close Relationship Scale, que es el utilizado por los autores, implica bajas puntuaciones en las dimensiones de ansiedad y evitación. Como las personas con estilos de apego caracterizados por la ansiedad y la evitación tienen correlaciones negativas con la dimensión de responsabilidad, se infiere que las personas que tienen

un apego seguro (caracterizado por bajas puntuaciones en ansiedad y evitación) tendrán mayores niveles de responsabilidad. En la misma línea, Marrero-Quevedo et al. (2019) encontraron una relación positiva entre el estilo de apego seguro y los rasgos de personalidad de amabilidad y extraversión, y una relación negativa con neuroticismo. En cambio, los estilos de apego ansioso y evitativo tuvieron correlaciones negativas con todos los factores de personalidad exceptuando el neuroticismo, en el cual las correlaciones eran positivas.

En cuanto a estudios longitudinales, Young et al. (2019) encontraron que los que tenían un estilo de apego seguro en la infancia obtenían puntuaciones altas en amabilidad y responsabilidad, y bajas en neuroticismo en la edad adulta, al contrario que aquellos que mostraron un estilo de apego inseguro en la niñez. Estos tres rasgos están relacionados con la estabilidad en general, dado que un bajo neuroticismo se relaciona con la estabilidad emocional, la amabilidad con una estabilidad en las relaciones sociales, y la alta responsabilidad con una estabilidad motivacional (DeYoung, 2006). Se hipotetiza que el sistema serotoninérgico estaría implicado en la estabilidad (por la regulación motivacional y emocional) (Meltzer, 1990) y que este sistema podría ser sensible a las experiencias que se dan en edades tempranas. Así, aunque se suele reconocer que los rasgos de personalidad tienen un componente hereditario, las experiencias tempranas podrían explicar su desarrollo y las diferencias individuales de determinados rasgos de personalidad en los adultos.

Por otro lado, Fransson et al. (2013) obtuvieron que el estilo de apego seguro se relacionaba de manera positiva con la apertura a la experiencia y la extraversión, lo que implica una mayor seguridad a la hora de relacionarse con los demás, tanto en la infancia como en la adultez. Además, observaron que un estilo de apego desorganizado en la edad adulta se relacionaba negativamente con la responsabilidad. La posible explicación de esta relación negativa con la responsabilidad podría deberse a la relación que habría entre los recuerdos traumáticos de la persona con la memoria de trabajo y con procesos de planificación y organización. Así, los recuerdos traumáticos podrían interferir en la atención y ello afectar a la memoria de trabajo. Como los procesos de planificación y organización están influenciados por este tipo de memoria (Baddely, 2007; Blair, 2016), esto podría explicar la relación negativa con la responsabilidad. Por otra parte, los autores sugieren que la relación positiva tanto de un estilo de apego seguro como desorganizado con la apertura a la experiencia podría entenderse dependiendo de los aspectos en los que nos centremos. Así, en el estilo desorganizado se podría asociar la apertura a la experiencia como un modo de controlar el entorno y ejercer una vigilancia, mientras que en el estilo de apego seguro tendría que ver con la satisfacción de la propia curiosidad.

11.5. El apego y la madurez psicológica

Greenberger et al. (1975) desarrollaron el cuestionario Psychosocial Maturity Inventory (PSMI) para evaluar la madurez psicosocial a partir de su modelo multidimensional de madurez. Desarrollaron este test con la intención de evaluar tres tipos de adecuación (individual, interpersonal y social), de los que se compondría la madurez psicosocial según estos autores. La adecuación individual estaría relacionada con la capacidad de la persona para manejarse en su vida diaria de forma independiente, la adecuación interpersonal haría referencia a la capacidad para poder entablar una comunicación y relación con otras personas, y la adecuación social sería la capacidad de uno mismo para contribuir al bienestar social. Sin embargo, los resultados de este estudio apuntaron a que en realidad únicamente habría dos tipos diferentes de adecuación, la individual y la social, aunque los autores decidieron mantener igualmente los tres tipos de adecuación. En España se desarrolló el cuestionario PSYMAS (Morales-Vives, Camps y Lorenzo-Seva, 2012, 2013) para evaluar la adecuación individual de los adolescentes, partiendo de la teoría de la madurez psicosocial de E. Greenberger. Cabe destacar que muchos estudios a nivel internacional también se han centrado únicamente en la adecuación individual (e.g., Cruise et al., 2008; Mantzicopoulos y Oh-Hwang, 1998), porque están más interesados en la responsabilidad individual y en determinar si el adolescente es suficientemente maduro como para tomar decisiones y responsabilizarse por ellas, y no están tan interesados en la faceta

social, como es el caso del cuestionario PSYMAS. Este cuestionario se compone de tres escalas: autonomía (se relaciona con la independencia de la persona y la tendencia a tomar decisiones propias, sin dejar que los demás ejerzan demasiado control), orientación al trabajo (implica hacerse cargo de las propias obligaciones y responsabilidades en los distintos ámbitos personales), e identidad (se refiere al conocimiento que la persona tiene sobre sí misma).

En cuanto a la autonomía, que es una de las tres escalas de las que se compone el cuestionario de madurez psicológica PSYMAS, Waldinger et al. (2003) encontraron que las personas con un estilo de apego evitativo tenían mayores deseos de autonomía que aquellos que presentaban un estilo preocupado. Por otro lado, aunque los resultados no fueron significativos, encontraron que las personas con un estilo evitativo tendrían mayores deseos de autonomía que las personas con un apego seguro, mientras que aquellos con un estilo preocupado tendrían a presentar menores deseos de autonomía que los seguros. Bachrach et al. (2015) también encontraron relación entre estilos de apego y la autonomía en adultos pacientes ambulatorios de un centro de salud mental. En este estudio se midió la autonomía a través de tres subescalas: autoconciencia (capacidad para ser conscientes y expresar aquello que deseamos, opinamos o necesitamos), capacidad para gestionar situaciones nuevas, y sensibilidad hacia los otros (ser sensibles a las necesidades, opiniones o deseos de los demás). Los estilos evitativo y ansioso correlacionaron negativamente con la autoconciencia. Además, un estilo ansioso parece predecir la sensibilidad hacia los

otros, donde este estilo inseguro puede ser un factor de riesgo para una sensibilidad extrema hacia los demás (a sus deseos, opiniones o necesidades). Los autores también encontraron que un estilo evitativo se relacionaba de manera negativa con la capacidad para gestionar situaciones nuevas. En la misma línea, Bekker y Croon (2010) apuntan que en pacientes con ansiedad y depresión existe una correlación negativa entre un apego evitativo y la sensibilidad hacia los otros, mientras que en el apego ansioso la correlación es positiva.

En cuanto a la variable de orientación al trabajo, Nofle y Shaver (2006) señalan que un apego evitativo y ansioso se relaciona negativamente con la responsabilidad. Otros estudios han relacionado el compromiso con el apego en distintos ámbitos, como en el laboral y el de las parejas románticas. Por ejemplo, Scrima et al. (2015) vieron que los estilos de apego influían en el tipo de compromiso que se mantiene con la empresa. Hay tres tipos de compromiso principales: afectivo (la persona se identifica con la organización y mantiene un vínculo emocional), normativo (la persona siente lealtad hacia la empresa porque siente que debe ser leal), y de continuidad (la persona está en la empresa porque si se va tiene una serie de costes) Así, las personas que tenían un estilo de apego seguro tenían niveles más altos de compromiso afectivo con su empresa, mientras que aquellas con estilo preocupado puntuaban más alto en el compromiso de continuidad. En cambio, un estilo de apego evitativo se relacionaba con un compromiso normativo con la organización. En la misma línea, se ha visto que las personas con un

apego ansioso y evitativo tenían niveles más bajos de compromiso con su empresa (Byrne et al., 2017; Schmidt, 2016).

En el ámbito de las parejas románticas, se ha visto que hay diferencias entre los estilos de apego y su compromiso con la relación. Así, Segal y Fraley (2016) encontraron que las personas con un estilo ansioso, a medida que invertían más en la relación aumentaba su grado de compromiso, mientras que las personas con un estilo evitativo, si veían mejores alternativas a su relación actual provocaba un menor compromiso con esta. En la misma línea, Ho et al. (2012) apuntan que las personas con un estilo evitativo tienden a establecer un compromiso personal (por decisión propia) menor en la relación de pareja, mientras que encontraron una relación positiva entre el estilo ansioso y un compromiso de tipo estructural, es decir, permanecer en la relación después de evaluar las consecuencias negativas de la ruptura.

En cuanto a la variable de identidad, Marcia (1966) en su modelo propuso cuatro estadios: logro de identidad (la persona, después de un período de exploración, se compromete con una identidad), moratoria (la persona está en un proceso de exploración para lograr una identidad), exclusión (hay un compromiso con una identidad, pero no ha habido una exploración de alternativas previa) e identidad difusa (no hay ni un compromiso con una identidad ni tampoco hay una exploración de las alternativas). Ha habido estudios que han relacionado la identidad con el apego, como por ejemplo el de Sheng (2014). Este autor encontró que la mayoría de su muestra de jóvenes adultos había logrado alcanzar una identidad

consolidada, incluso los que tenían un apego inseguro. Sin embargo, los que no habían logrado alcanzar este estadio de identidad presentaban determinadas tendencias en relación al apego. Concretamente, las personas con un estilo de apego preocupado eran más propensas a estar en el estadio de moratoria y menos en el de exclusión, posiblemente porque las dudas sobre uno mismo hacen que no se puedan comprometer con una identidad y estén más tiempo explorando. Además, el autor también vio una relación entre un estilo evitativo y la exploración, ya que estas personas no suelen confiar en los otros y les sería más difícil internalizar influencias externas, por lo que pasarían más tiempo en un estadio de moratoria. En este estudio también se encontró una relación entre el estilo de apego inseguro y la exploración de la identidad, por lo que el autor sugiere que esta exploración podría causar un estrés psicológico en la persona. Por otro lado, aquellas personas con un estilo de apego seguro que no habían logrado una identidad tendían a estar más en el estadio de exclusión. Esto se podría explicar por el entorno en que han crecido estas personas, en el cual los padres han permitido explorar y desarrollar con libertad su propia identidad, por lo que no han tenido mucho conflicto y eso les dejaría con una sensación de que no han tenido que explorar realmente. Otra explicación podría ser que, si tenemos en cuenta que las personas con un estilo de apego seguro tienen confianza en sí mismos y en los demás, estas podrían internalizar con facilidad las influencias externas porque confiarían en que sus personas más importantes les sugerirán lo mejor para ellas. Sin embargo, Pellerone et al. (2017) encontraron que había una relación entre la exclusión y niveles altos

de evitación del apego mientras que la moratoria se relacionaría con altos niveles de ansiedad del apego. En la misma línea, diversos autores encontraron que el apego inseguro estaba relacionado con una identidad más difusa, al contrario que el apego seguro (e. g., Amani y Majzoubi, 2011; Mollasaeidi et al., 2015; Weisskirch, 2018).

Pittman et al. (2011) ofrecen una visión integrada de la teoría del apego de Bowlby (1969) y de la teoría del desarrollo psicosocial de Erikson (1963) en el cual formulan que la historia de apego de cada uno puede ser la base para formar la identidad, y que en su formación participan personas que son importantes para uno. Para los autores, en el ámbito de las parejas también se forman las identidades de cada persona, donde cada uno ofrece al otro un entorno en el cual explorar la propia identidad. A medida que una relación se vuelve más madura, la pareja tiende a convertirse en una base de seguridad que permite a la persona explorar nuevas experiencias a la vez que ofrece la seguridad para acercarse cuando hay cambios en la identidad. Sin embargo, la historia personal de apego puede influir en este proceso. Las personas con un estilo de apego seguro verían a su pareja como una colaboradora para explorar y comprometerse con su identidad; así, en el caso de que hubiera un cambio importante en la identidad, estas personas estarían cómodas buscando el apoyo de la pareja, con lo que les permitiría reducir su angustia y el posible procesamiento sesgado de información sobre la identidad, para después volver a explorar. En cambio, ante esta angustia en la identidad, las personas con un modelo del yo inseguro mostrarían ansiedad, podrían tener sesgos

en la información sobre la identidad o depender en exceso de la pareja para reducir su angustia. Por otro lado, las personas con un modelo del otro inseguro, ante un desafío en la identidad no buscaría apoyo en su pareja. Por tanto, cada persona con su modelo interno de trabajo afrontará de manera diferente un desafío en la identidad.

12. Principales instrumentos de evaluación del apego adulto en España

Como se ha explicado anteriormente, numerosos estudios muestran la importancia de los estilos de apego adulto, y su impacto en la adaptación social y emocional del adulto (e.g., Nadiri y Khalatbari, 2018; Widom et al., 2018). Por este motivo, es importante disponer de instrumentos con adecuadas propiedades psicométricas que permitan evaluar los estilos de apego adulto. A continuación se presentan los principales cuestionarios que evalúan los estilos de apego adulto y sus adaptaciones en lengua española.

12.1. Cuestionario Estilo de Apego Adulto, de Hazan y Shaver (1987)

Este cuestionario se basa en el modelo de Hazan y Shaver (1987) que, como se ha comentado con anterioridad, entiende las relaciones románticas como estilos de apego adulto. Los estilos de apego que proponen estos autores serían adaptaciones en la población adulta de los estilos de apego infantiles propuestos por Ainsworth (1978). Así, el cuestionario consta de tres descripciones, una por cada estilo de apego (seguro, evitativo y ambivalente), y el sujeto debe elegir aquel modelo que describe mejor su forma de comportarse y sus sentimientos en una relación de pareja. En 1990 estos autores propusieron una nueva versión del instrumento, en la cual se solicita a los sujetos que puntúen, de 1 a 7, hasta qué punto

cada modelo describe sus relaciones, además de elegir qué modelo les representa mejor. Este cuestionario fue adaptado a la población española por Yárnoz-Yaben (1989). Como en la versión originaria, consta de tres descripciones distintas, una para cada estilo de apego (seguro, evitativo y ambivalente), y el sujeto debe elegir la descripción con la que se siente más identificado. Esta adaptación española se llevó a cabo con una muestra de 93 estudiantes universitarios, con una media de edad de 22 años. Los patrones de apego que encontró la autora eran coherentes con los patrones propuestos por Hazan y Shaver (1987). Además, la autora también proporcionó evidencia sobre la validez de criterio de este instrumento.

12.2. Cuestionario de Relación, de Bartholomew y Horowitz (1991)

Bartholomew y Horowitz (1991) desarrollaron un cuestionario, denominado Cuestionario de relación, para evaluar el apego adulto, partiendo de su propio modelo teórico. Concretamente, como se ha comentado previamente, estos autores consideran que la imagen (positiva o negativa) que tenemos de nosotros mismos y de los demás da lugar a cuatro prototipos de apego en la edad adulta (seguro, distante, preocupado y temeroso). El Cuestionario de Relación está compuesto por cuatro párrafos descriptivos (uno para cada estilo de apego) y el sujeto debe escoger aquel con el que se siente más identificado. Además, también ha de evaluar del 1 al 7, en qué grado se identifica con cada uno de los cuatro párrafos. Este cuestionario proporciona información sobre la posición de cada participante en dos dimensiones subyacentes: dependencia o ansiedad (modelo del yo) y evitación (modelo de los otros), también explicados con anterioridad en el subapartado correspondiente a este modelo. Por lo tanto, mientras el cuestionario original de Hazan y Shaver (1987) partía de una aproximación categórica, Bartholomew y Horowitz (1991) intentaron aunar la aproximación categórica con la dimensional. De hecho, ha habido cierta controversia sobre cuál es la aproximación más adecuada para evaluar los estilos de apego adulto, si la aproximación tradicional categórica o la aproximación dimensional. Autores como Fraley y Waller (1998), y Fraley et al. (2015) criticaron la aproximación categórica de instrumentos como el de Hazan y Shaver (1987),

porque implica asumir que las diferencias entre las personas clasificadas dentro de una misma categoría son poco importantes o inexistentes. Estos autores consideraban que esta premisa es muy poco realista, defendiendo que la aproximación dimensional es más adecuada. Bartholomew y Horowitz (1991) trataron de reconciliar las dos posiciones, y por ese motivo en su instrumento utilizan tanto un abordamiento categórico como uno dimensional.

En España, este cuestionario fue adaptado por Alonso-Arbiol (2000) y consta de cuatro párrafos descriptivos, con su gradación del 1 al 7. La adaptación se llevó a cabo con una muestra de 602 universitarios, con una edad media de 20,6 años. Los resultados del análisis de componentes principales son congruentes con los factores propuestos por Bartholomew y Horowitz (1991): a) dependencia o ansiedad, b) evitación. Además, ambos factores son independientes, como en el instrumento original (Yáñez-Yaben y Comino, 2011).

12.3. Cuestionario de Experiencia en las Relaciones de Pareja, de Brennan, Clark y Shaver (1998)

Brennan, Clark y Shaver (1998) utilizaron ítems de los instrumentos más usados en la evaluación del apego adulto, y también de trabajos no publicados, para determinar qué dimensiones subyacen a los instrumentos de evaluación del apego adulto. Empezaron con un total de 323 ítems, que redujeron a 36 ítems en la versión final de su cuestionario. El análisis factorial exploratorio mostró dos factores: ansiedad (grado de ansiedad que siente la persona según la accesibilidad de la figura de apego) y evitación (grado de comodidad o incomodidad que le produce al sujeto la aproximación a otros).

En este cuestionario las personas han de puntuar su grado de acuerdo con el enunciado de cada uno de los 36 ítems, en una escala Likert de 7 puntos.

La adaptación española fue llevada a cabo por Alonso-Arbiol et al. (2007). Como en el cuestionario originario, consta de 36 ítems en una escala Likert de 7 puntos. La adaptación se llevó a cabo con una muestra de 602 universitarios. El análisis factorial de componentes principales mostró dos factores: evitación y ansiedad, los mismos que en la versión original. Los dos factores son independientes, como en la versión original (Yáñez-Yaben y Comino, 2011).

12.4. Cuestionario de Apego Adulto (CAA), de Melero y Cantero (2008)

Melero y Cantero (2008) consideraron que era necesario desarrollar un nuevo instrumento, partiendo de las características propias de la población española. Para su creación, tomaron en cuenta los constructos teóricos que las investigaciones sobre este ámbito establecían como variables cualitativamente diferentes entre los distintos estilos de apego, como: autoconcepto, necesidad de aprobación, confianza en los demás, consideración de las relaciones como secundarias, dependencia/autonomía/autosuficiencia, incomodidad con la intimidad, expresión de sentimientos, estrategias de resolución de conflictos, orientación al logro frente a orientación personal, insatisfacción con las relaciones, temor a las relaciones y problemas interpersonales.

A partir de esta revisión profunda de los diferentes modelos teóricos y de los instrumentos previos, desarrollaron el Cuestionario de Apego Adulto (CAA, Melero y Cantero, 2008), que consta de 40 ítems. En su estudio participaron un total de 445 personas, con una edad media de 30,5 años. La muestra era heterogénea (el 64,5% eran trabajadores, el 31,9% eran estudiantes, y el 3,6% eran personas que trabajaban y estudiaban a la vez). El análisis de componentes principales que realizaron reveló cuatro componentes.

El primer componente se denominó Baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo (13 ítems), e incluye ítems relacionados con la dependencia, baja autoestima, la preocupación sobre las relaciones, el miedo a ser rechazado, y

problemas de inhibición emocional y conductual. El segundo componente se denominó Resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad (11 ítems), e incluye ítems sobre la tendencia a enfadarse, rencor, hostilidad y posesividad. El tercer componente se denominó Expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones (9 ítems), e incluye ítems sobre la facilidad para expresar los sentimientos, confianza para explicar los problemas a los demás, sociabilidad, y estrategias bilaterales de resolución de conflictos. El cuarto componente se denominó Autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad (7 ítems), e incluye ítems sobre evitación del compromiso emocional, gran necesidad de individualidad, y priorización de la autonomía antes que del establecimiento de lazos afectivos. Así, el primero, segundo y cuarto componentes se relacionan con un apego inseguro, mientras que el tercer componente se relaciona con un apego seguro.

Dado que estas autoras partían del modelo de Bartholomew y Horowitz (1991), a continuación llevaron a cabo un análisis de conglomerados de k medias con dos clusters, para clasificar a los sujetos en dos grupos (apego seguro vs apego inseguro) a partir de sus puntuaciones en cada componente. También llevaron a cabo un análisis de conglomerados de k medias con cuatro clusters, para clasificar a los sujetos en cuatro grupos, como propone el modelo de Bartholomew y Horowitz (1991). Respecto al primer análisis con dos clusters, el primer grupo contenía todos los participantes con altas puntuaciones en el primer componente, puntuaciones moderadas/altas en el segundo componente, bajas/moderadas en el tercer componente, y puntuaciones moderadas/altas en el cuarto

componente. El segundo cluster contenía aquellos participantes con bajas puntuaciones en el primer componente, puntuaciones bajas/moderadas en el segundo componente, moderadas/altas en el tercer componente, y bajas/moderadas en el cuarto componente.

Respecto al análisis con cuatro clusters, el primer grupo se denominó temeroso/hostil, y contenía aquellos participantes con puntuaciones muy altas en el primer y segundo componente, bajas puntuaciones en el tercer componente, y puntuaciones moderadas/altas en el cuarto. El segundo grupo fue denominado preocupado y contenía los participantes con puntuaciones altas en el primer componente, puntuaciones moderadas en el segundo y cuarto componente, y puntuaciones moderadas/altas en el tercero. El tercer grupo se denominó seguro y contenía los participantes con puntuaciones muy bajas en el primer componente, puntuaciones bajas en el segundo y cuarto componente, y altas puntuaciones en el tercero. Por último, el cuarto grupo fue denominado alejado y contenía los participantes con puntuaciones bajas/moderadas en el primer y tercer componente, puntuaciones moderadas en el segundo componente, y altas en el cuarto componente. El resultado de sus análisis coincide con la literatura en cuanto a los estilos de apego seguro, preocupado y evitativo. Sin embargo, hay algunas diferencias en cuanto al estilo temeroso, porque en el CAA el estilo denominado temeroso hostil engloba características de rencor, hostilidad y celos, que las autoras justifican por la mayor aceptación de la población española de la expresión de las emociones en comparación con otras culturas. En cambio, el estilo temeroso propuesto por Bartolomew y Horowitz (1991) engloba a aquellas

personas que no creen ser dignas de ser amadas, no confían en los demás, y necesitan la aprobación de otros. Concretamente, son personas que desean tener relaciones cercanas con los demás, pero el miedo al rechazo hace que eviten acercarse a las personas, mostrando una alta evitación y dependencia, pero no necesariamente presentan hostilidad hacia los demás.

A partir de los resultados que obtuvieron estas autoras en sus análisis de clusters o conglomerados, propusieron unos baremos que permiten realizar la clasificación de los sujetos según el tipo de apego, considerando los resultados obtenidos por los sujetos en los cuatro componentes del cuestionario. Concretamente, las puntuaciones en cada componente se han de clasificar como muy altas, altas, moderadas/altas, moderadas, bajas/moderadas, bajas, y muy bajas. En función de cómo se combinan las puntuaciones en los cuatro componentes, hay un baremo que permite diferenciar entre apego seguro y apego inseguro, y otro baremo que permite clasificar a los sujetos en cuatro tipos de apego: seguro, temeroso hostil, preocupado, y alejado. Por ejemplo, el apego temeroso hostil implica puntuaciones muy altas en los componentes “Baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo” y “Resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad”, puntuaciones bajas en el componente “Expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones” y puntuaciones moderadas/bajas en el componente “Autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad”.

A pesar de que este cuestionario ha sido ampliamente utilizado en España, tanto por investigadores como por profesionales (e.g., Benítez et al., 2017; Loinaz y Echeburúa, 2012), los baremos propuestos por las autoras no permiten clasificar a muchos de los sujetos, porque estos pueden presentar otras combinaciones de puntuaciones. Por esta razón, las autoras recomiendan utilizar también un enfoque cualitativo basado en el juicio clínico, y no únicamente las puntuaciones cuantitativas de los participantes. Sin embargo, este enfoque dificulta el uso del instrumento para fines de investigación porque muchos estudios utilizan muestras grandes y los cuestionarios son anónimos, por lo que hace inviable el juicio clínico. Por esta razón, algunos autores han llevado a cabo análisis de conglomerados de k medias con sus propios datos, para clasificar a sus participantes utilizando un criterio objetivo (e.g., Redondo, 2016).

13. Objetivos e hipótesis de la investigación:

La presente tesis consta de dos objetivos generales. El primer objetivo general consiste en determinar qué perfiles de apego adulto permite diferenciar el cuestionario CAA desarrollado por Melero y Cantero (2008). Las autoras de este cuestionario realizaron análisis de conglomerados de k medias, definiendo el número de clusters en función de supuestos teóricos, sin verificar de manera empírica cuál es el número real de perfiles de sujetos que este cuestionario permite diferenciar. Por otra parte, autores como Fraley y Waller (1998), y Fraley et al. (2015) han criticado la aproximación categórica tradicional en la evaluación del apego, considerando que es difícil asumir que hay pocas o ninguna diferencia entre las personas clasificadas en un mismo estilo de apego. Esto ha dado lugar a cierta controversia sobre si los estilos de apego se han de evaluar de forma categórica o dimensional. Por ese motivo, Bartholomew y Horowitz (1991) propusieron aunar ambas aproximaciones para evaluar los estilos de apego adulto de forma más realista, perspectiva que compartían Melero y Cantero (2008) al desarrollar el cuestionario CAA. En la presente tesis también se parte de la misma visión, pero ello implica la utilización de una metodología más adecuada para este fin que la utilizada en los estudios previos. Concretamente, el Análisis Factorial de Mixturas (AFM) es el procedimiento idóneo para este objetivo, dado que es un híbrido entre el Análisis de Clases Latentes y el Análisis Factorial, lo que permite que la estructura derivada de las respuestas a los ítems sea tanto categórica como dimensional

simultáneamente. Por lo tanto, este procedimiento reconcilia la visión tradicional tipológica con la visión dimensional de los estilos de apego.

El segundo objetivo general de esta investigación, que incluye diversos objetivos específicos, es conocer la influencia de los estilos de apego en la edad adulta (evaluados con el cuestionario CAA) sobre distintas variables, como las estrategias cognitivo-emocionales, la inteligencia, la personalidad, y la madurez psicológica. Además, se pretende determinar si la vinculación parental en la infancia influye en el estilo de apego adulto.

Así, como objetivos específicos se plantea:

Objetivo 1: Determinar qué perfiles de apego permite diferenciar el cuestionario CAA, a partir del Análisis Factorial de Mixturas.

Objetivo 2: Comprobar si el tipo de vinculación parental en la infancia tiene relación con el estilo de apego adulto.

Objetivo 3: Comprobar si el estilo de apego influye en las estrategias cognitivo-emocionales en población adulta.

Objetivo 4: Determinar si el estilo de apego adulto tiene relación con la inteligencia.

Objetivo 5: Comprobar si el estilo de apego influye en la personalidad en la adultez.

Objetivo 6: Comprobar si el estilo de apego afecta al grado de madurez psicológica alcanzado por los adultos.

Se han concretado las siguientes hipótesis en función de los objetivos planteados:

Hipótesis relacionada con el objetivo 1: considerando los resultados obtenidos previamente en el estudio de Melero y Cantero (2008), en el Análisis Factorial de Mixturas se esperaría obtener un mínimo de dos perfiles de apego adulto, que se corresponderían con el apego seguro y el apego inseguro, y un máximo de cuatro perfiles, que se corresponderían con los tipos temeroso/hostil, preocupado, seguro y alejado.

Hipótesis relacionada con el objetivo 2: si el tipo de vinculación parental que se estableció en la infancia influye sobre el estilo de apego que se tiene en la edad adulta, se esperaría que el grupo de apego seguro obtuviera una media aritmética significativamente superior a la obtenida por los grupos de apego más inseguro en las variables de afecto del padre y de la madre, y una media aritmética significativamente inferior en las variables de control del padre y de la madre. En cuanto a las correlaciones, se esperaría que la dimensión afectiva caracterizada por “expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones”, tuviera correlaciones positivas con el afecto del padre y de la madre, y correlaciones negativas con el control del padre y de la madre, mientras que las dimensiones afectivas caracterizadas por “baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo”, “resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad”, y “autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad”, tuvieran correlaciones negativas con el afecto del

padre y de la madre, y correlaciones positivas con el control del padre y de la madre.

Hipótesis relacionada con el objetivo 3: si el estilo de apego adulto influye sobre las estrategias cognitivo-emocionales, esperaríamos encontrar que las personas con un estilo de apego seguro obtienen una media aritmética significativamente superior a la obtenida por los grupos de apego más inseguro en relación a los encuadres de espontaneidad vital, ajuste y optimización. Respecto a las correlaciones con los factores de apego, también se esperaría que la dimensión afectiva caracterizada por “expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones” correlacionara positivamente con espontaneidad vital, ajuste y optimización, mientras que las dimensiones afectivas caracterizadas por “baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo”, “resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad”, y “autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad” tuvieran correlaciones negativas.

Hipótesis relacionada con el objetivo 4: si el estilo de apego afecta negativamente a los procesos de aprendizaje, se esperaría obtener relaciones significativas entre el apego y aquellas escalas de la inteligencia que están vinculadas a la inteligencia cristalizada. Así, se esperaría que el grupo con un apego seguro presentara medias aritméticas significativamente superiores a las obtenidas por los grupos con un estilo de apego más inseguro en las escalas de aptitud verbal, fluidez verbal y aptitud numérica. En cuanto a las correlaciones, se esperaría que la dimensión afectiva caracterizada por “expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones”

correlacionara positivamente con las variables de aptitud verbal, fluidez verbal y aptitud numérica, mientras que las dimensiones afectivas caracterizadas por “baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo”, “resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad”, y “autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad” correlacionaran negativamente con estas variables.

Hipótesis relacionada con el objetivo 5: si el estilo de apego influye en el desarrollo de la personalidad, se esperaría encontrar que las personas adultas con un estilo de apego seguro tienen una puntuación media superior a la obtenida por las personas con estilos de apego inseguros en los rasgos de extraversión, amabilidad, responsabilidad, apertura a la experiencia y estabilidad emocional. Además también se esperaría que la dimensión afectiva caracterizada por la “expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones” correlacionara positivamente con los rasgos de amabilidad, extraversión, apertura a la experiencia, estabilidad emocional y responsabilidad, y que las dimensiones afectivas caracterizadas por “baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo”, “resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad”, y “autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad” correlacionaran negativamente con estos rasgos.

Hipótesis relacionada con el objetivo 6: si el estilo de apego adulto está relacionado con la madurez psicológica, se esperaría que las personas con el grupo con un estilo de apego seguro obtuviera una media aritmética más alta que los grupos con unos estilos de apego

más inseguros en las distintas variables de la madurez psicológica: orientación al trabajo, autonomía, identidad, y también con las puntuaciones totales del cuestionario PSYMAS. Además, también se esperaría que hubieran correlaciones positivas entre todas estas variables y la dimensión afectiva caracterizada por “expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones”, mientras que se esperaría correlaciones negativas entre las distintas variables que evalúan la madurez psicológica y las dimensiones afectivas caracterizadas por “baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo”, “resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad”, y “autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad”.

CAPÍTULO 2.

Método

1. Sujetos

Dado que el objetivo de la tesis es evaluar la relación de distintas variables con el estilo de apego adulto, se recogieron datos procedentes de estudiantes universitarios de distintos grados y de máster. Cabe destacar que contestar los cuestionarios implicaba una considerable cantidad de tiempo, lo que hacía muy difícil conseguir muestra fuera del entorno universitario. De todas formas, para poder conseguir una mayor heterogeneidad de la muestra, con diferentes edades, se administraron los cuestionarios a estudiantes de diferentes grados, y también a estudiantes de Master, que tienen más edad y constituyen otro perfil. Concretamente, la muestra se compone de 515 sujetos, con 9 (1.7%) sujetos procedentes del grado de relaciones laborales, 50 (9.7%) del grado de pedagogía y educación social, 46 (8.9%) de trabajo social, 29 (5.6%) de educación infantil, 201 (39%) de grado de educación, 57 (11.1%) de psicología, y 123 (23.9%) del Máster de formación del profesorado de educación secundaria obligatoria y bachillerato, formación profesional y enseñanza de idiomas. Respecto al curso, hay 256 (49.7%) alumnos de primer curso de grado, 61 (11.8%) de segundo curso de grado, 46 (8.9%) de tercer curso de grado, 29 (5.6%) de cuarto curso de grado y 123 (23.9%) de máster. El total de hombres de la muestra fue de 117 (22.7%) y de mujeres 398 (77.3%). El rango de edad está entre los 17 y 56 años, con una media de 23.15 (D.T. = 6.31).

2. Instrumentos

Para esta tesis se administraron los siguientes cuestionarios:

2.1. Cuestionario de Apego Adulto (CAA, Melero y Cantero, 2008):

Las autoras del CAA desarrollaron este instrumento con la finalidad de disponer de un cuestionario sobre el apego adulto que recogiera las particularidades de la población española no clínica. El cuestionario consta de 40 ítems, en base a cuatro factores: baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo (13 ítems), resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad (11 ítems), expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones (9 ítems), autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad (7 ítems). Así, el primero, segundo y cuarto factor evalúan aspectos de la inseguridad emocional, mientras que el tercer factor evalúa la seguridad emocional.

El formato de respuestas es tipo Likert, con seis alternativas de respuesta: 1 = completamente en desacuerdo y 6 = completamente de acuerdo. En cuanto a la consistencia interna, en el factor “baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo” se obtuvo un $\alpha = .86$, en el factor “resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad” se obtuvo un $\alpha = .80$, en el factor “expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones” se obtuvo un $\alpha = .77$, y en el factor “autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad” se obtuvo un $\alpha = .68$.

2.2. Escala de Vinculación Parental (PBI, Parker, Tupling y Brown, 1979):

Concretamente, en este estudio se utilizó la adaptación española de este instrumento desarrollada por Ballús (1991). El PBI (Parental Bonding Instrument) evalúa la vinculación de los padres en la infancia a través de las dimensiones de cuidado/afecto y control/sobreprotección. La dimensión de cuidado/afecto, que tiene 12 ítems, se refiere al grado de afecto y cariño o de descuido e indiferencia que tanto el padre como la madre brindaron en la infancia. La dimensión de control/sobreprotección, de 13 ítems, hace referencia al grado de intrusión y control, o al fomento de la autonomía, que tanto el padre como la madre ejercieron en la infancia.

El cuestionario consta de un total de 25 ítems, en los que se pregunta al sujeto por la relación con el padre y la madre (por separado) hasta los 16 años. Son ítems tipo Likert, que van desde 1 (nunca o casi nunca) a 4 (siempre o casi siempre).

El instrumento original cuenta con una consistencia interna de .76 en cuidado/afecto de la madre, .70 en control/sobreprotección de la madre, .82 tanto en cuidado/afecto como control/sobreprotección del padre. En la adaptación española la consistencia interna fue de $\alpha = .74$ para cuidado/afecto, y de .82 para control/sobreprotección.

2.3. Test de Estrategias Cognitivo-Emocionales (MOLDES, Hernández-Guanir, 2010):

Hernández (1991) propuso la teoría de los moldes mentales, entendiendo los moldes cognitivo-emocionales como los modos en que usualmente una persona enfrenta la realidad de manera cognitiva y emocional, interpretando y valorando su relación con ella. Los moldes son producto de la combinación entre predisposición y experiencias. En 2010 desarrolló el test MOLDES para evaluar estas estrategias cognitivo-emocionales.

Este cuestionario está compuesto por 87 ítems, donde se plantea una serie de situaciones y la persona debe responder sobre un formato de respuestas en escala Likert, que va desde 1 (muy en desacuerdo) a 5 (muy de acuerdo).

El test MOLDES responde a una estructura jerárquica, en la que hay 30 “moldes básicos” o factores de primer orden, 10 “dimensiones focales” o factores de segundo orden, y 3 “encuadres focales” o factores de tercer orden. El presente estudio se ha centrado en los factores más globales, de tercer orden, que son los siguientes:

- *I Encuadre “Espontaneidad vital”*: se refiere a la manera de posicionarse ante la vida y a las diversas circunstancias. Una puntuación elevada muestra una disposición espontánea/implicativa (dejarse llevar, ser espontáneo, etc.) y una baja puntuación indica una disposición reflexiva/distante (reflexionar mucho antes de implicarse,

control anticipatorio, etc.), en el cual el exceso de reflexión no permite disfrutar de la vida.

Así, su puntuación muestra el nivel de vitalismo y expansión personal. De los tres encuadres es el menos importante en la propia gestión personal.

- *II Encuadre “Ajuste”*: están los moldes que enfocan de manera positiva y apropiada la realidad. El problema puede venir cuando hay una confrontación entre la subjetividad y la realidad, en el caso de que los deseos, exigencias, etc., no permitan adaptarse a la realidad, afectando al ajuste personal. Así, se puede ver la realidad positivamente, sin exageraciones, aceptando los contratiempos, etc., o con negatividad, disociaciones, excusas, etc.

Es el encuadre más importante porque si hay un mal ajuste la persona sufre, a la vez que tampoco es efectiva. Está relacionado con la eficiencia, el ajuste emocional y la satisfacción personal. Es por ello que es el encuadre más importante, ya que está implicado en el grado de eficiencia en la vida y con el bienestar subjetivo. Una elevada puntuación muestra realismo productivo, mientras que una baja puntuación indica hipersubjetivismo interferente.

- *III Encuadre “Optimización”*: en este encuadre están los moldes que modifican la realidad mejorándola, aprovechando la experiencia pasada para ir a mejor.

Este encuadre se relaciona con la capacidad de dar un sentido a la vida, de potenciarla, y de poder realizarnos. Una baja puntuación se relaciona con una disposición autolimitada e inactiva, con dificultades para sacar provecho de las adversidades, restringiendo las propias potencialidades, etc., mientras que una elevada puntuación hace referencia a una disposición autovalorativa y constructiva, donde se confía en las propias capacidades, se saca lo bueno de los problemas, etc. Es el segundo encuadre más importante por estar relacionado con la capacidad de construir y de superarse a uno mismo. Así, está implicado en el nivel de iniciativa y de capacidad de superación.

Así, los tres factores de tercer orden o “encuadres focales” abarcan las competencias personales para relacionarse con la realidad, donde “espontaneidad vital” se relaciona con la capacidad para involucrarse de manera vital con la realidad, “ajuste” hace referencia a la competencia para desenvolverse de manera eficiente, y “optimización” a la capacidad para sacar rendimiento de las situaciones.

En cuanto a la consistencia interna, el α de Cronbach del cuestionario total es de .91. El primer encuadre focal, “Espontaneidad vital”, tiene un $\alpha = .70$, el segundo encuadre focal “Ajuste” tiene un $\alpha = .82$, y el tercer encuadre focal “Optimización” tiene un $\alpha = .73$.

2.4. Adaptación española del Test de Aptitudes Mentales Primarias (PMA; Thurstone, 1938):

El Test de Aptitudes Mentales Primarias fue elaborado por L. L. Thurstone a través de un análisis factorial múltiple. Este análisis factorial reveló en un principio 12 factores, de los cuales el autor eligió siete según sus saturaciones factoriales. Es en base a estos siete factores que Thurstone elaboró el PMA, aunque hiciera modificaciones y resultaran finalmente en cinco factores. Una ventaja que ofrece este instrumento con respecto a otros que evalúan la inteligencia es que ofrece información sobre cinco capacidades que son diferentes y no solamente una puntuación general del cociente intelectual, por lo que se puede relacionar cada capacidad con otras variables, y también analizar las distintas capacidades de manera independiente. A más a más, este instrumento permite la evaluación de la inteligencia fluida y cristalizada. Este test se compone de las siguientes subescalas:

- *PMA-V*: hace referencia a la comprensión verbal, es decir, a la capacidad de la persona para entender las ideas que son expresadas en palabras. Consta de 50 ítems de elección múltiple, donde el sujeto debe encontrar el sinónimo de la palabra propuesta de entre cuatro opciones posibles.
- *PMA-E*: es la aptitud espacial, es decir, la capacidad del sujeto para imaginar y concebir objetos en dos o tres dimensiones. Consta de 20 ítems, donde en cada ítem hay

una figura modelo y seis figuras parecidas que están en diferentes posiciones, de manera que el sujeto debe escoger aquellas figuras que están rotadas en el mismo plano.

- *PMA-R*: se refiere al razonamiento lógico, es decir, a la capacidad que tiene la persona para resolver problemas lógicos, prever y planear. La prueba está compuesta por 30 series de palabras donde el sujeto debe encontrar la lógica que subyace en cada serie para hallar la letra que seguiría la secuencia.
- *PMA-N*: es la aptitud numérica, es decir, la capacidad del sujeto para manejar números y resolver de manera rápida y correcta problemas numéricos. La prueba está compuesta por 70 ítems binarios, donde cada ítem es una suma y la persona debe decidir si el resultado que se expone de la suma es correcto o incorrecto.
- *PMA-F*: hace referencia a la fluidez verbal, es decir, la capacidad de la persona para hablar y escribir fácilmente. En esta prueba se pide al sujeto que escriba el máximo de palabras que pueda que empiecen por la letra “p”, dentro de un determinado tiempo.

2.5. Overall Personality Assessment Scale (OPERAS; Vigil-Colet, Morales-Vives, Camps, Tous y Lorenzo-Seva, 2013):

Este instrumento evalúa los cinco grandes factores de personalidad: Extraversión, Estabilidad Emocional, Responsabilidad, Amabilidad, y Apertura a la Experiencia. Esta escala presenta varias ventajas, como su brevedad y el control de los sesgos de respuesta de aquiescencia y deseabilidad social. Estos sesgos se han corregido mediante los procedimientos propuestos por Ferrando et al. (2009) y Lorenzo-Seva y Ferrando (2009). Concretamente, el cuestionario incluye 4 ítems para controlar la deseabilidad social, y 15 de los ítems de contenido fueron redactados en sentido opuesto para controlar la aquiescencia. Por lo tanto, este cuestionario proporciona puntuaciones libres de estos sesgos de respuesta. Además, contiene un ítem de prueba al inicio del cuestionario, que no se incluye en los análisis.

El OPERAS consta de 40 ítems en total, siete para cada factor mencionado. El formato de respuesta es mediante una escala Likert que va desde 1 (completamente en desacuerdo) a 5 (completamente de acuerdo), y se pregunta al sujeto sobre su forma de reaccionar y de actuar en situaciones de la vida cotidiana.

La consistencia interna de cada factor de personalidad es: .86 para Extraversión y Estabilidad Emocional, .77 en Responsabilidad, .71 en Amabilidad fue, y .81 para Apertura a la Experiencia.

2.6. Psychological Maturity Assessment Scale (PSYMAS; Morales-Vives, Camps y Lorenzo-Seva, 2012):

Este cuestionario está basado en las investigaciones y la teoría propuesta por E. Greenberger junto con otros autores (Greenberger, 1984; Greenberger y Sørensen, 1973; Greenberger y Steinberg, 1986). Concretamente, se basa en el concepto de adecuación individual que propuso esta autora. La adecuación individual es la capacidad para ser independiente, asumiendo el control de la propia vida, e incluye tres facetas: Orientación al trabajo, Identidad y Autonomía. El Cuestionario de Madurez Psicológica PSYMAS se centra en la evaluación de estas tres facetas para evaluar la madurez psicológica, entendiendo la madurez como la capacidad para tomar decisiones responsables, asumiendo las obligaciones y las consecuencias de los propios actos, teniendo en cuenta las propias necesidades y características. Este cuestionario controla los sesgos de respuesta de aquiescencia y de deseabilidad social. Estos sesgos se corrigen utilizando los procedimientos propuestos por Ferrando et al. (2009) y Lorenzo-Seva y Ferrando (2009). Para poder controlar la aquiescencia, la mitad de los ítems están revertidos. Por otra parte, contiene cuatro ítems para controlar el sesgo respuesta de deseabilidad social. Además, el test contiene un ítem de prueba al inicio del cuestionario. Es un cuestionario muy corto, con ítems breves y fáciles de entender.

Así, el PSYMAS contiene las siguientes subescalas:

- *Orientación al trabajo (OT)*: es la predisposición a hacerse cargo de las responsabilidades y obligaciones académicas y de la vida cotidiana.
- *Autonomía (AU)*: es el grado de independencia responsable en relación con las otras personas, en concreto, mostrando iniciativa sin que los demás puedan ejercer un excesivo control sobre la propia persona.
- *Identidad (ID)*: es el conocimiento en relación a uno mismo.

El PSYMAS se compone de 26 ítems en escala Likert, que van de 1 (*completamente en desacuerdo*) a 5 (*completamente de acuerdo*), y sus ítems plantean situaciones que se pueden dar en la vida cotidiana.

La fiabilidad de la subescala de Orientación al trabajo es de .74, la de Autonomía es de .79, la de Identidad es de .84, y la de la escala total es de .84.

3. Procedimiento

Los diferentes cuestionarios fueron administrados en grupo durante las horas lectivas, previo consentimiento de cada profesor responsable de la clase. Se informó a todos los participantes que la participación era voluntaria y anónima. No había límite de tiempo para contestar los cuestionarios, con la excepción del PMA, ya que este test tiene un tiempo establecido para completar la prueba de cada subescala.

Se tuvieron que descartar diversos sujetos porque dejaron algunos cuestionarios por contestar. Concretamente, se descartó 1 cuestionario del grado de pedagogía y educación social, 1 de magisterio infantil, 27 del grado de psicología, 22 del máster, y 8 del grado de educación. Además, también se descartó 1 cuestionario del máster y 1 del grado de educación porque el patrón de respuestas evidenciaba que se habían contestado al azar (patrón de respuestas en zigzag en algunos cuestionarios, o la misma respuesta en todos los ítems).

3.1. Análisis de datos:

Como se ha comentado en el apartado de la Introducción, tradicionalmente se había considerado que las medidas de apego debían ser categóricas, pero posteriormente autores como Fraley y Waller (1998), y Fraley et al. (2015) criticaron esta aproximación, considerándola poco realista. De hecho, estos autores consideran

que pueden existir diferencias entre los sujetos clasificados dentro de una categoría, por lo que consideran que es más adecuada una aproximación dimensional. Bartholomew y Horowitz (1991) propusieron reconciliar los dos enfoques, para evaluar el apego de forma más precisa y realista. En el presente estudio se ha partido de este enfoque mixto, combinando una aproximación tanto categórica como dimensional, tal como también propusieron las autoras del cuestionario CAA. Sin embargo, el procedimiento metodológico más adecuado para este tipo de datos no es el análisis de conglomerados, si no el Análisis Factorial de Mixturas (AFM, e.g., Lubke y Miller, 2015; Lubke y Muthén, 2005). El AFM es un híbrido entre el Análisis de Clases Latentes y el Análisis factorial, lo que permite que la estructura derivada de las respuestas a los ítems sea tanto categórica como dimensional simultáneamente. Por lo tanto, este análisis permite a los individuos tener diferentes niveles dentro de un grupo, a través del uso de variables latentes continuas. Concretamente, el modelo asume dos fuentes de variación: a) dimensional, variación intraclase, que refleja la estructura común de los datos, y b) variación entre clases, que es la diferenciación entre grupos o clases. En contraste con el AFM, el hecho de realizar simplemente un análisis factorial se centraría únicamente en la estructura dimensional de las medidas, ignorando los posibles grupos diferenciados que pueden haber. Igualmente, un análisis de clusters o conglomerados puro tan sólo distinguiría entre diferentes grupos de individuos, ignorando la estructura dimensional de los datos. Por otra parte, cabe destacar que el AFM permite determinar cuál es el número de perfiles diferenciados de

sujetos, además de clasificar a los sujetos en su perfil correspondiente.

A nivel conceptual, este enfoque mixto se puede entender de la siguiente manera: la solución factorial proporciona una base k-dimensional en la cual los individuos (más concretamente sus puntuaciones factoriales individuales) pueden ser representados como puntos. En este espacio, estos puntos tienden a agruparse en nubes diferenciadas, y el centroide de cada clúster define el perfil del grupo correspondiente. En el presente estudio, el punto de partida es el número y estructura de las dimensiones o factores del CAA, que es la solución de 4 factores propuesta por Melero y Cantero (2008). Por este motivo, en primer lugar se ha llevado a cabo un Análisis Factorial Confirmatorio (AFC). El AFC fue ajustado usando Mplus v8.4 (Muthén y Muthén, 2010) con las siguientes especificaciones:

- a) Se excluyeron 8 ítems de los análisis (ítems 9, 11, 13, 15, 17, 33, 36, y 39), porque un Análisis factorial exploratorio preliminar, llevado a cabo en un estudio piloto con 100 sujetos, reveló que estos ítems no saturan en su correspondiente factor, o tienen una baja saturación en el factor esperado, como sucede también con la muestra final.
- b) Estos análisis preliminares también mostraron que había cinco ítems complejos (5, 12, 18, 25, 26), que saturaban en un factor secundario. Por esta razón, en el AFC se permitió que estos cinco ítems también saturaran en el esperado segundo factor.

En segundo lugar, dado que se obtuvo una estructura clara y bien definida en el paso anterior, acorde con lo esperado, se llevó a cabo un AFM, usando nuevamente el programa Mplus. En consonancia con lo explicado previamente, se realizó al AFM más simple, en el cual se asume que la estructura del AFC es la misma para todas las clases (lo que implica invariancia de medida), pero en la cual se permite que las medias de los factores (centroides) varíen en cada clase, dando lugar a la identificación de los clústeres.

En resumen, el AFM asume que hay una estructura factorial común para las respuestas a los ítems del CAA (la estructura evaluada en el primer paso), pero también asume que hay grupos de individuos con un comportamiento característico (clases o grupos) que pueden ser identificados en el espacio factorial. Por lo tanto, el hecho de llevar a cabo tanto estos dos pasos es muy relevante si se pretende seguir un procedimiento objetivo para clasificar a los sujetos.

Finalmente, se realizaron los análisis descriptivos, las pruebas de t de Student y las correlaciones mediante el programa SPSS v26.0. Concretamente, se realizaron correlaciones entre los cuatro factores del CAA y las variables externas (rasgos de personalidad, aptitudes mentales, madurez, vínculos paternos, etc.). También se llevaron a cabo comparaciones de medias mediante t de Student para grupos independientes, con el fin de determinar si había diferencias significativas en estas variables externas en función del grupo de apego.

CAPÍTULO 3.

Resultados

1.1. Análisis Factorial de Mixturas para la clasificación de los sujetos en función del tipo de apego:

Las distribuciones de las puntuaciones de los ítems del cuestionario CAA fueron unimodales en todos los casos, y bastante simétricas, con coeficientes de asimetría dentro del rango comprendido entre -1 y +1 en todos los ítems. Además, el número de alternativas de respuesta es bastante alto, concretamente de 6, y la muestra no es demasiado grande, por lo que el análisis factorial lineal es la mejor opción para este tipo de datos (Ferrando y Lorenzo-Seva, 2017).

La estructura propuesta en el AFC se ajustó por medio del método de Máxima verosimilitud robusto (MLR), obteniendo un ajuste del modelo a los datos bastante aceptable. Concretamente, se obtuvieron los siguientes resultados en los índices de ajuste: (a) Standardized root-mean-square residual (SRMR) = 0.044; (b) Root-mean-square error of approximation (RMSEA) = 0.057, and (c) Comparative fit index (CFI) = 0.93. El índice (a) es un indicador de ajuste absoluto, el índice (b) indica un ajuste relativo, y el (c) es una medida de ajuste comparativo con respecto al modelo nulo o independiente. Valores CFI por encima de .90 indican un ajuste aceptable (Bentler, 1990), valores RMSEA cercanos a .06 o con un límite superior estricto de .07 indican un ajuste relativamente bueno (Hu y Bentler, 1999; Steiger, 2007), y valores SRMR inferiores a .08 indican un ajuste relativamente bueno (Hu y Bentler, 1999). Por lo tanto, según los resultados obtenidos en estos tres índices, el ajuste puede considerarse aceptable. La tabla 4 muestra la matriz

patrón obtenida en el análisis factorial. Como se puede observar, todos los ítems tienen saturaciones sustanciales en los factores esperados. Más en concreto, el primer factor se corresponde con el factor que Melero y Cantero (2008) denominaron Baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo, el segundo factor se corresponde con Resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad, el tercer factor se corresponde con Expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones y el cuarto factor se corresponde con Autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad.

Tabla 4

Matriz patrón obtenida en el análisis factorial

Item	F1	F2	F3	F4
3. Con frecuencia, a pesar de estar con gente importante para mí, me siento sólo/a y falto de cariño	.55	.00	.00	.00
8. No suelo estar a la altura de los demás	.70	.00	.00	.00
10. Me gusta tener pareja, pero temo ser rechazado/a por ella	.50	.00	.00	.00
12. Cuando tengo un problema con otra persona, no puedo dejar de pensar en ello	.56	.00	.42	.00
14. Tengo sentimientos de inferioridad	.77	.00	.00	.00
18. Soy muy sensible a las críticas de los demás	.77	.00	.45	.00
21. Tengo confianza en mí mismo	.73	.00	.00	.00
23. Me resulta difícil tomar una decisión a	.45	.00	.00	.00
26. Me preocupa mucho lo que la gente piensa de mí	.81	.00	.37	.00
30. Me gustaría cambiar muchas cosas de mí mismo	.66	.00	.00	.00
34. Siento que necesito más cuidados que la mayoría de las personas	.44	.00	.00	.00
37. Me cuesta romper una relación por temor a no saber afrontarlo	.45	.00	.00	.00
2. No admito discusiones si creo que tengo razón	.00	.51	.00	.00
4. Soy partidario/a del “ojo por ojo y diente por diente”	.00	.62	.00	.00
7. Si alguien de mi familia o un amigo/a me lleva la contraria, me enfado con facilidad	.00	.66	.00	.00
20. Cuando existe una diferencia de opiniones, insisto mucho para que se acepte mi punto de vista	.00	.47	.00	.00
24. Soy rencoroso	.00	.68	.00	.00
29. Cuando me enfado con otra persona, intento conseguir que sea ella la que venga a disculparse	.00	.64	.00	.00

31. Si tuviera pareja y me comentara que alguien del sexo contrario le parece atractivo, me molestaría mucho	.00	.33	.00	.00
1. Tengo facilidad para expresar mis sentimientos y emociones	.00	.00	.59	.00
5. Necesito compartir mis sentimientos	.34	.00	.76	.00
16. Me siento cómodo/a en las fiestas o reuniones sociales	.00	.00	.60	.00
27. Cuando tengo un problema con otra persona, intento hablar con ella para resolverlo	.00	.00	.41	.00
32. Cuando tengo un problema, se lo cuento a una persona con la que tengo confianza	.00	.00	.55	.00
35. Soy una persona que prefiere la soledad a las relaciones sociales	.00	.00	.58	.00
38. Los demás opinan que soy una persona abierta y fácil de conocer	.00	.00	.57	.00
40. Noto que la gente suele confiar en mí y que valoran mis opiniones	.00	.00	.48	.00
6. Nunca llego a comprometerme seriamente en mis relaciones	.00	.00	.00	.67
19. Cuando alguien se muestra dependiente de mí, necesito distanciarme	.00	.00	.00	.35
22. No mantendría relaciones de pareja estables para no perder mi autonomía	.00	.00	.00	.60
25. Prefiero relaciones estables a parejas esporádicas	-.23	.00	.00	.39
28. Me gusta tener pareja, pero al mismo tiempo me agobia	.00	.00	.00	.66

Nota. F1 = Baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo; F2 = Resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad; F3 = Expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones; F4 = Autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad.

La tabla 5 muestra la matriz de correlaciones entre los factores. Como se puede observar, el factor 3 tiene correlaciones negativas con los otros factores (aunque la correlación con el factor 2 no es significativa). Este resultado ya se esperaba, dado que este factor está relacionado con un apego positivo, a diferencia de los otros factores, que están más relacionados con problemas de apego.

Tabla 5

Matriz de correlación entre factores

CAA	F1	F2	F3	F4
F1	-			
F2	.40**	-		
F3	-.50**	-.09	-	
F4	.21**	.23**	-.23**	-

Nota. F1 = Baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo; F2 = Resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad; F3 = Expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones; F4 = Autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad

** $p < .01$

Este modelo factorial (AFC) que se ha ajustado con MLR también puede ser interpretado como un AFM en el que únicamente se especifica una sola clase (es decir, el modelo de AFM de referencia). Dado el ajuste aceptable obtenido para este modelo, se puede considerar que el supuesto de que hay una estructura

dimensional subyacente a las puntuaciones del cuestionario CAA está fuertemente fundamentada.

El paso siguiente consistió en determinar si el hecho de especificar más de una clase de sujetos mejora el ajuste relativo del modelo y, de ser así, qué número de clases proporciona el mejor ajuste relativo. Con este fin se ajustó una secuencia de modelos AFM, especificando un rango de dos a cuatro clases, mediante el uso de la estimación MLR. El ajuste relativo se evaluó utilizando tres grupos de indicadores (e.g., Clark et al., 2013). El primero es un criterio que informa sobre la parsimonia del modelo (en este caso el BIC), en base al balance entre la simplicidad y la bondad de ajuste. El segundo es el criterio normativo de entropía, que proporciona valores entre 0 y 1, e indica el grado en que los individuos pueden diferenciarse en términos de la clase a la que pertenecen o, dicho de otro modo, la capacidad de la solución para proporcionar clases bien separadas. El tercero es una prueba diferencial, en este caso la prueba Lo-Mendel-Rubin (LMR), que evalúa si añadir una nueva clase al número anterior de clases mejora significativamente el ajuste del modelo. Los resultados se muestran en la tabla 6, y se pueden resumir como sigue. Todos los valores BIC para las soluciones con 2 o más clases son mejores que el valor para una única clase (es decir, la solución AFC estándar). Segundo, los valores BIC para 2, 3 y 4 clases son muy similares (las diferencias relativas están entorno al 0.08%), lo que no facilita una elección clara. Tercero, todos los valores de entropía están por encima del valor de corte convencional de 0.80 (e.g. Muthén & Muthén, 2010), lo que tampoco ayuda a decidir. Sin embargo, los resultados LMR

parecen bastante claros: hay una mejora significativa cuando se pasa de 1 a 2 clases, pero a partir de aquí, el aumento del número de clases no mejora significativamente el ajuste del modelo a los datos. La solución AFM de dos clases parece ser la mejor opción para estos datos.

Tabla 6

Índices de ajuste para los análisis mixtos basados en el modelo de 4 factores del CAA

Nº de clases	BIC	Δ	LMR test	<i>p</i>
1	55267.22	-	-	-
2	55072.76	.95	225.67	.00
3	55025.77	.96	303.75	.24
4	55045.18	.93	315.65	.21

Nota. Criterio: Criterio de Información Bayesiano (BIC), Valor de Entropía (Δ), Prueba diferencial Lo-Mendel-Rubin (LMR) con probabilidad asociada.

La inspección de la solución de 2 clases revela las características de cada perfil. En concreto, hay un perfil general, que se ha denominado apego seguro, y que abarca el 77,48% de participantes, y un perfil diferenciado, que se denomina apego inseguro, que abarca el 22,52% de participantes. La tabla 7 muestra las puntuaciones medias de los factores para el perfil inseguro (para fines de identificación, las medias para el apego seguro se han

fijado a cero). Como se puede ver en la tabla 7, el perfil diferenciado tiene medias altas en los factores 1, 2 y 4, especialmente en el factor 4, y una media baja en el factor 3. Todas estas medias difieren significativamente de cero, lo que significa que todas ellas difieren de los del grupo general. Como se puede ver en la tabla, los tamaños del efecto son medios para los factores 1 y 3, pequeño para el factor 2 y muy grande para el factor 4. Por lo tanto, los dos grupos difieren especialmente en el factor 4. Más en concreto, en comparación con el perfil indiferenciado (denominado apego seguro), el grupo de apego inseguro muestra altos niveles baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo, altos niveles de resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad, niveles muy altos de autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad, y niveles bajos de expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones. Teniendo en cuenta las medias en los diferentes factores, esta clase se ha denominado apego inseguro. El otro grupo ha sido denominado como apego seguro. Este grupo presenta puntuaciones medias en los factores del CAA, por lo que en realidad también podría ser denominado como rango normal, como se hace en otros campos (personalidad o psicopatología), porque incluye un gran número de sujetos sin diferenciar entre diferentes clases, con puntuaciones medias. Sin embargo, en comparación con el grupo de apego inseguro, esta clase tiene un apego más seguro y positivo, y por ese motivo finalmente ha sido denominado como apego seguro. Pero se ha de tener presente que en realidad no supone un apego totalmente seguro, sino que

simplemente implica un apego más positivo que en el caso del otro grupo.

Tabla 7

Niveles medios en los factores para cada clase en función del Modelo Factorial Mixto

Clases Latentes	F1	F2	F3	F4
Apego Inseguro	0.45** <i>d</i> = 0.54	0.29** <i>d</i> = 0.39	-0.36** <i>d</i> = 0.40	3.19** <i>d</i> = 5.22
Apego Seguro	0.00 (fijado)	0.00 (fijado)	0.00 (fijado)	0.00 (fijado)

Nota. *d* = Tamaño del efecto de Cohen; F1 = Baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo; F2 = Resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad; F3 = Expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones; F4 = Autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad.

** $p < .01$

Cabe destacar que la utilización de los baremos propuestos por las autoras no ha permitido clasificar a la mayoría de los sujetos, como ha sucedido en estudios previos. En concreto, respecto a la categorización binaria (apego seguro vs inseguro), en esta muestra tan solo 7 sujetos se pueden clasificar como apego seguro y 51 como apego inseguro según estos baremos, lo que deja 457 sujetos sin clasificar dentro de estos dos grupos. Respecto a la

clasificación de los sujetos en función de las cuatro tipologías de apego, tan solo 15 sujetos se pueden clasificar como temeroso hostil, 19 como preocupado, 7 como alejado, y 1 como seguro, lo que dejan a 473 sujetos sin encajar en ninguna de estas clasificaciones. Por lo tanto, no es posible clasificar a la mayoría de los sujetos utilizando estos baremos. Cabe destacar que otros autores han referido el mismo problema para clasificar a los sujetos con estos baremos, por lo que han optado por realizar análisis de clusters o conglomerados con sus propios datos, con el fin de obtener una clasificación que englobara a todos los sujetos (e.g., Estrada, 2018; Redondo, 2016; Valle y de la Villa-Moral, 2018).

1.2. Estadísticos descriptivos y diferencias de sexo:

En la Tabla 8 se muestran los estadísticos descriptivos obtenidos en cada cuestionario para la muestra total, los hombres, y las mujeres. Como se puede observar, en el cuestionario CAA las mujeres han obtenido puntuaciones significativamente superiores a los hombres en el factor “Baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo (factor 1), aunque con un tamaño del efecto pequeño ($t_{(511)} = 1.99, p < .05, d$ de Cohen = 0.21). Según Cohen (1988), valores alrededor de 0.2 implican un tamaño del efecto pequeño, valores alrededor de 0.5 sugieren un tamaño del efecto mediano, y alrededor de 0.8 o más sugieren un tamaño del efecto grande. Así, las mujeres presentan cierta tendencia a tener más baja autoestima, y una mayor necesidad de aprobación y miedo al rechazo que los hombres. También se han encontrado diferencias significativas en el factor “Expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones” (factor 3). Concretamente, las mujeres han obtenido puntuaciones significativamente superiores a las de los hombres, con un tamaño del efecto mediano ($t_{(511)} = 4.35, p < .05, d$ de Cohen = 0.46), por lo que las mujeres tienden a expresar en mayor medida sus sentimientos, mostrando más comodidad con las relaciones que los hombres.

Respecto al cuestionario MOLDES, el grupo de las mujeres ha obtenido puntuaciones significativamente inferiores que los hombres en la subescala Espontaneidad vital, con un tamaño del efecto pequeño ($t_{(171,26)} = -2.25, p < .05, d$ de Cohen = -0.26). Así,

las mujeres muestran cierta tendencia a presentar un exceso de reflexión que no les permite disfrutar de la vida, en comparación con los hombres.

En el cuestionario PMA, las mujeres tuvieron puntuaciones significativamente inferiores a las de los hombres en aptitud verbal, con un tamaño del efecto mediano ($t_{(513)} = -5.02$, $p < .05$, d de Cohen = -0.53), igual que en la aptitud espacial, con un tamaño del efecto pequeño ($t_{(161.51)} = -2.36$, $p < .05$, d de Cohen = -0.28), la aptitud Numérica, con un tamaño del efecto mediano ($t_{(512)} = -4.31$, $p < .05$, d de Cohen = -0.45), y la fluidez verbal, con un tamaño del efecto pequeño ($t_{(513)} = -3.31$, $p < .05$, d de Cohen = -0.35). Así, en esta muestra las mujeres han rendido peor en las tareas que requerían entender ideas expresadas mediante palabras, manejar números, resolver rápida y correctamente problemas numéricos, e imaginar y concebir objetos en 2 o 3 dimensiones. También han mostrado menos fluidez verbal que los hombres.

En el cuestionario OPERAS, las mujeres obtuvieron puntuaciones significativamente inferiores en estabilidad emocional que los hombres, con un tamaño del efecto pequeño ($t_{(513)} = -2.58$, $p < .05$, d de Cohen = -0.27), pero significativamente superiores en responsabilidad, con un tamaño del efecto pequeño ($t_{(513)} = 2.29$, $p < .05$, d de Cohen = 0.24). Así, hay cierta tendencia en las mujeres a presentar menos estabilidad emocional y más responsabilidad que los hombres.

En el cuestionario PBI y PSYMAS no se han obtenido diferencias significativas entre hombres y mujeres.

A continuación se exponen estos resultados en la Tabla 8:

Tabla 8

Estadísticos descriptivos y diferencias de sexo

Cuestionario	Factores	Mujeres	Hombres	Total
		<i>M (DT)</i>	<i>M (DT)</i>	<i>M (DT)</i>
CAA	Factor 1	50.39 (8.15)	48.68 (8.03)*	50.00 (8.15)
	Factor 2	50.26 (6.73)	49.10 (6.72)	50.00 (6.74)
	Factor 3	50.84 (7.98)	47.14 (8.38)*	50.00 (8.21)
	Factor 4	49.80 (8.43)	50.68 (8.86)	50.00 (8.53)
PBI	Padre-afecto	35.26 (7.91)	33.65 (7.47)	34.90 (7.83)
	Padre-control	25.01 (7.86)	23.73 (6.25)	24.72 (7.55)
	Madre-afecto	38.34 (7.97)	39.30 (6.29)	38.55 (7.62)
	Madre-control	27.08 (7.98)	27.38 (7.17)	27.15 (7.80)
MOLDES	Espontaneidad vital	49.90 (9.54)	52.42 (10.93)*	50.47 (9.92)
	Ajuste	62.59 (9.85)	63.01 (9.45)	62.68 (9.75)
	Optimización	68.43 (10.21)	68.52 (8.81)	68.45 (9.90)
PMA	Verbal	24.59 (6.46)	28.07 (7.04)*	25.38 (6.75)
	Espacial	20.73 (12.50)	24.46 (15.72)*	21.58 (13.38)
	Razonamiento lógico	16.47 (4.99)	16.84 (5.04)	16.55 (5.00)
	Numérica	13.28 (6.30)	16.37 (8.29)*	13.98 (6.92)
	Fluidez verbal	46.14 (10.26)	49.68 (9.90)*	46.94 (10.28)
OPERAS	Extraversión	49.84 (11.26)	48.62 (11.77)	49.56 (11.38)
	Estabilidad emocional	46.04 (12.04)	49.42 (13.80)*	46.80 (12.53)
	Responsabilidad	50.85 (10.86)	48.13 (12.62)*	50.23 (11.33)
	Amabilidad	50.89 (10.14)	50.19 (11.22)	50.73 (10.39)
	Apertura a la experiencia	51.32 (9.87)	50.96 (11.22)	51.24 (10.18)
PSYMAS	Orientación al trabajo	53.00 (9.99)	52.09 (10.80)	52.79 (10.17)
	Autonomía	49.52 (11.94)	48.85 (12.32)	49.37 (12.02)
	Identidad	51.58 (10.54)	50.87 (10.86)	51.42 (10.61)
	Total PSYMAS	51.68 (11.36)	50.72 (12.06)	51.46 (11.52)

Nota. CAA: Cuestionario Apego Adulto; Factor 1: Baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo; Factor 2: Resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad; Factor 3: Expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones; Factor 4: Autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad; PBI: Parental Bonding Instrument; MOLDES: Test de estrategias cognitivo-emocionales; PMA: Aptitudes Mentales Primarias; OPERAS: Overall Personality Assessment Scales; PSYMAS: Psychological Maturity Assessment Scale.

* $p < .05$

1.3. Relación entre los estilos de apego y la vinculación parental:

Respecto a la relación entre los estilos de apego y la vinculación parental, se han encontrado diferencias significativas en todas las escalas de vinculación parental. Así, el grupo de apego inseguro ha obtenido puntuaciones significativamente inferiores en la subescala padre-afecto, con un tamaño del efecto pequeño ($t_{(500)} = -2.15, p < .05, d$ de Cohen = -0.23) y madre-afecto, con un tamaño del efecto pequeño ($t_{(510)} = -2.09, p < .05, d$ de Cohen = -0.23), mientras que tuvieron puntuaciones significativamente superiores en padre-control, con un tamaño del efecto pequeño ($t_{(500)} = 2.01, p < .05, d$ de Cohen = 0.22) y madre-control, con un tamaño del efecto pequeño ($t_{(510)} = 2.38, p < .05, d$ de Cohen = 0.26). Por consiguiente, las personas con un estilo de apego inseguro tienden a haber recibido menor afecto/cuidado y mayor control/sobreprotección, tanto del padre como de la madre, que con respecto a las personas con un estilo de apego seguro, aunque esta tendencia es leve.

A continuación, se exponen estos resultados en la tabla 9:

Tabla 9

Medias aritméticas y desviaciones típicas de cada grupo de apego en función del tipo de vinculación parental

Vinculación parental	Apego seguro	Apego inseguro
	<i>M (DT)</i>	<i>M (DT)</i>
Padre afecto	35.29 (7.8)	33.46 (8)*
Padre control	24.36 (7.5)	26.02 (7.8)*
Madre afecto	38.9 (7.4)	37.2 (8.3)*
Madre control	26.71 (7.8)	28.7 (7.8)*

* $p < .05$ ** $p < .01$

También se han calculado las correlaciones entre los 4 factores de apego del cuestionario CAA, que representan las diferentes dimensiones afectivas del apego, y los tipos de vinculación parental. Como se puede observar en la Tabla 10, la variable afecto-padre correlaciona de manera significativamente negativa con los factores 1, 2 y 4 del CAA, con un tamaño del efecto pequeño. Sin embargo, la variable afecto-padre correlaciona positivamente con el factor 3 del CAA, de forma significativa pero con un tamaño del efecto pequeño. Según Cohen (1988), correlaciones superiores a 0.5 implican una magnitud del efecto grande, correlaciones entre 0.5 y 0.3 implican una magnitud del efecto moderada, y correlaciones inferiores a 0.3 implican una magnitud del efecto pequeño. Las correlaciones obtenidas sugieren

que las personas que se caracterizan por una “expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones” tienden a haber experimentado un mayor afecto y cuidados por parte de su padre en la infancia, aunque con una tendencia leve, mientras que las personas caracterizadas por una “baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo”, una “resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad”, y “autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad” tienden a haber experimentado menos cuidados y afecto en la infancia por parte del padre.

En cuanto a la variable control-padre, se ha obtenido una correlación significativamente positiva con los factores 1, 2 y 4 del CAA, con un tamaño del efecto pequeño, y una correlación significativamente negativa con el factor 3, igualmente con un tamaño del efecto pequeño. Por lo tanto, hay cierta tendencia en las personas que se caracterizan por “baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo”, “resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad”, y “autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad” a haber experimentado más control y sobreprotección por parte del padre en la infancia, mientras que las personas que se caracterizan por una “expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones” tienden a haber experimentado menos control y sobreprotección por parte del padre, aunque esta tendencia también es leve.

Por otro lado, la variable afecto-madre está negativamente correlacionada con los factores 1, 2 y 4 del CAA, de manera significativa, con un tamaño del efecto pequeño, mientras que está

positivamente correlacionada con el factor 3, con un tamaño del efecto moderado. Por lo tanto, las personas que se caracterizan por una “baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo”, “resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad”, y “autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad” tienden a haber experimentado menos afecto y cuidados en la infancia por parte de la madre, mientras que las personas que se caracterizan por una “expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones” tienden a haber experimentado más afecto y cuidados en la infancia por parte de la madre.

Por último, se ha obtenido una correlación significativamente positiva entre control-madre y los factores 1, 2, y 4 del CAA, con un tamaño del efecto pequeño en los factores 2 y 4, y un tamaño del efecto moderado en el factor 1. En cambio, se ha obtenido una correlación significativamente negativa con el factor 3 del CAA, con un tamaño del efecto pequeño. Por lo tanto, las personas que se caracterizan por una “baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo” tienden a haber experimentado un mayor control y sobreprotección por parte de la madre en la infancia. Esta misma tendencia se observa en las personas con “resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad”, y “autosuficiencia emocional” aunque la tendencia es leve. Por otro lado, las personas que se caracterizan por la “expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones” presentan cierta tendencia a haber experimentado menos control y sobreprotección en la infancia por parte de la madre.

A continuación, se exponen estos resultados en la tabla 10:

Tabla 10

Correlaciones entre las dimensiones afectivas del apego y la vinculación parental

Vinculación parental	Dimensiones afectivas del CAA			
	Factor 1	Factor 2	Factor 3	Factor 4
Afecto padre	-.16**	-.13**	.19**	-.18**
Control padre	.17**	.13**	-.13**	.12**
Afecto madre	-.22**	-.13**	.31**	-.21**
Control madre	.33**	.22**	-.18**	.18**

Nota. Factor 1: Baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo; Factor 2: Resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad; Factor 3: Expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones; Factor 4: Autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad.

* $p < .05$

** $p < .01$

1.4. Relación entre los estilos de apego y las estrategias cognitivo-emocionales:

Respecto a la relación entre los estilos de apego y las estrategias cognitivo-emocionales, el grupo de apego inseguro ha obtenido puntuaciones significativamente inferiores que el grupo de apego seguro en la variable ajuste, con un tamaño del efecto mediano ($t_{(511)} = -5.15, p < .01, d$ de Cohen = -0.55), mientras que no se han encontrado diferencias significativas en espontaneidad vital y optimización. Así, las personas con un estilo de apego seguro muestran una tendencia a experimentar un mayor bienestar subjetivo, a afrontar de manera más positiva y apropiada la realidad, y a ser más eficientes que las personas con apego inseguro.

A continuación, se exponen estos resultados en la tabla 11:

Tabla 11

Medias y desviaciones típicas en las estrategias cognitivo-emocionales en función del tipo de apego

Estrategias cognitivo-emocionales	Apego seguro <i>M (DT)</i>	Apego inseguro <i>M (DT)</i>
Espontaneidad vital	50.8 (10)	49.3 (9.8)
Ajuste	63.8 (9.5)	58.5 (9.6)**
Optimización	68.8 (9.8)	67.1 (10.2)

* $p < .05$

** $p < .01$

También se han calculado las correlaciones entre las cuatro dimensiones afectivas del CAA y las estrategias cognitivo-emocionales. Se ha obtenido correlaciones negativas y significativas entre la variable espontaneidad vital y los factores 1 y 2 del CAA (con un tamaño del efecto moderado-grande en el factor 1 y moderado en el factor 2). En cambio, la variable espontaneidad vital correlaciona de forma positiva con el factor 3 del CAA, con un tamaño del efecto pequeño. Por lo tanto, las personas que se caracterizan por una “baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo” y “resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad” suelen mostrar un exceso de reflexión que les impide disfrutar plenamente de la vida, mientras que las personas que se caracterizan por una “expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones” tienden a mostrar mayor disfrute con la vida.

En la variable ajuste se ha obtenido una correlación significativamente negativa con los factores 1, 2 y 4 de las dimensiones afectivas del apego, con un tamaño del efecto grande en los factores 1 y 2 y un tamaño del efecto moderado en el factor 4. En cambio, la variable ajuste correlaciona significativamente, de manera positiva, con el factor 3, con un tamaño del efecto moderado. Por lo tanto, las personas que se caracterizan por una “expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones” tienden a enfocar de manera más positiva y apropiada la realidad, a experimentar un mayor bienestar subjetivo, y a ser más eficientes, mientras que las personas que se caracterizan por “baja autoestima,

necesidad de aprobación y miedo al rechazo”, “resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad”, y “autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad” tienden a enfocar la realidad de manera poco positiva y apropiada, siendo menos eficientes y experimentando un menor bienestar subjetivo.

Respecto a la variable optimización, se ha obtenido una correlación significativamente negativa con los factores de apego 1, 2 y 4, con un tamaño del efecto grande para el factor 1 y un tamaño del efecto pequeño en los factores 2 y 4. También se ha obtenido una correlación significativamente positiva con el factor de apego 3, con un tamaño del efecto moderado. Así, las personas que se caracterizan por “baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo”, “resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad”, y “autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad” tienden a mostrar dificultades para estimular el propio potencial, para potenciar la vida y darle un sentido, mientras que las personas que se caracterizan por una “expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones” tienden a estimular su autorrealización, potenciar la vida y darle un sentido.

A continuación, se exponen estos resultados en la tabla 12:

Tabla 12

Correlaciones entre las estrategias cognitivo-emocionales y las dimensiones afectivas

Estrategias cognitivo- emocionales	Dimensiones afectivas del CAA			
	Factor 1	Factor 2	Factor 3	Factor 4
Espontaneidad vital	-.49**	-.30**	.17**	-.06
Ajuste	-.61**	-.56**	.31**	-.31**
Optimización	-.51**	-.16**	.42**	-.12**

Nota. Factor 1: Baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo; Factor 2: Resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad; Factor 3: Expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones; Factor 4: Autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad.

* $p < .05$ ** $p < .01$

1.5. Relación entre los estilos de apego y la inteligencia:

Como se puede observar en la Tabla 13, el grupo de apego inseguro ha obtenido puntuaciones significativamente superiores a las del grupo de apego seguro en fluidez verbal, con un tamaño del efecto pequeño ($t_{(511)} = 2.19$, $p < .05$, d de Cohen = 0.24), mientras que no se han observado diferencias significativas en aptitud verbal, aptitud espacial, razonamiento lógico, y aptitud numérica. Por lo tanto, en general se puede considerar que ambos grupos son muy similares en relación a sus aptitudes mentales, dado que en cuatro de las subescalas no presentan diferencias significativas, y en la única subescala en la que sí presentan diferencias (fluidez verbal), éstas son muy pequeñas, considerando la magnitud del efecto observada.

En la página siguiente se exponen estos resultados, en la Tabla 13.

En cuanto a las correlaciones con las dimensiones afectivas del apego, la variable aptitud verbal correlaciona negativamente con el factor 2 y 3 del CAA, con un tamaño del efecto considerablemente pequeño, dado que las correlaciones son de $-.09$ y $-.11$. Por otro lado, la subescala aptitud numérica correlaciona significativamente, de forma positiva, con el factor 2 del CAA, pero también con un tamaño del efecto muy pequeño, dado que la correlación es $.11$. Por lo tanto, en general no se han obtenido correlaciones significativas entre las dimensiones afectivas del apego y las aptitudes mentales, y las tres correlaciones significativas

son tan pequeñas que no sugieren que estas relaciones sean realmente relevantes. De hecho, ninguna de estas correlaciones es significativa al 1%. Los resultados se muestran en la Tabla 14

Tabla 13

Medias y desviaciones típicas en las aptitudes mentales del PMA en función del tipo de apego

Aptitudes mentales	Apego seguro	Apego inseguro
	<i>M (DT)</i>	<i>M (DT)</i>
Verbal	25.32 (6.7)	25.38 (6.9)
Espacial	21.55 (13.5)	21.43 (12.9)
Razonamiento lógico	16.63 (5)	16.25 (5)
Numérica	13.73 (6.7)	14.73 (7.5)
Fluidez verbal	46.43 (10.2)	48.85 (10.3)*

* $p < .05$

** $p < .01$

Tabla 14

Correlaciones entre las aptitudes mentales y las dimensiones afectivas

Aptitudes mentales	Dimensiones afectivas			
	Factor 1	Factor 2	Factor 3	Factor 4
Verbal	.00	-.09*	-.11*	.00
Espacial	-.04	-.03	-.05	-.02
Razonamiento lógico	-.03	-.00	-.00	-.04
Numérica	.01	.11*	-.01	-.02
Fluidez verbal	.06	.03	-.06	.02

Nota. Factor 1: Baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo; Factor 2: Resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad; Factor 3: Expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones; Factor 4: Autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad.

* $p < .05$ ** $p < .01$

1.6. Relación entre los estilos de apego y los rasgos de personalidad:

El grupo de apego inseguro ha obtenido puntuaciones significativamente inferiores a las del grupo de apego seguro en los rasgos de personalidad estabilidad emocional, con un tamaño del efecto pequeño ($t_{(511)} = -2.32, p < .05, d$ de Cohen = -0.25), y responsabilidad, también con un tamaño del efecto pequeño ($t_{(511)} = -3.13, p < .01, d$ de Cohen = -0.34), mientras que no se han observado diferencias significativas en extraversión, amabilidad, y apertura a la experiencia. Así, las personas con un estilo de apego seguro tienen tendencia a mostrar más estabilidad emocional y responsabilidad que las personas con un estilo de apego inseguro, aunque la tendencia es leve.

En la página siguiente se pueden ver estos resultados, en la Tabla 15.

En cuanto a las correlaciones con las dimensiones afectivas del apego, el rasgo de personalidad extraversión correlaciona significativamente, de forma negativa, con el factor 1, con un tamaño del efecto moderado. Este rasgo también correlaciona significativamente, pero de forma positiva, con el factor 3, con un tamaño del efecto grande. Así, las personas que se caracterizan por una “baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo” suelen ser menos extravertidas, mientras que aquellas con una “expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones” suelen ser más extravertidas.

Tabla 15

Medias y desviaciones típicas en los rasgos de personalidad en función del tipo de apego

Personalidad	Apego seguro	Apego inseguro
	<i>M</i> (<i>DT</i>)	<i>M</i> (<i>DT</i>)
Extraversión	49.60 (11.2)	49.65 (11.9)
Estabilidad emocional	47.60 (12.2)	44.58 (11.8)*
Responsabilidad	51.16 (10.7)	47.45 (12.2)**
Amabilidad	51.10 (10)	49.65 (11.3)
Apertura a la experiencia	51.66 (10)	49.71 (11.2)

* $p < .05$ ** $p < .01$

En cuanto a la estabilidad emocional, correlaciona negativamente con los factores 1, 2 y 4 de manera significativa. Esta correlación con el factor 1 tiene un tamaño del efecto grande, mientras que las correlaciones con los factores 2 y 4 tienen un tamaño del efecto pequeño. En cambio, la estabilidad emocional correlaciona positivamente con el factor 3, con un tamaño del efecto moderado. Así, las personas que se caracterizan por una “baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo” suelen tener menor estabilidad emocional, mientras que aquellos con una “resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad” y “autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad” tendrían la misma tendencia pero de manera leve. En cambio, las personas que se caracterizan por una “expresión de sentimientos y

comodidad con las relaciones” suelen mostrar mayor estabilidad emocional.

Por otro lado, el rasgo de personalidad responsabilidad correlaciona negativamente con los factores 1, 2 y 4 del CAA, con un tamaño del efecto pequeño (especialmente en el caso del factor 2, dado que la correlación es muy baja, de $-.09$). En cambio, responsabilidad correlaciona positivamente con el factor 3, con un tamaño del efecto pequeño-moderado. Por consiguiente, las personas que se caracterizan por “baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo” tienden a ser menos responsables, y las personas con “resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad” y “autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad” tienen esta misma tendencia pero de manera más leve. En cambio, las personas con una “expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones” tienden a mostrarse más responsables.

El rasgo amabilidad correlaciona negativamente con los factores 1, 2 y 4 del CAA, de forma significativa. La correlación con el factor 1 tuvo un tamaño del efecto pequeño, la correlación con el factor 2 tuvo un tamaño del efecto moderado, y la correlación con el factor 4 tuvo un tamaño del efecto pequeño. En cambio, este rasgo correlaciona positivamente con el factor 3, con un tamaño del efecto pequeño-moderado. Así, las personas que se caracterizan por una “baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo” y “resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad” tienden a ser menos amables, y las personas con “autosuficiencia emocional e

incomodidad con la intimidad” muestran esta misma tendencia pero de manera más leve. En cambio, las personas con una “expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones” tienden a ser más amables.

Finalmente, la apertura a la experiencia correlaciona negativamente con los factores 1 y 2 del CAA, de manera significativa, con un tamaño del efecto pequeño para el factor 1 y moderado para el factor 2. En cambio, este rasgo correlaciona positivamente con el factor 3, con un tamaño del efecto pequeño. Así, las personas que se caracterizan por una “resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad” tienden a mostrar una menor apertura a la experiencia, y las personas con una “baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo” esta tendencia es leve. En cambio, las personas con una “expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones” tienden a mostrar de manera leve una mayor apertura a la experiencia.

A continuación, se exponen estos resultados en la Tabla 16.

Tabla 16

Correlaciones entre la personalidad y las dimensiones afectivas

Personalidad	Dimensiones afectivas del CAA			
	Factor 1	Factor 2	Factor 3	Factor 4
Extraversión	-.46**	-.02	.71**	-.08
Estabilidad emocional	-.66**	-.16**	.42**	-.16**
Responsabilidad	-.25**	-.09*	.28**	-.19**
Amabilidad	-.24**	-.42**	.29**	-.16**
Apertura a la experiencia	-.19**	-.33**	.15**	-.07

Nota. Factor 1: Baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo; Factor 2: Resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad; Factor 3: Expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones; Factor 4: Autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad.

* $p < .05$ ** $p < .01$

1.7. Relación entre los estilos de apego y la madurez psicológica:

Respecto a la relación observada entre el tipo de apego y la madurez psicológica, el grupo de apego inseguro ha obtenido puntuaciones significativamente inferiores que el grupo de apego seguro en orientación al trabajo, con un tamaño del efecto pequeño ($t_{(511)} = -2.61, p < .01, d$ de Cohen = -0.28), y también en identidad, con un tamaño del efecto mediano ($t_{(150)} = -4.63, p < .01, d$ de Cohen = -0.56) y en las puntuaciones totales del PSYMAS, con un tamaño del efecto mediano ($t_{(511)} = -4.30, p < .01, d$ de Cohen = -0.46), mientras que no hubo diferencias significativas en autonomía. Por lo tanto, las personas con un estilo de apego inseguro tienden, en cierta medida, a responsabilizarse menos de sus obligaciones cotidianas, en comparación con las personas con un estilo de apego seguro. Por otro lado, aquellos con un estilo de apego seguro tienden a mostrar una identidad más definida y una mayor madurez psicológica global que los que tienen un apego inseguro.

A continuación, se exponen estos resultados en la Tabla 17.

Tabla 17

Diferencias de medias en madurez psicológica en función del tipo de apego

Madurez psicológica		Apego seguro	Apego inseguro
		<i>M (DT)</i>	<i>M (DT)</i>
Orientación al trabajo	al	53.44 (10.1)	50.60 (10)**
Autonomía		49.95 (11.7)	47.68 (11.6)
Identidad		52.69 (9.8)	46.88 (12.1)**
PSYMAS total		52.65 (11)	47.45 (11.9)**

* $p < .05$ ** $p < .01$

En cuanto a las correlaciones con las dimensiones afectivas del apego, la variable de orientación al trabajo correlaciona negativamente con los factores 1, 2 y 4 del CAA, con tamaños del efecto pequeños en los factores 2 y 4 y moderado en el factor 1. Por otro lado, orientación al trabajo correlaciona positivamente con el factor 3, con un tamaño del efecto pequeño. Así, las personas que se caracterizan por una “baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo” tienden a ocuparse menos de sus obligaciones cotidianas. Esta tendencia también se observa en las personas que se caracterizan por una “resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad”, y la “autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad”, aunque la relación es menos relevante. En cambio, las personas que se caracterizan por una “expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones” sí que tienden, en cierta medida, a

hacerse cargo de las responsabilidades y obligaciones que tienen en su día a día.

En cuanto a la autonomía, esta subescala correlaciona negativamente con los factores 1, 2 y 4 del CAA, con un tamaño del efecto pequeño-moderado en el factor 1, y unos tamaños del efecto pequeños en los otros dos factores. En cambio, autonomía correlaciona de manera positiva con el factor 3 del CAA, con un tamaño del efecto pequeño. Así, las personas que se caracterizan por una “baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo” tienden a mostrar una menor autonomía, mostrándose más dependientes de los demás, y con más dificultades para tomar decisiones por sí mismos. Esta misma tendencia también se observa en las personas caracterizadas por una “resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad” y “autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad”. En cambio, las personas con una “expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones” tienen tendencia a ser más autónomas e independientes.

En cuanto a la variable identidad, se observan correlaciones significativas con los cuatro factores del CAA, siendo de signo negativo en los factores 1, 2 y 4, y positivo en el factor 3. El tamaño del efecto es grande en el caso de los factores 1 y 3, moderado en el factor 4, y pequeño-moderado en el factor 2. Esto implica que las personas que se caracterizan por una “baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo” suelen tener menos definida su identidad, al igual que aquellas personas con una “resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad” y “autosuficiencia emocional e

incomodidad con la intimidad”. En cambio, las personas que se caracterizan por una “expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones” suelen tener más definida su identidad, mostrando un mayor conocimiento sobre sí mismos y sobre cuáles son sus características y necesidades.

Por último, en cuanto a las puntuaciones totales del cuestionario de madurez PSYMAS, se han obtenido correlaciones negativas con los factores 1, 2 y 4, y una correlación positiva con el factor 3. El tamaño del efecto es grande en el caso de factor 1, moderado en el factor 3, y pequeño-moderado en los factores 2 y 4. Por lo tanto, las personas que se caracterizan por una “baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo” suelen caracterizarse por haber alcanzado un menor grado de madurez psicológica. Igualmente, las personas que se caracterizan por una “resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad” y “autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad” también muestran un menor nivel de madurez psicológica. En cambio, las personas que se caracterizan por la “expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones” tienden a presentar mayores niveles de madurez psicológica global.

A continuación, se exponen estos resultados en la Tabla 18.

Tabla 18

Correlaciones entre la madurez psicológica y las dimensiones afectivas

Madurez psicológica	Dimensiones afectivas			
	Factor 1	Factor 2	Factor 3	Factor 4
Orientación al trabajo	-.30**	-.22**	.19**	-.14**
Autonomía	-.29**	-.13**	.14**	-.15**
Identidad	-.68**	-.27**	.53**	-.32**
PSYMAS total	-.57**	-.27**	.39**	-.27**

Nota. Factor 1: Baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo; Factor 2: Resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad; Factor 3: Expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones; Factor 4: Autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad.

* $p < .05$ ** $p < .01$

CAPÍTULO 4.

Discusión y conclusiones generales

1. Discusión

Dado que los estilos de apego adulto han sido tradicionalmente considerados como categóricos, muchos de los instrumentos que se han desarrollado han partido de esta premisa. Sin embargo, autores como Fraley y Waller (1998), y Fraley et al. (2015) han criticado esta aproximación, considerándola poco realista, dado que implica que no hay diferencias entre las personas clasificadas dentro de una misma categoría, o estas diferencias son muy poco relevantes. Según esta perspectiva, los estilos de apego adulto deberían ser abordados desde una aproximación dimensional en lugar de categórica. Sin embargo, Bartholomew y Horowitz (1991) propusieron reconciliar ambas perspectivas para poder evaluar los estilos de apego adulto de forma más precisa. En el presente estudio se ha adoptado esta perspectiva comprensiva. Concretamente, el primer objetivo de este estudio consistía en determinar qué estilos de apego permite diferenciar el cuestionario CAA, usando el Análisis Factorial de Mixturas (AFM), que es una metodología más apropiada que la utilizada hasta el momento desde esta perspectiva integradora. De hecho, este procedimiento combina el Análisis de Clases Latentes con el Análisis Factorial, permitiendo que la estructura derivada de las respuestas a los ítems sea tanto categórica como dimensional simultáneamente.

El primer paso consistió en confirmar la estructura de cuatro factores propuesta por Melero y Cantero (2008). Los resultados muestran que el ajuste de los datos al modelo es bastante aceptable, y que la estructura resultante es clara. Como se esperaba, hay un

primer factor relacionado con baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo, un segundo factor relacionado con la resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad, un tercer factor relacionado con la expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones, y un cuarto factor relacionado con la autosuficiencia emocional y la incomodidad con la intimidad. El primer, segundo y cuarto factor se refieren al apego inseguro, mientras que el tercer factor se refiere al apego seguro. Estos resultados respaldan que existe una estructura dimensional subyacente a las puntuaciones del CAA, tal y como se esperaba.

El segundo paso consistió en determinar si el hecho de especificar más de un perfil de sujetos (o clase latente) mejora el ajuste relativo del modelo y, si lo hace, qué número de perfiles proporcionan el mejor ajuste relativo. Los resultados muestran que hay una mejora significativa cuando se especifican dos perfiles, en comparación con la solución de un único perfil, aunque un aumento adicional en el número de perfiles no mejora significativamente el ajuste de los datos al modelo. Por lo tanto, se eligió la solución con dos perfiles. De hecho, se esperaba encontrar al menos dos perfiles: uno para el apego inseguro y otro para el apego seguro. Sin embargo, se encontró un perfil general y un perfil específico. El perfil general, que abarca la mayoría de participantes (77.48%), no presenta puntuaciones altas o bajas en ninguno de los cuatro factores. Esto sugiere que la mayoría de los participantes tienen niveles medios en estos factores relacionados con el apego. Por el contrario, el otro perfil se caracteriza por niveles altos de miedo al rechazo, necesidad de aprobación y baja autoestima, niveles altos de

resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad, niveles muy altos de autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad, y niveles bajos de expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones. Por eso, se denominó este segundo perfil como apego inseguro. En comparación con este perfil, el otro perfil presenta un patrón de apego más positivo, y por ese motivo ha sido denominado como apego seguro. Sin embargo, se ha de tener presente que es un perfil con puntuaciones medias en los cuatro factores, por lo que en realidad no constituye un apego totalmente seguro, aunque sí es un tipo de apego más positivo que el del otro perfil. En realidad sería más equiparable a lo que en psicología clínica o psicología de la personalidad se denomina como perfil de rango normal, en el que los sujetos no destacan por tener ni puntuaciones elevadas ni puntuaciones bajas. Por otra parte, estos dos perfiles difieren sobre todo en el cuarto factor, ya que las puntuaciones del grupo de apego inseguro son mucho más altas que las del otro grupo en este factor. Por lo tanto, las personas con apego inseguro se caracterizan en particular por sus altos niveles de autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad, y es este aspecto el responsable en gran medida de las diferencias entre los dos perfiles. Según Bartholomew y Horowitz (1991), esta característica se suele dar en el apego inseguro evitativo/alejado. Este estilo de apego implicar negar o minimizar la importancia de las relaciones de apego como una defensa contra el rechazo, o por miedo a perder a las personas con las que se ha formado un vínculo afectivo. Por eso, el sentimiento de autosuficiencia e independencia es importante para ellos.

Por lo tanto, esta tesis proporciona evidencia objetiva sobre los diferentes perfiles que se pueden evaluar con el cuestionario CAA. Concretamente, solo permite diferenciar entre dos perfiles: apego inseguro y apego seguro (rango normal). Diversos estudios previos han propuesto clasificaciones con un mayor número de estilos de apego adulto (e.g., Bartholomew y Horowitz, 1991), pero ninguno de ellos incluye un perfil de rango normal. Esto puede explicarse por el uso de un enfoque metodológico diferente, el AFM, que es más adecuado para el objetivo de este estudio que los enfoques tradicionales utilizados en este campo. Además, debe tenerse en cuenta que Stein et al. (2002) ya aportaron evidencia de que la mayoría de los adultos tienen un estilo que no se ajusta a ninguna de las categorías prototípicas, o tienen cualidades que pertenecen a más de un prototipo. De hecho, aunque los participantes en su estudio tenían la opción de escoger un único estilo de apego del Cuestionario de Relación, para caracterizar sus relaciones, el 70% prefirió asignar puntos a los cuatro estilos de apego, y el 28% a tres estilos, en lugar de elegir uno solo. Según estos autores, a lo largo de los años, cada vez hay más oportunidades para generar múltiples vínculos de apego, por lo que la concordancia del estilo de apego a través de las diferentes relaciones es cuestionable. De hecho, incluso los niños de 12 meses pueden presentar un patrón de apego diferente con cada progenitor (Steele et al., 1996). A medida que las personas se desarrollan, pueden mostrar diferentes patrones de relación con diferentes personas, lo que dificulta la clasificación del estilo de apego de algunos adultos dentro de las categorías prototípicas. Los resultados

del presente estudio respaldan la idea de que un porcentaje considerable de adultos no tiene un estilo de apego diferenciado, tal como ya señaló Stein et al. (2002), probablemente porque presentan diversas características de los diferentes estilos de apego que han ido desarrollado a lo largo de los años con diferentes personas. Esto podría explicar por qué hay un 77.48% de adultos en la muestra con niveles medios en los cuatro factores relacionados con el apego y por qué no se pueden identificar más perfiles específicos en estos participantes.

El segundo objetivo general de esta investigación consistía en analizar la influencia del estilo de apego adulto en distintas variables psicológicas como las estrategias cognitivo-emocionales, la inteligencia, la personalidad, y la madurez psicológica, así como la influencia de la vinculación parental sobre estilo de apego en la adultez, partiendo de los estilos de apego evaluados por el cuestionario CAA.

Las hipótesis planteadas sobre la relación de la vinculación parental y el estilo de apego adulto se confirmaron. Así, las personas con un apego seguro recibieron más afecto y cuidados por parte del padre y de la madre y menos control y sobreprotección por ambos progenitores que las personas con un apego inseguro. Este resultado está en consonancia con otros estudios en este ámbito como por ejemplo, los de Guerrero (2015), Martínez-Álvarez, Fuertes-Martín, Orgaz-Baz, Vicario-Molina y González-Ortega (2014), Lozano, Albarracín y Vásquez (2016), Páez, Fernández, Campos, Zubieta y Casullo (2006), Picado (2016), Ortiz-Barón,

Gómez-Zapiain, y Apodaca (2002), y Wilhelm, Gillis y Parker (2016).

Igualmente, las correlaciones entre la vinculación parental y las distintas dimensiones afectivas del apego también son las esperadas, lo que indica que las personas que han experimentado un alto afecto del padre y de la madre, y un bajo control del padre y de la madre, tienden a presentar una mayor expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones, mientras que las personas que han experimentado un bajo afecto del padre y de la madre, y un alto control del padre y de la madre, tienden a mostrar una baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo, y también una tendencia a la resolución hostil de conflictos, al rencor y la posesividad, autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad. Estos resultados van en la línea de los estudios en este ámbito que se han comentado en el párrafo anterior (e.g., Guerrero, 2015; Lozano et al., 2016; Wilhelm et al., 2016).

Las hipótesis planteadas sobre la relación entre los estilos de apego y las estrategias cognitivo-emocionales se confirmaron parcialmente, ya que solo las puntuaciones en la variable ajuste fueron significativamente superiores en el grupo de apego seguro. Este resultado sugiere que las personas con un apego seguro suelen afrontar la realidad de forma más positiva y apropiada, tienden a mostrar un mayor bienestar subjetivo, y suelen ser más eficientes que las personas con un estilo de apego inseguro. Estos resultados están en la línea de investigaciones como las de Sheinbaum et al. (2015), que muestra que las personas con un estilo de apego seguro

tienden a sentirse más felices y más cerca de los demás, valorándose a sí mismas más positivamente y considerando el presente como más positivo. En cambio, las personas con un estilo de apego evitativo tienden a sentirse menos felices, valorándose a sí mismas más negativamente y considerando el momento presente menos positivo. A pesar de que prefieren estar solas, sienten que los demás no les ofrecen demasiados cuidados. Por otro lado, las personas con un estilo ansioso, experimentan más angustia en su día a día, se valoran más negativamente, y el momento presente también lo suelen percibir de manera más negativa. Además, se sienten menos cuidadas y menos cerca de los demás. Otras investigaciones que van en la misma dirección serían los de Guzmán, Carrasco, Figueroa, Trabucco y Vilca (2016), Guzmán, Maragaño, Rojas y Tordoya (2015), Mikulincer y Shaver (2019), Temiz y Comert (2018), y Vahedi, Gargari y Gholami (2016).

Por otra parte, en el presente estudio no se han obtenido diferencias significativas entre los dos perfiles de apego y las variables espontaneidad vital y optimización. En la literatura se pueden encontrar diversos estudios que relacionan una mayor rumiación y preocupación en las personas con un apego inseguro que aquellas con un apego seguro (e.g., Beyderman y Young, 2016; Clark, Rock, Clark, y Murray-Lyon, 2020; Dehghan y Dehghani, 2019; Lanciano, Curci, Kafetsios, Elia y Zammuner, 2012; Mohammadkhani, Bahari, Firoozabadi, 2017; Reynolds, Searight y Ratwik, 2014; Wright, Clark, Rock y Coventry, 2017). Se ha de tener en cuenta que la rumiación y la preocupación están relacionadas negativamente con la espontaneidad vital, dado que

ésta implica dejarse llevar por la vida, sin una reflexión excesiva que impida disfrutarla. Por lo tanto, estos estudios previos no estarían en consonancia con los resultados de la presente tesis, ya que en este caso no se ha encontrado una relación significativa entre apego y espontaneidad vital. Sin embargo, hay algunos estudios que no han encontrado relación entre rumiación y preocupación en el caso concreto del estilo de apego evitativo, aunque sí la han encontrado con el estilo de apego ansioso (e. g., Garrison et al., 2014; Turan et al., 2016). Por lo tanto, es posible que la falta de relación obtenida en el presente estudio se deba a que el perfil de apego inseguro se caracteriza particularmente por altos niveles de autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad, característica que se suele dar en el apego inseguro evitativo/alejado (Bartholomew y Horowitz (1991).

En cuanto a la optimización, no hay diferencias significativas entre las personas con un apego seguro y las personas con un apego inseguro. Como se ha comentado anteriormente, los moldes mentales implican una nueva manera de entender la inteligencia emocional (Hernández, 2005a). En la literatura, hay muchos estudios que relacionan una mayor inteligencia emocional en las personas que tienen un apego seguro que en las personas con un apego inseguro (e.g., Doinita, 2015; Hamarta, Deniz y Saltali, 2009; Hemmati, Jesarati, Saeedi y Abdollahian, 2013; Khledian, Garosi, Khairkhah y Ghalandari, 2013; Marks, Horrocks y Schutte, 2016; Samadi, Kasaei y Pour, 2013; Zarrati, Amin, y Azad, 2006). El factor del test MOLDES denominado optimización está conceptualmente relacionado con la subescala intrapersonal de

inteligencia emocional, ya que engloba la autorrealización (muy ligado a la optimización). En el caso de las personas con un apego evitativo, hay estudios que muestran que esta subescala intrapersonal no guarda relación con este tipo de apego (e.g., Hamarta, Deniz y Saltali, 2009; Hemmati, Jesarati, Saeedi y Abdollahian, 2013; Samadi, Kasaei y Pour, 2013), por lo que el hecho de que el perfil de apego inseguro obtenido en esta tesis se caracterice particularmente por la autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad (característico de un estilo de apego evitativo) podría explicar la falta de relación obtenida con respecto a la variable optimización.

Respecto a la relación entre las dimensiones afectivas del apego y las estrategias cognitivo-emocionales, en general se han confirmado las hipótesis planteadas. Así, los resultados sugieren que las personas que expresan sus sentimientos y están cómodas en las relaciones suelen ser más espontáneas y disfrutar más de la vida, afrontan la vida positivamente y de manera realista, y sacan provecho de las adversidades y de sus propias potencialidades. En cambio, las personas que muestran una necesidad de aprobación por parte de los demás, baja autoestima, miedo a que los rechacen, incomodidad en situaciones que impliquen intimidad, autosuficiencia emocional, posesividad, rencor y tendencia a resolver los conflictos de manera hostil, suelen disfrutar menos de la vida y ser menos espontáneos, y sienten menos satisfacción y bienestar personal, mostrando más dificultades para adaptarse a la realidad, sin aprovechar sus potencialidades y sin extraer lo bueno de las dificultades. Estos resultados van en la línea de los estudios

que se han comentado más arriba (e.g., Beyderman y Young, 2016; Clark, Rock, Clark, y Murray-Lyon, 2020; Guzmán, Carrasco, Figueroa, Trabucco y Vilca, 2016; Guzmán, Maragaño, Rojas y Tordoya, 2015; Hemmati, Jesarati, Saeedi y Abdollahian, 2013; Khledian, Garosi, Khairkhah y Ghalandari, 2013; Mikulincer y Shaver, 2019; Sheinbaum et al., 2015; Temiz y Comert, 2018; Vahedi, Gargari y Gholami, 2016). Sin embargo, no se ha obtenido una correlación significativa entre espontaneidad vital y la dimensión afectiva caracterizada por autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad, lo que no va en la línea de los estudios que se ha comentado anteriormente. Sin embargo, estos resultados sí están en consonancia con algunos estudios que no han encontrado relación entre rumiación y preocupación y el estilo de apego evitativo (e. g., Garrison et al., 2014; Turan et al., 2016). No obstante, hacen falta más estudios para poder confirmar este resultado con el cuestionario CAA.

Las hipótesis planteadas sobre la relación entre las aptitudes mentales vinculadas a la inteligencia cristalizada y los estilos de apego no se han cumplido. Se han encontrado diferencias en la subescala del PMA que evalúa la fluidez verbal, pero no en el sentido esperado, ya que las medias aritméticas del grupo de apego inseguro son significativamente superiores a las del grupo de apego seguro, aunque estas diferencias son muy pequeñas, considerando su magnitud del efecto. Los resultados sugieren que, en general, no hay diferencias destacables en el nivel de inteligencia cristalizada entre ambos grupos de apego. En general, los estudios previos sobre inteligencia y apego han proporcionado resultados contradictorios.

En el metaanálisis realizado por van IJzendoorn et al. (1995) encontraron una relación débil entre la inteligencia y el apego en los diferentes estudios realizados sobre la infancia. Otros estudios más recientes también encontraron esta falta de relación, como por ejemplo el de Larson et al. (2011) o el de Taylor et al. (2008). Los resultados de la presente tesis están en la línea de estos estudios, según los cuales la inteligencia no tendría una relación relevante con el estilo de apego. Sin embargo, también hay estudios en el sentido contrario, que encuentran una relación significativa entre el apego y la inteligencia. Según estos estudios, un estilo de apego seguro suele estar relacionado con mayores puntuaciones en inteligencia (e.g., Van IJzendoorn y Van Vliet-Visser, 1988; Wacha, 2010; Wellisch, 2010; Wellisch et al., 2011; West et al., 2013). También se ha estudiado esta relación en niños institucionalizados (donde ha habido abandono o separaciones con la figura de apego), y se ha observado una mejora significativa en el CI tras ser adoptados (e.g., Almas, Degnan, Nelson, Zeanah y Fox, 2016; Kira, Somers, Lewandowski, y Chiodo, 2012; Van IJzendoorn y Juffer, 2005). También hay estudios que relacionan el apego seguro con un mayor rendimiento cognitivo (e.g., Ding, Xu, Wang, Li, Wang, 2014; Roggman, Boyce, y Cook, 2009; Walsh, Blake, Donati, Stoop, y von Gunten, 2019; Zarrella, Lonigro, Perrella, Caviglia, y Laghi, 2018). Sin embargo, hay que tener en cuenta que la mayoría de los estudios que relacionan el apego con la inteligencia se han hecho en población infantil, y que generalmente la magnitud del efecto suele ser pequeña o mediana. Por otro lado, hay escasos estudios en población adulta, pero los que hay

generalmente sugieren que las personas con un estilo de apego seguro tienen puntuaciones más elevadas en inteligencia que las personas con un apego inseguro, y dentro del grupo de apego inseguro, los sujetos que obtienen peor puntuación suelen ser los temerosos o los desorganizados (e.g., Delvecchio et al., 2013; Dimitrijević et al., 2013). No obstante, hace falta mayor evidencia empírica en la población adulta.

En cuanto a las correlaciones entre las subescalas del PMA y las dimensiones afectivas del apego, las hipótesis planteadas tampoco se han cumplido. Concretamente, la dimensión afectiva caracterizada por una resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad, correlaciona negativamente con aptitud verbal, y positivamente con aptitud numérica. La dimensión afectiva caracterizada por la expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones correlaciona negativamente con la variable aptitud verbal. Sin embargo, el tamaño del efecto es muy pequeño en todos estos casos, lo que sugiere que estas relaciones son poco relevantes. Por lo tanto, estos resultados también señalan la poca relación existente entre el apego adulto y la inteligencia. Como se ha comentado, en este ámbito hay estudios con resultados contradictorios. Los resultados del presente estudio están en la línea de estudios como los de van IJzendoorn, Dijkstra y Bus (1995), Larson, Alim, y Tsakanikos (2011), y Taylor, Target, y Charman (2008), pero en contra de estudios que sí han encontrado correlaciones significativas entre estas variables, como por ejemplo los de Almas, Degnan, Nelson, Zeanah y Fox (2016), Delvecchio, Pazzagli, Di Riso, Chessa, Mazzeschi (2013), Dimitrijević,

Dimitrijević y Marjanović (2013) o el de Wacha (2010), aunque la magnitud del efecto no suele ser grande en la mayoría de los estudios que encuentran correlaciones entre inteligencia y apego. Stievenart et al. (2011) consideran que puede haber una relación bidireccional entre inteligencia y apego, de tal forma que la inteligencia tendría un efecto sobre las representaciones de apego al igual que las representaciones de apego tendrían una influencia sobre el desarrollo de la inteligencia. Así, el cociente intelectual de razonamiento sería importante para el desarrollo de las representaciones de apego seguras, y las representaciones de apego seguras podrían tener un efecto en el cociente intelectual verbal (perteneciente a la inteligencia cristalizada). Sin embargo, hacen falta más estudios para conocer cuál es la relación entre estas variables, dado que, como se ha comentado, los estudios realizados hasta el momento han encontrado resultados contradictorios.

Las hipótesis planteadas sobre la relación entre la personalidad y el estilo de apego se han cumplido parcialmente. Los resultados sugieren que las personas con un estilo de apego seguro tienden a mostrar mayores niveles de estabilidad emocional y de responsabilidad que las personas con un estilo de apego inseguro. En la literatura, muchos estudios encuentran que el apego seguro se relaciona positivamente con la extraversión y negativamente con el neuroticismo, y que el apego inseguro se relaciona negativamente con la extraversión y positivamente con el neuroticismo (e.g., Abou-Amerrh, Al-Sabeelah, Alraggad, 2013; Blackwell, Leaman, Tramposch, Osborne, y Liss, 2017; Both y Best, 2017; Jenkins-Guarnieri, 2013; Marušić, Kamenov, y Jelić, 2011; Picardi,

Caroppo, Toni, Bitetti y Di Maria, 2010; Saburova, 2018; Yuspendi, 2013). Sin embargo, hay algunos estudios que también han obtenido relaciones significativas con los otros factores de personalidad. Según estos estudios, el estilo de apego seguro se relaciona de forma positiva con responsabilidad, amabilidad y apertura a la experiencia, y los estilos de apego inseguros se relacionan de manera negativa con estos rasgos (e.g., Davarinejad, Shirzadifar, Elahi, Shirzadi, y Shahi, 2017; Deniz, 2011; Djoric y Medjedovic, 2011; Fransson, Granqvist, Bohlin, y Hagekull, 2013; Marrero-Quevedo, Blanco-Hernández y Hernández-Cabrera, 2019; McCutchan, 2013; Nofle y Shaver, 2006; Webster, Gesselman y Crosier, 2016; Yahya et al., 2019; Young, Simpson, Griskevicius, Huelsnitz, y Fleck, 2019). Así, los resultados de esta tesis, según los cuales el grupo de apego seguro tiende a presentar una mayor estabilidad emocional (polo opuesto del neuroticismo) y responsabilidad que el grupo de apego inseguro están en la línea de diversos estudios realizados en este ámbito. Sin embargo, faltan más estudios sobre este tema para entender mejor cuál es la relación entre los estilos de apego y la personalidad, considerando que no todos los estudios obtienen los mismos resultados en relación a algunos de estos rasgos.

En cuanto a las correlaciones entre las dimensiones afectivas del apego y los rasgos de personalidad, en general, las hipótesis planteadas se han cumplido. Los resultados sugieren que las personas que expresan sus sentimientos y se sienten cómodas en las relaciones tienden a ser más extrovertidas, amables y responsables, con una mayor estabilidad emocional, mostrándose más abiertas

ante la experiencia. En cambio, las personas que se caracterizan por tener una baja autoestima y miedo al rechazo, que necesitan la aprobación de los demás, que son posesivas, hostiles y rencorosas, mostrando autosuficiencia emocional e incomodidad, tienden a ser menos extrovertidas, menos responsables y menos amables, con una menor estabilidad emocional y menor apertura a la experiencia. Estos resultados están en la línea de los estudios que se han comentado con anterioridad, en el que el grupo de apego seguro correlaciona de manera positiva con los factores de personalidad extraversión, amabilidad, responsabilidad y apertura a la experiencia, y correlaciona de manera negativa con neuroticismo. El grupo de apego inseguro también correlaciona con estos factores de personalidad pero de manera inversa (e.g., Both y Best, 2017; Davarinejad, Shirzadifar, Elahi, Shirzadi, y Shahi, 2017; Marrero-Quevedo, Blanco-Hernández y Hernández-Cabrera, 2019; McCutchan, 2013; Young, Simpson, Griskevicius, Huelsnitz, y Fleck, 2019).

No obstante, en este estudio no se han obtenido correlaciones significativas entre la dimensión afectiva del apego caracterizada por autosuficiencia emocional e incomodidad con las relaciones y las variables de personalidad extraversión y apertura a la experiencia. Lo mismo sucede entre la dimensión afectiva caracterizada por resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad, y la variable extraversión. Como se ha comentado anteriormente, sí se suele encontrar correlaciones entre los estilos de apego y las variables extraversión y apertura a la experiencia. Sin embargo, los estudios no siempre suelen encontrar sistemáticamente

una correlación entre apego evitativo (que tiene características de la dimensión afectiva de autosuficiencia emocional e incomodidad con las relaciones) y extraversión o apertura a la experiencia (e. g., Both y Best, 2017; Saburova, 2018; Yahya et al., 2019) ni tampoco entre un apego ansioso (relacionado con la dimensión de resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad) y la variable extraversión (e. g., Fransson, Granqvist, Bohlin, y Hagekull, 2013); Marušić, Kamenov, y Jelić, 2011; Webster, Gesselman y Crosier, 2016).

Por último, en cuanto a las hipótesis planteadas sobre la madurez psicológica y los estilos de apego, estas se cumplieron en mayor medida. Según los resultados, las personas con un apego seguro suelen presentar una mayor orientación al trabajo, lo que implica que son más responsables en el cumplimiento de sus obligaciones. También presentan una identidad más definida, y muestran una mayor madurez psicológica general que las personas con un estilo de apego inseguro, tal como se esperaba. Estos resultados están en la misma línea que otras investigaciones sobre este ámbito. Hay estudios que muestran que el apego seguro se relaciona con una mayor responsabilidad y compromiso que en el caso del apego inseguro (e.g., Byrne, Albert, Manning y Desir, 2016; Davarinejad, Shirzadifar, Elahi, Shirzadi, y Shahi, 2017; Deniz, 2011; McCutchan, 2013; Schmidt, 2016; Young, Simpson, Griskevicius, Huelsnitz, y Fleck, 2019). En cuanto a la identidad, diversos estudios muestran que las personas con un apego seguro suelen tener la identidad más definida que las personas con un apego inseguro, tal como indica el meta-análisis llevado a cabo por Arseth et al. (2009), y también otros estudios como, por ejemplo los

de Amani y Majzoobi (2011), Piotrowski (2020), o Reich y Siegel (2002) o Weisskirch (2018). Cabe destacar que hay escasos estudios sobre la relación entre el apego y la madurez psicológica global. Sin embargo, el hecho de que haya estudios que relacionen positivamente el apego seguro, y negativamente el apego inseguro, con variables vinculadas a los tres factores del cuestionario PSYMAS, que están implicados en la madurez psicológica, sugiere que la madurez psicológica global estaría relacionada de manera positiva con un apego seguro y negativamente con un apego inseguro. No obstante, hace falta mucha más investigación en este ámbito para poder establecer esta relación con una mayor claridad. Por otro lado, en contra de lo esperado, en los resultados de la tesis no hubo diferencias significativas entre grupos de apego en la variable autonomía del cuestionario PSYMAS. Hay algunos estudios que relacionan el apego seguro y evitativo con una mayor autonomía, y el apego ansioso con una menor autonomía (e.g., Bekker y Croon, 2010; Cantazaro, 2007; Garcia, 2013; Hu y Wen, 2010; Lynch, 2013; Otani et al., 2014), por lo que los resultados de la tesis no están en consonancia con estos estudios. Sin embargo, hay poca investigación sobre este tema, por lo que hacen falta más estudios para conocer en mayor profundidad cuál es la relación entre las diferentes facetas de la madurez y los tipos de apego.

Las hipótesis planteadas sobre las correlaciones entre la madurez y las dimensiones afectivas del apego se confirmaron. Así, las personas que son sociables, que expresan fácilmente sus emociones y que están cómodas en situaciones que implican intimidad, tienden a presentar una mayor orientación al trabajo, lo

que implica una mayor responsabilidad. También tienden a mostrarse más autónomas, lo que implica una mayor iniciativa, sin dejarse influenciar demasiado por los demás. Por otra parte, tienden a presentar una identidad más definida, y, en general, a ser más maduros psicológicamente. En cambio, las personas que están incómodas en situaciones de intimidad, que muestran autosuficiencia emocional, que se enfadan con facilidad, que son posesivas, celosas, con baja autoestima, con miedo a que las rechacen y con necesidad de aprobación, suelen ser menos responsables con sus obligaciones cotidianas, suelen mostrar menos iniciativa propia, y tienden a presentar una identidad menos definida, y a ser menos maduras en general a nivel psicológico. Estos resultados en general son congruentes con los estudios en este ámbito, tal y como se ha comentado anteriormente. Sin embargo, en autonomía, estudios previos indican que un apego evitativo tendría mayor autonomía, mientras que en los resultados de esta tesis se ha obtenido una relación inversa entre autonomía y la dimensión afectiva de autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidad (que son características de un estilo de apego evitativo). Una posible explicación de los resultados de este estudio sería que una persona autónoma suele tener un balance equilibrado entre dependencia e independencia (Hoang, 2015). Las personas con un apego evitativo podrían tener un exceso de independencia, llegando a ser incluso disfuncional (Kins, Beyers y Soenens, 2012), por lo que no tendría ese equilibrio que suelen mostrar las personas autónomas y daría como resultado una relación inversa.

2. Conclusiones generales

Los resultados de la presente tesis confirman la estructura de cuatro factores que propusieron las autoras Melero y Cantero (2008) y confirman que hay una estructura dimensional subyacente a las puntuaciones del CAA. Sin embargo, se han encontrado únicamente dos perfiles y no cuatro: uno específico que se ha denominado apego inseguro y otro general que se ha denominado apego seguro (rango normal). Este segundo perfil de apego es más positivo que el perfil específico, pero no implica un apego totalmente seguro, porque los sujetos tienen puntuaciones medias en los cuatro factores de apego, por lo que estos sujetos no tienen un perfil de apego diferenciado. Este perfil general engloba a la mayor parte de los sujetos.

Por otro lado, en general, se ha podido ver que las hipótesis planteadas sobre la relación entre el apego y el resto de variables se han cumplido en la mayoría de los casos. Así, tal como se esperaba, el tipo de vinculación parental experimentado en la infancia tiene una influencia sobre el estilo de apego adulto. Los estilos de apego también están relacionados con variables psicológicas como las estrategias cognitivo-emocionales, la personalidad y la madurez psicológica. Sin embargo, en la variable inteligencia no se obtuvieron los resultados esperados. Concretamente, los resultados sugieren que hay pocas diferencias destacables en inteligencia entre los dos perfiles de apego.

3. Limitaciones y futuras líneas de investigación

Una de las limitaciones de esta investigación es la composición de la muestra, que está formada por estudiantes universitarios de grado y de Máster. De hecho, contestar los diferentes instrumentos de este estudio suponía una cantidad considerable de tiempo, ya que se administraron diversos cuestionarios y el test de inteligencia PMA, lo que dificultaba conseguir muestra fuera del entorno universitario. Para conseguir una muestra lo más heterogénea posible en estas circunstancias, se optó por incluir estudiantes de diferentes grados, y también estudiantes del Máster de formación del profesorado de educación secundaria obligatoria y bachillerato, formación profesional y enseñanza de idiomas. Los estudiantes de este Máster constituyen un perfil diferente de los estudiantes de grado, y tienen más edad. Sin embargo, es necesario realizar futuros estudios que incluyan otros tipos de adultos, con diversos niveles de educación, y con edades más variadas, con el fin de determinar si se replican los resultados con una muestra más heterogénea.

Por otra parte, la muestra se compone de más mujeres que hombres, por lo que sería relevante en futuros estudios utilizar una muestra más equitativa por sexos.

También es necesario realizar futuros estudios con otros cuestionarios, como por ejemplo el Cuestionario de Relación, para determinar si el número y tipo de perfiles de apego adulto obtenidos con el procedimiento AFM son los mismos que los obtenidos con el cuestionario CAA. Concretamente, sería interesante comprobar si

también se obtiene un número elevado de sujetos con un perfil no diferenciado, de rango normal, como el obtenido en el presente estudio.

Referencias

- Abou-Amerrh, O. A., Al-Sabeelah, A. M. S., y Alraggad, F. E. A. (2013). The relationship between adult attachment styles and personality traits. *British Journal of Social Sciences*, 1(8), 66-73.
- Adam, E. K., Gunnar, M. R., y Tanaka, A. (2004). Adult attachment, parent emotion, and observed parenting behavior: Mediator and moderator models. *Child Development*, 75(1), 110-122. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2004.00657.x>.
- Agishtein, P., y Brumbaugh, C. (2013). Cultural variation in adult attachment: The impact of ethnicity, collectivism, and country of origin. *Journal of Social, Evolutionary, and Cultural Psychology*, 7(4), 384-405. <https://doi.org/10.1037/h0099181>
- Ainsworth, M. D. S., y Witting, B. A. (1969). Attachment and exploratory behavior of one year olds in a strange situation. En B. M. Foss (Ed.), *Determinants of infant behavior IV* (pp.113-136). Methuen Publishing.
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., y West, M. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Erlbaum.
- Almas, A. N., Degnan, K. A., Nelson, C. A., Zeanah, C. H., y Fox, N. A. (2016). IQ at age 12 following a history of

institutional care: findings from the Bucharest Early Intervention Project. *Developmental Psychology*, 52(11), 1858-1866. <https://doi.org/10.1037/dev0000167>

Alonso-Arbiol, I. (2000). *Atxikimendu insegurua eta genero rola pertsonarteko mendekotasunaren korrelatu gisa. (El apego inseguro y el rol de género como correlato de la dependencia interpersonal)* (Tesis doctoral). UPV/EHU, Donostia.

Alonso-Arbiol, I, Balluerka, N., y Shaver P. R. (2007). A Spanish version of the Experiences in Close Relationships (ECR) adult attachment questionnaire. *Personal Relationships* 14(1), 45–63. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2006.00141.x>

Alonso-Arbiol, I., Shaver, P., y Yárnoz, S. (2002). Insecure attachment, gender roles, and interpersonal dependency in the Basque Country. *Personal Relationships*, 9(4), 479-490. <https://doi.org/10.1111/1475-6811.00030>

Amani, R., y Majzoobi, M. R. (2011). The predict of identity styles through attachment styles. *Scientific Journal of Clinical Psychology & Personality*, 2(5), 13-24.

Anwer, M., Maqsood, A., Rehman, G., y Malik, N. I. (2017). The moderating role of social intelligence in explaining attachment style and emotional intelligence among young adults. *Pakistan Journal of Psychology*, 48(2), 3-20.

- Arriaga, X. B., y Kumashiro, M. (2018). Walking a security tightrope: relationship-induced changes in attachment security. *Current Opinion in Psychology*, 25, 121-126. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2018.04.016>
- Arriaga, X. B., Kumashiro, M., Simpson, J. A., y Overall, N. C. (2018). Revising working models across time: Relationship situations that enhance attachment security. *Personality and Social Psychology Review*, 22(1), 71-96. <https://doi.org/10.1177/10888683177052>
- Arseth, A. K., Kroger, J., Martinussen, M., y Marcia, J. E. (2009). Meta-analytic studies of identity status and the relational issues of attachment and intimacy. *Identity: An International Journal of Theory and Research*, 9, 1-32. <https://doi.org/10.1080/15283480802579532>
- Bachrach, N., Croon, M. A., y Bekker, M. H. (2015). The role of sex, attachment and autonomy-connectedness in personality functioning. *Personality and Mental Health*, 9(4), 330-344. <https://doi.org/10.1002/pmh.1309>
- Baddely, A.D. (2007). *Working memory, thought, and action*. Oxford University Press.
- Bakker, W., van Oudenhoven, J. P., y van Der Zee, K. I. (2004). Attachment styles, personality, and Dutch emigrants' intercultural adjustment. *European Journal of Personality*, 18, 387-404. <https://doi.org/10.1002/per.515>

- Ballús, C. (1991). *Adaptación del parental Bonding Instrument en población barcelonesa* (Tesis doctoral). Universidad de Barcelona, España.
- Barg, G. (2011). Bases neurobiológicas del apego. Revisión Temática. *Ciencias Psicológicas*, 5(1), 69-81.
- Bartholomew, K., y Horowitz, L. (1991). Attachment styles among young adults: a test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226-244.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.2.226>
- Barudy, J., y Dantagnan, M. (2005). *Los buenos tratos a la infancia: parentalidad, apego y resiliencia*. Editorial Gedisa.
- Bayrak, R., Güler, M., y Sahin, N. H. (2018). The mediating role of self-concept and coping strategies on the relationship between attachment styles and perceived stress. *Europe's Journal of Psychology*, 14(4), 897-913.
<https://doi.org/10.5964/ejop.v14i4.1508>
- Beckes, L., Ijzerman, H., y Tops, M. (2015). Toward a radically embodied neuroscience of attachment and relationships. *Frontiers in Human Neuroscience*, 9, 1-18.
<https://doi.org/10.3389/fnhum.2015.00266>
- Bekker, M. H., y Croon, M. A. (2010). The roles of autonomy-connectedness and attachment styles in depression and anxiety. *Journal of Social and Personal Relationships*, 27(7), 908-923.
<https://doi.org/10.1177/0265407510377217>

- Benítez, M. M., Luque, A., Borda, M. M., Dorado, I., y Rodríguez, J. F. (2017). Apego preocupado, pensamiento rumiativo y pensamiento referencial en candidatos a cirugía bariátrica. *Apuntes de Psicología*, 35(1), 63-71.
- Benoit, D., y Parker, K. C. (1994). Stability and transmission of attachment across three generations. *Child Development*, 65(5), 44-56. <https://doi.org/10.2307/1131510>
- Bentler, P. M. (1990). Comparative fit indexes in structural models. *Psychological Bulletin*, 107(2), 238-246. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.107.2.238>
- Besoain, C., y Santelices, M. P. (2009). Transmisión intergeneracional del apego y función reflexiva materna: Una revisión. *Terapia Psicológica*, 27(1), 113-118. <https://doi.org/10.4067/S0718-48082009000100011>
- Beyderman, I., y Young, M. A. (2016). Rumination and overgeneral autobiographical memory as mediators of the relationship between attachment and depression. *Personality and Individual Differences*, 98, 37-41. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.03.077>
- Blackwell, D., Leaman, C., Tramposch, R., Osborne, C., y Liss, M. (2017). Extraversion, neuroticism, attachment style and fear of missing out as predictors of social media use and addiction. *Personality and Individual Differences*, 116, 69-72. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.04.039>

- Blair, C. (2016). Developmental science and executive function. *Current Directions in Psychological Science*, 25(1), 3-7.
<https://doi.org/10.1177/0963721415622634>
- Both, L. E., y Best, L. A. (2017). A comparison of two attachment measures in relation to personality factors and facets. *Personality and Individual Differences*, 112, 1-5.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.02.040>
- Bothe, L. (2015). *Rethinking Internal Working Models from a developmental perspective: clarifying the concept and making a case for a sensitive period of attachment*. (Tesis doctoral), City University of New York, Nueva York.
- Bovenschen, I., Lang, K., Zimmermann, J., Förthner, J., Nowacki, K., Roland, I., y Spangler, G. (2016). Foster children's attachment behavior and representation: influence of children's pre-placement experiences and foster caregiver's sensitivity. *Child Abuse & Neglect*, 51, 323-335.
<https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2015.08.016>
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss, vol. 1: Attachment*. Basic Books.
- Bowlby, J. (1998). *El apego: el apego y la pérdida I*. Paidós.
- Bowlby, J. (2014). *Vínculos afectivos: formación, desarrollo y pérdida*. Ediciones Morata S.L.
- Bretherton, I., y Munholland, K. A. (1999). Internal working models in attachment relationships. A construct revisited. En J. Cassidy y P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment*.

Theory, research, and clinical applications (pp. 89-111). Guilford Press.

Brennan, K. A., Clark, C. L., y Shaver, P. R. (1998). Self report measurement of adult attachment: An integrative overview. En J. A. Simpson y W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 46-76). Guilford Press.

Byrne, Z., Albert, L., Manning, S., y Desir, R. (2017). Relational models and engagement: an attachment theory perspective. *Journal of Managerial Psychology*, 32(1), 30-44. <https://doi.org/10.1108/JMP-01-2016-0006>

Camps-Pons, S., Castillo-Garayoa, J. A., y Cifre, I. (2014). Apego y psicopatología en adolescentes y jóvenes que han sufrido maltrato: implicaciones clínicas. *Clínica y Salud*, 25, 67-74. <https://doi.org/10.5093/cl2014a6>

Cantazaro, A. E. (2007). *Adult attachment, dependence, self-criticism and depression: a test of a mediational model* (Tesis doctoral). Iowa State University, Iowa.

Carrillo, S., Maldonado, C., Saldarriaga, L. M., Vega, L., y Díaz, S. (2004). Patrones de apego en familias de tres generaciones: abuela, madre adolescente, hijo. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 36(3), 409-430.

Cassidy, J., y Marvin, R. (1990). *Attachment disorganization*. Guilford Press.

Cassidy, J. (2016). The nature of the child's ties. En J. Cassidy y P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment. Theory,*

research, and clinical applications (pp. 3-24). Guilford Press.

Celedón, J., Barón, B., Martínez, P., Cogollo, E., y Miranda, M. (2016). Estilos de apego en un grupo de jóvenes con rasgos antisociales y psicopáticos. *Revista Encuentros*, 14(01), 151-165. <https://doi.org/10.15665/re.v14i1.675>

Champagne, D. L., Bagot, R. C., van Hasselt, F., Ramakers, G., Meaney, M. J., de Kloet, E. R., Joëls, M., y Krugers, H. (2008). Maternal care and hippocampal plasticity: evidence for experience-dependent structural plasticity, altered synaptic functioning, and differential responsiveness to glucocorticoids and stress. *The Journal of Neuroscience*, 28(23), 6037-45. <https://doi.org/10.1523/JNEUROSCI.0526-08.2008>

Chaves, I., Caballero-Gascón, L., Ceccato, R., Morell-Mengual, V., y Gil-Llario, M. D. (2018). La satisfacción sexual en parejas con estilos de apego seguro y ansioso. *International Journal of Developmental and Educational Psychology. INFAD Revista de Psicología*, 1(1), 53-62. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2018.n1.v1.1154>

Clark, S. L., Muthén, B., Kaprio, J., D'Onofrio, B. M., Viken, R., y Rose, R. J. (2013). Models and strategies for factor mixture analysis: An example concerning the structure underlying psychological disorders. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 20(4), 681-703. <https://doi.org/10.1080/10705511.2013.824786>

- Clark, G. I., Rock, A. J., Clark, L. H., y Murray-Lyon, K. (2020). Adult attachment, worry and reassurance seeking: Investigating the role of intolerance of uncertainty. *Clinical Psychologist*, 1-12. <https://doi.org/10.1111/cp.12218>
- Clear, S. J., y Zimmer-Gembeck, M. J. (2017). Associations between attachment and emotion-specific emotion regulation with and without relationship insecurity priming. *International Journal of Behavioral Development*, 41(1), 64-73. <https://doi.org/10.1177/0165025415620057>
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. Lawrence Erlbaum.
- Crawford, T., Cohen, P., Chen, H., Anglin, D., y Ehrensaft, M. (2009). Early maternal separation and the trajectory of borderline personality disorder symptoms. *Development and Psychopathology*, 21(3), 1013-1030. <https://doi.org/10.1017/S0954579409000546>
- Cruise, K., Fernandez, K., McCoy, W., Guy, L. S., Colwell, L. H., y Douglas, T. R. (2008). The Influence of Psychosocial Maturity on Adolescent Offenders' Delinquent Behavior. *Youth Violence and Juvenile Justice*. 6(2), 178-194. <https://doi.org/10.1177/1541204007313229>
- Dalsant, A., Truzzi, A., Setoh, P., y Esposito, G. (2015). Maternal bonding in childhood moderates autonomic responses to distress stimuli in adult males. *Behavioral Brain Research*, 292, 428-431. <https://doi.org/10.1016/j.bbr.2015.06.026>

- Davarinejad, O., Shirzadifar, M., Elahi, A., Shirzadi, M., y Shahi, H. (2017). The Big Five personality dimensions (OCEAN) and adult attachment styles as the predictors of emotional divorce. *Pharmacophore*, 8(6), 1-7.
- Dehghan, N., y Dehghani, A. (2019). Role of early maladaptive schemas and attachment styles in the prediction of thoughtful rumination in individuals with body dysmorphic disorder. *Journal of Research & Health*, 9(7), 568-574. <http://doi.org/1.1442.JRH/32598.10>
- Del Giudice, M. (2009). Sex, attachment, and the development of reproductive strategies. *Behavioral and Brain Sciences*, 32(1), 1-21. <https://doi.org/10.1017/S0140525X09000016>
- Del Giudice, M. (2011). Sex differences in romantic attachment: a meta-analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 37(2), 193-214. <https://doi.org/10.1177/0146167210392789>
- Del Giudice, M. (2019). Sex differences in attachment styles. *Current Opinion in Psychology*, 25, 1-5. <https://doi.org/10.1016/j.copsy.2018.02.004>
- Delvecchio, E., Pazzagli, C., Di Riso, D., Chessa, D., y Mazzeschi, C. (2013). *Perceptual and Motor Skills*, 116(3), 830-846. <https://doi.org/10.2466/03.10.PMS.116.3.830-846>
- Deniz, M. E. (2011). An investigation of decision making styles and the five-factor personality traits with respect to attachment styles. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 11(1), 105-113.
- DeYoung, C. G. (2006). Higher-order factors of the big five in a multi-informant sample. *Journal of Personality and Social*

Psychology, 91(6), 1138–1151.

<https://doi.org/10.1037/0022-3514.91.6.1138>

Dijkstra, P., Barelds, D. P. H., Ronner, S., y Nauta, A. P. (2016).

The intimate relationships of the intellectually gifted: Attachment style, conflict style and relationship satisfaction among members of the Mensa society. *Marriage & Family Review*, 53(3), 262-280.

<https://doi.org/10.1080/01494929.2016.1177630>

Dimitrijević, A., Dimitrijević, A. A., y Marjanović, Z. J. (2013,

Abril). *An examination of the relationship between intelligence and attachment in adulthood*. Conferencia presentada en International Psychological Applications Conference and Trends, Madrid, España. Recuperado de <https://www.researchgate.net/publication/236873910>

Ding, Y., Xu, X., Wang, Z., Li, H., y Wang, W. (2014). The relation

of infant attachment to attachment and cognitive and behavioural outcomes in early childhood. *Early Human Development*, 90(9), 459-464.

<https://doi.org/10.1016/j.earlhumdev.2014.06.004>

Djoric, J. Z., y Medjedovic, J. (2011). Romantic adult attachment

and basic personality structure. *Horizons of Psychology*, 20(4), 9-22.

Doinita, N. E. (2015). Adult attachment, self-esteem and emotional

intelligence. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 187, 570-574. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.03.106>

- Ehrlich, K. B. (2019). Attachment and psychoneuroimmunology. *Current Opinion in Psychology*, 25, 96-100. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2018.03.012>
- Ehrlich K. B., Miller, G. E., Jones, J., D., y Cassidy, J. (2016). Attachment and Psychoneuroimmunology. En J. Cassidy y P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: theory, research and clinical applications* (pp. 180-201). The Guildford Press.
- Ehrlich, K. B., Stern, J. A., Eccles, J., Dinh, J. V., Hopper, E. A., Kemeny, M., Adam, E. K., y Cassidy, J. (2019). A preliminary investigation of attachment style and inflammation in African-American young adults. *Attachment & Human Development*, 21(1), 57-69. <https://doi.org/10.1080/14616734.2018.1541516>
- Emery, L. F., Gardner, W. L., Carswell, K. L., y Finkel, E. J. (2018). You can't see the real me: attachment avoidance, self-verification, and self-concept clarity. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 44(8), 1133-1146. <https://doi.org/10.1177/014616721876079>
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and society*. Norton.
- Esposito, G., Freda, M. F., y Picione, R. D. L. (2016). Reflexivity or “reflexivities” in higher education: Conceptualizing unique reflexive process. En *Working with Underachieving Students in Higher Education* (pp. 58-68). Routledge

- Estrada, M. (2018). *Apego adulto y creencias irracionales: estudio en una muestra de víctimas de violencia conyugal* (Trabajo final de Máster). Universidad Pontificia Comillas, Madrid.
- Feeney, J. A., y Noller, P. (1990). Attachment style as a predictor of adult romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 28(2), 281-291. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.2.281>
- Feldman, R. (2017). The neurobiology of human attachments. *Trends in Cognitive Science*, 21(2), 80-99. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2016.11.007>
- Ferrando, P. J., y Lorenzo-Seva, U. (2017). Program FACTOR at 10: Origins, development and future directions. *Psicothema*, 29(2), 236-240. <http://doi.org/10.7334/psicothema2016.304>
- Ferrando, P. J., Lorenzo-Seva, U., y Chico, E. (2009). A general factor-analytic procedure for assessing response bias in questionnaire measures. *Structural Equation Modeling*, 16(2), 364-381. <https://doi.org/10.1080/10705510902751374>
- Fivush, R., y Waters, T. E. (2015). Patterns of attachments across the lifespan. En R. A. Scott y M. C. Buchmann (Eds.), *Emerging Trends in the Social and Behavioral Sciences: An Interdisciplinary, Searchable and Linkable resource* (pp. 1-10). <https://doi.org/10.1002/9781118900772.etrds0250>
- Fonagy, P. (1999). Persistencias transgeneracionales del apego: una nueva teoría. *Aperturas Psicoanalíticas: Revista Internacional de Psicoanálisis*, 3, 1-17.

- Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E. L., y Target, M. (2002). *Affect Regulation, Mentalization and Development of the self*. Other Press.
- Fonagy, P., Steele, M., Steele, H., Moran, G., y Higgit, A. (1991). The capacity for understanding mental states: The reflective self in parent and child and its significance for security of attachment. *Infant Mental Health Journal*, 12(3), 201-218. [https://doi.org/10.1002/1097-0355\(199123\)12:3<201::AID-IMHJ2280120307>3.0.CO;2-7](https://doi.org/10.1002/1097-0355(199123)12:3<201::AID-IMHJ2280120307>3.0.CO;2-7)
- Fonagy, P., Target, M., Steele, H., y Steele, M. (1998). *Reflective functioning manual, version 5.2, for application to Adult Attachment Interviews*. Universidad College London, Londres.
- Fox, N. A., y Hane, A. A. (2008). Studying the biology of human attachment. En P. Shaver y J. Cassidy (Eds.), *Handbook of attachment: theory, research and clinical applications* (pp. 223-241). Guilford Press.
- Fraley, R. C., Hudson, N. W., Heffernan, M. E., y Segal, N. (2015). Are adult attachment styles categorical or dimensional? A taxometric analysis of general and relationship-specific attachment orientations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 109(2), 354–368. <https://doi.org/10.1037/pspp0000027>
- Fraley, R. C., y Waller, N. G. (1998). *Adult attachment patterns: A test of the typological model*. Guilford Press

- Fraley, R. C., Waller, N. G., y Brennan, K. A. (2000). An item-response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(2), 350-365. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.78.2.350>
- Fransson, M., Granqvist, P., Bohlin, G., y Hagekull, B. (2013). Interlinkages between attachment and the Five-Factor Model of personality in middle childhood and young adulthood: a longitudinal approach. *Attachment & Human Development*, 15(2), 219-239. <https://doi.org/10.1080/14616734.2013.754985>
- Galaburda, A. M., LeMay, M., Kemper, T. L., y Geschwind, N. (1978). Right-left asymmetries in the brain. *Science*, 199, 852-856. <https://doi.org/10.1126/science.341314>
- García, M. (2013). *Examining the acculturation gap in Latina/o families and its impact on adolescent autonomy granting and attachment* (Tesis doctoral). University of Colorado, Denver.
- Garrison, A. M., Kahn, J. H. Miller, S. A., y Sauer, E. M. (2014). Emotional avoidance and rumination as mediators of the relation between adult attachment and emotional disclosure. *Personality and Individual Differences*, 70, 239-245. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.07.006>
- George, C., Kaplan, N., y Main, M (1984). *Adult Attachment Interview. Protocol*. Universidad de California, Berkeley.

- Geschwind, N., y Levitsky, W. (1968). Human brain: left-right asymmetries in temporal speech region. *Science*, *161*, 186-187. <https://doi.org/10.1126/science.161.3837.186>
- Goldberg, E., Roediger, D., Kucukboyaci, N. E., Carlson, C., Devinsky, O., Kuzniecky, R., Halgren, E., y Thesen, T. (2013). Hemispheric asymmetries of cortical volume in the human brain. *Cortex*, *49*, 200-210. <https://doi.org/10.1016/j.cortex.2011.11.002>
- Gómez-Zapiain, J., Ortiz, M. J., y Eceiza, A. (2016). Disposición al riesgo en la actividad sexual de adolescentes: El rol de los modelos internos de apego, de las relaciones de apego con padres e iguales y de las dificultades de regulación emocional. *Anales de Psicología*, *32*(3), 899-906. <https://doi.org/10.6018/analesps.32.3.221691>
- Gouin, J. P., Glaser, R., Loving, T. J., Malarkey, W. B., Stowell, J., Houts, C., y Kiecolt-Glaser, J. K. (2009). Attachment avoidance predicts inflammatory responses to marital conflict. *Brain, Behavior and Immunity*, *23*(7), 898-904. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2008.09.016>
- Greenberger, E., Josselson, R., Knerr, C., y Knerr, B. (1975). The measurement and structure of psychosocial maturity. *Journal of Youth and Adolescence*, *4*, 127-143. <https://doi.org/10.1007/BF01537437>
- Guerrero, K. A. (2015). *Parenting style experienced, current attachment style, and the relationship to emotion regulation*

in young adults (Tesis doctoral). Humboldt State University, California.

Guzmán, M., y Contreras, P. (2012). Estilos de apego en relaciones de pareja y su asociación con la satisfacción marital. *Psykhe*, 21(1), 69-82. <http://doi.org/10.7764/psykhe.21.1.499>

Guzmán, M., Carrasco, N., Figueroa, P., Trabucco, C. y Vilca, D. (2016). Estilos de apego y dificultades de regulación emocional en estudiantes universitarios. *Psykhe*, 25(1), 1-13. <https://doi.org/10.7764/psykhe.25.1.706>

Guzmán, M., Maragaño, N., Rojas, M., y Tordoya, P. (2015). Apego romántico y optimismo en adultos chilenos. *Salud & Sociedad*, 6(3), 224-235. <https://doi.org/10.22199/S07187475.2015.0003.00003>

Hagekull, B., y Bohlin, G. (2003). Early temperament and attachment as predictors of the Five Factor Model of personality. *Attachment and Human Development*, 5(1), 2-18. <https://doi.org/10.1080/1461673031000078643>

Hamarta, E., Deniz, M., y Saltali, N. (2009). Attachment Styles as a predictor of emotional intelligence. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 9(1), 213-229.

Hazan, C., y Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511-524. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511>

- Hazan, C., y Zeifman, D. (1999). Pair bonds as attachments. Evaluating the evidence (pp. 336-354). En J. Cassidy y P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment. Theory, research and clinical applications*. Guildford Press.
- Hemmati, A., Jesarati, A., Saeedi, R., y Abdollahian, S. (2013). An investigation of the relationship between emotional intelligence and attachment in employees Payame Noor University. *European Journal of Experimental Biology*, 3(5), 342-351.
- Hernández, P. (1991). *Psicología de la Educación. Corrientes actuales y teorías aplicadas*. México: Trillas.
- Hernández, P. (2002). *Los Moldes de la Mente: Más allá de la Inteligencia Emocional*. Tafor Publicaciones.
- Hernández, P. (2005a). ¿Puede la Inteligencia Emocional predecir el rendimiento? Potencial predictor de los moldes mentales. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19(3), 45-62.
- Hernández, P. (2005b). ¿La educación familiar puede configurar los moldes mentales o la inteligencia emocional de los hijos? *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 17-38.
- Hernández-Guanir, P., Capote, C., y Fernández, A. (2007). Moldes mentales y emociones en el proceso de aprendizaje. *Revista de Orientación Educativa*, 21(39), 31-46.

- Hernández-Guanir, P. (2010). *Moldes. Test de estrategias cognitivo-emocionales. Manual*. Tea Ediciones S.A.
- Ho, M. Y., Chen, S. X., Bond, M. H., Hui, C. M., Chan, C., y Friedman, M. (2012). Linking adult attachment styles to relationship satisfaction in Hong Kong and the United States: The mediating role of personal and structural commitment. *Journal of Happiness Studies*, 13(3), 565-578. <https://doi.org/10.1007/s10902-011-9279-1>
- Hoang, K. M. (2015). Conceptualizing adolescents' autonomy: parental support and adolescent's perception. *International Journal of Education and Research*, 3(11), 273-282.
- Hofer, M., y Sullivan, R. M. (2001). Toward a neurobiology of attachment. En Nelson, Ch. A. y Luciana, M. (Eds). *Handbook of Developmental Cognitive Neuroscience*. MIT Press.
- Hu, L., y Bentler, P. (1999). Cutoff criteria for fit indices in covariance structure analysis: conventional versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6, 1-55. <http://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- Hu, T., y Wen, N. (2010, Agosto). *The weekly characteristics of adolescent behavioral autonomy and the relationship between behavioral autonomy and attachment*. 2nd Symposium on Web Society, Beijing. <https://doi.org/10.1109/SWS.2010.5607448>

- Ibáñez, M. (2013). El estudio del apego y de la función reflexiva: instrumentos para el diagnóstico y la intervención terapéutica en salud mental. *Temas de Psicoanálisis*, 5, 1-26.
- Jacobvitz, D., y Reisz, S. (2018). Disorganized and unresolved states in adulthood. *Current Opinion in Psychology*, 25, 172-176. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2018.06.006>
- Jaremka, L. M., Glaser, R., Loving, T. J., Malarkey, W. B., Stowell, J. R., y Kiecolt-Glaser, J. K. (2013). Attachment anxiety is linked to alterations in cortisol production and cellular immunity. *Psychological Science*, 24(3), 272-279. DOI: <https://doi.org/10.1177/0956797612452571>
- Jenkins-Guarnieri, M. A. (2013). *The interrelationships among attachment style, personality traits, interpersonal competency, and Facebook use* (Tesis doctoral). University of Northern Colorado, Colorado.
- Jones, J. D., Ehrlich, K. B., Brett, B. E., Gross, J. T., Mohr, J. J., Hopper, E. A., Dinh, J. V., Malanchuk, O., Peck, S. C., Brodish, A. B., Adam, E. K., Eccles, J. S., Kemeny, M. E., y Cassidy J. (2017). Perceptions of parental secure base support in African American adolescents and young adults: a preliminary study of predictive links to adult C-reactive protein. *Journal of Social and Personal Relationships*, 34(8), 1168-1185. <https://doi.org/10.1177/0265407516670532>
- Kanemasa, Y. (2007). Intergenerational transmission of late-adolescent adult attachment styles: does attachment recur?

The Japanese Journal of Psychology, 78(4), 398-406.

<https://doi.org/10.4992/jjpsy.78.398>

Keller, H. (2013). Attachment and culture. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 44(2), 175-194.

<https://doi.org/10.1177/0022022112472253>

Khledian, M., Garosi, M. R., Khairkhah, Z., y Ghalandari, S. (2013). The relationship between attachment lifestyle with depression, hopefulness and emotional intelligence. *Open Journal of Social Science Research*, 1(2), 15-21.

<https://doi.org/10.12966/ojsr.05.01.2013>

Kidd, T., Poole, L., Leigh, E., Ronaldson, A., Jahangiri, M., y Steptoe, A. (2014). Attachment anxiety predicts IL-6 and length of hospital stay in coronary artery bypass graft surgery (CABG) patients. *Journal of Psychosomatic Research*, 77(2), 155-157.

<https://doi.org/10.1016/j.jpsychores.2014.06.002>

Kins, E., Beyers, W., y Soenens, B. (2012). When the separation-individuation process goes awry: Distinguishing between dysfunctional dependence and dysfunctional independence.

International Journal of Behavioral Development, 37(1), 1-12. <https://doi.org/10.1177/0165025412454027>

Kira, I. A., Somers, C. L., Lewandowski, L., y Chiodo, L. M. (2012). Attachment disruptions, IQ, and PTSD in African American adolescents: a traumatology perspective. *Journal*

of Aggression Maltreatment & Trauma, 21(6), 665-690.

<https://doi.org/10.1080/10926771.2012.698377>

Kwon, D. R., y Shin, N. (2018). The effects of undergraduate students' adult attachment on interpersonal problem: Mediating effects of cognitive emotion regulation strategy. *Korean Journal of Child Studies*, 39(3), 113-125.

<https://doi.org/10.5723/kjcs.2018.39.3.113>

Lafuente, M. J. (1989). Hacia una conceptualización del apego. *Revista de Psicología de la Educación*, 4(10), 81-98.

Lafuente, M. J., y Cantero, M. J. (2010). *Vinculaciones afectivas: apego, amistad y amor*. Ediciones Pirámide.

Lanciano, T., Curci, A., Kafetsios, K., Elia, L., y Zammuner, V. L. (2012). Attachment and dysfunctional rumination: The mediating role of Emotional Intelligence abilities. *Personality and Individual Differences*, 53(6), 753-758.

<https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.05.027>

Larson, F. V., Alim, N., y Tsakanikos, E. (2011). Attachment style and mental health in adults with intellectual disability: Self-reports and reports by carers. *Advances in Mental Health and Intellectual Disabilities*, 5(3), 15-23.

<https://10.1108/20441281111142585>

Levy, K. N., Johnson, B. N., Clouthier, T. L., Wesley, J., y Temes, C. M. (2015). An attachment theoretical framework for personality disorders. *Canadian Psychology*, 56(2), 197-207.

<http://doi.org/10.1037/cap0000025>

- Leyh, R., Heinisch, C., Kungl, M. T., y Spangler, G. (2016). Attachment representation moderates the influence of emotional context on information processing. *Frontiers in Human Neuroscience*, 10, 278. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2016.00278>
- Loinaz, I., y Echeburúa, E. (2012). Apego adulto en agresores de pareja [Adult Attachment in Partner-Violent men]. *Acción Psicológica*, 9(1), 33-46. <http://doi.org/10.5944/ap.9.1.435>
- López, F. (2006). Apego: estabilidad y cambio a lo largo del ciclo vital. *Infancia y Aprendizaje*, 29(1), 9-23. <https://doi.org/10.1174/021037006775380830>
- Lorenzo-Seva, U., y Ferrando, P. J. (2009). Acquiescent responding in partially balanced multidimensional scales. *British Journal of Mathematical and Statistical Psychology*, 62, 319-326. <https://doi.org/10.1348/000711007X265164>
- Lozano, L. P., Albarracín, P. A., y Vásquez, M. (2016). Apego parental y su relación con el apego romántico y la dependencia afectiva en 119 universitarios de la ciudad de Ibagué-Colombia. *Revista de Psicología GEPU*, 7(1), 8-39.
- Lubke, G. H., y Miller, P. J. (2015). Does nature have joints worth carving? A discussion of taxometrics, model-based clustering and latent variable mixture modeling. *Psychological medicine*, 45(4), 705-715. <http://doi.org/10.1017/S003329171400169X>
- Lubke, G. H., y Muthén, B. (2005). Investigating population heterogeneity with factor mixture models. *Psychological*

Methods, 10(1), 21-39. <http://doi.org/10.1037/1082-989X.10.1.21>

- Lynch, M. F. (2013). Attachment, autonomy and emotional reliance, a multilevel model. *Journal of Counseling & Development*, 91(3), 301-312. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.2013.00098.x>
- Madden, V., Domoney, J., Aumayer, K., Sethna, V., Iles, J., Hubbard, I., Giannakakis, A., Psychogiou, L., y Ramchandani, P. (2015). Intergenerational transmission of parenting: findings from a UK longitudinal study. *European Journal of Public Health*, 25(6), 1030-1035. <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckv093>
- Main, M., y Goldwyn, R. (1984). *Adult attachment scoring and classification system*. Universidad de California, Berkeley.
- Main, M., y Solomon, J. (1986). Discovery of a new insecure disorganized/disoriented attachment pattern. En T. B. Brazelton y M. Yogman (Eds.), *Affective development in infancy* (pp.95-124). Ablex Publishing.
- Makinodan, M., Rosen, K. M., Ito, S., y Corfas, G. (2012). A critical period for social experience-dependent oligodendrocyte maturation and myelination. *Science*, 337, 1357-1360. <https://doi.org/10.1126/science.1220845>
- Maltese, A., Gallai, B., Marotta, R., Lavano, F., Lavano, S. M., Tripi, G., Romano, P., D'Oro, L., y Salerno, M. (2017). Neurosciences and attachment theory: a brief review. *Acta*

Medica Mediterranea, 33, 1249-1255.

https://doi.org/10.19193/0393-6384_2017_2s_193

Mantzicopoulos, P., y Oh-Hwang, Y. (1998). The Relationship of Psychosocial Maturity to Parenting Quality and Intellectual Ability for American and Korean Adolescents. *Contemporary Educational Psychology*, 23(2), 195–206.

<https://doi.org/10.1006/ceps.1997.0964>

Marchant, M. (2007). Reflexiones en torno a los procesos de institucionalización y separación afectiva temprana en el contexto de un hogar de protección de lactantes. *Revista de Psicología*, 16(1), 123-146.

<https://doi.org/10.5354/0719-0581.2012.18441>

Marcia, J. E. (1966). Development and validation of egoidentity status. *Journal of Personality and Social Psychology*, 3(5), 551-558.

<https://doi.org/10.1037/h0023281>

Marks, A. D. G., Horrocks, K. A., y Schutte, N. S. (2016). Emotional intelligence mediates the relationship between insecure attachment and subjective health outcomes.

Personality and Individual Differences, 98, 188-192.

<http://doi.org/10.1016/j.paid.2016.03.038>

Marrero-Quevedo, R., Blanco-Hernández, P., y Hernández-Cabrera, J. A. (2019). Adult attachment and psychological well-being: the mediating role of personality. *Journal of Adult Development*, 26, 41-56.

<https://doi.org/10.1007/s10804-018-9297-x>

- Marrone, M. (2009). *La teoría del apego: un enfoque actual*. Editorial Psimática.
- Marrone, M. (2014). *Apego y motivación: una lectura psicoanalítica*. Editorial Psimática.
- Martínez-Álvarez, J. L., Fuertes-Martín, A., Orgaz-Baz, B., Vicario-Molina, I., y González-Ortega, E. (2014). Vínculos afectivos en la infancia y calidad en las relaciones de pareja de jóvenes adultos: el efecto mediador del apego actual. *Anales de Psicología*, 30(1), 211-220. <http://doi.org/10.6018/analesps.30.1.135051>
- Martínez, C., y Santelices, M. P. (2005). Evaluación del apego en el adulto: una revisión. *Psykhe*, 14(1), 181-191. <http://doi.org/10.4067/S0718-22282005000100014>
- Marušić, I., Kamenov, Ž., y Jelić, M. (2011). Personality and attachment to Friends. *Društvena istraživanja*, 20(4), 1119-1137. <https://doi.org/10.5559/di.20.4.10>
- McCutchan, K. (2013). *Attachment anxiety and avoidance and the Big Five personality traits: their relationship to self-esteem* (Tesis doctoral). The Faculty of Humboldt State University, California.
- McGowan, P. O., Sasaki, A., D'Alessio, A. C., Dymov, S., Labonté, B., Szyf, M., Turecki, G., y Meaney, M. J. (2009). Epigenetic regulation of the glucocorticoid receptor in human brain associates with childhood abuse. *Nature*

Neuroscience, 12(3), 342-348.

<https://doi.org/10.1038/nn.2270>

Meins, E., Bureau, J. F., y Fernyhough, C. (2018). Mother-child attachment from infancy to preschool years: predicting security and stability. *Child Development*, 89(3), 1022-1038.

<https://doi.org/10.1111/cdev.12778>

Melero, R., y Cantero, M. J. (2008). Los estilos afectivos en la población española: un cuestionario de evaluación del apego adulto. *Clínica y Salud*, 19(1), 83-100.

Meltzer, H. Y. (1990). Role of serotonin in depression. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 600, 486-499.

<https://doi.org/10.1111/j.1749-6632.1990.tb16904.x>

Mesman, J., van IJzendoorn, M. H., y Schwartz, S. (2016). Cross-cultural patterns of attachment: Universal and contextual dimensions. En J. Cassidy y P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment. Theory, research, and clinical applications* (pp. 852-916). Guilford Press.

Mikulincer, M., Florian, V., y Tolmacz, R. (1990). Attachment styles and fear of personal death: a case study of affect regulation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(2), 273-280. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.2.273>

Mikulincer, M., y Shaver, P. R. (2003). The attachment behavioral system in adulthood: Activation, psychodynamics, and interpersonal processes. *Advances in Experimental Social*

Psychology, 35, 53-152. [https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(03\)01002-5](https://doi.org/10.1016/S0065-2601(03)01002-5)

Mikulincer, M., y Shaver, P. R. (2019). Attachment orientations and emotion regulation. *Current Opinion in Psychology*, 25, 6-10. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2018.02.006>

Miljkovitch, R., Moss, E., Bernier, A., Pascuzzo, K., y Sander, E. (2015). Refining the assessment of internal working models: the Attachment Multiple Model Interview. *Attachment & Human Development*, 17(5), 492-521. <https://doi.org/10.1080/14616734.2015.1075561>

Mercer, J. (2006). *Understanding attachment and attachment disorders; Theory, evidence and practice*. Child and adolescent mental health. Jessica Kingsley Publishers.

Mohammadkhani, S., Bahari, A., y Firoozabadi, M. A. (2017). Attachment styles and depression symptoms: the mediating role of rumination. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*, 23(3), 320-335.

Mohr, J. J., y Jackson, S. D. (2016). Same-sex romantic attachment. En J. Cassidy y P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment. Theory, research, and clinical applications* (pp. 484-506). Guilford Press.

Mollasaeidi, S., Arefi, M., y Aghaei, A. (2015). The relationship between identity styles and romantic attachment among college students. *International Journal of Psychology and Behavioral Research*, 4(1), 9-14.

- Morales-Vives, F., Camps, E., y Lorenzo-Seva, U. (2012). *Manual del Cuestionario de Madurez Psicológica Psymas*. TEA Ediciones.
- Morales-Vives, F., Camps, E., y Lorenzo-Seva, U. (2013). Development and validation of the Psychological Maturity Assessment Scale (PSYMAS). *European Journal of Psychological Assessment*, 29(1), 12-18.
<https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000115>
- Moreno, M. C. (2006). Las relaciones de apego: polémica en torno a su trascendencia, continuidad y posibilidades de cambio a lo largo del ciclo vital. *Infancia y Aprendizaje*, 29(1), 3-7.
<https://doi.org/10.1174/0210370061>
- Moriceau, S., y Sullivan, R. (2005). Neurobiology of Infant Attachment. *Developmental Psychobiology*, 47 (3), 230-242.
<https://doi.org/10.1002/dev.20093>
- Moutsiana, C., Johnstone, T., Murray, L., Fearon, P., Cooper, P. J., Pliatsikas, C., Goodyer, I., y Halligan, S. L. (2015). Insecure attachment during infancy predicts greater amygdala volumes in early adulthood. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 56(5), 540-548.
<https://doi.org/10.1111/jcpp.12317>
- Muñoz, L. (2017). La autorregulación y su relación con el apego en la niñez. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 15(2), 807-821.
<https://doi.org/10.11600/1692715x.1520201082016>

Muthén, L., y Muthén, B. (2010). *Mplus user's guide. Sixth Edition.*

Muthén & Muthén

Nadiri, M., y Khalatbari, J. (2018). Study of marital satisfaction in students base on psychological components of attachment style, perfectionism and conflict resolution. *BRAIN Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 9(3), 120-127.

Noftle, E. E., y Shaver P. R. (2006). Attachment dimensions and the big five personality traits: Associations and comparative ability to predict relationship quality. *Journal of Research in Personality*, 40, 179-208.
<https://doi.org/10.1016/j.jrp.2004.11.003>

Orehek, E., Vazeou-Nieuwenhuis, A., Quick, E., y Weaverling, G. C. (2017). Attachment and self-regulation. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 43(3), 365-380.
<https://doi.org/10.1177/0146167216685292>

Ortiz-Barón, M. J., Gómez-Zapiain, J., y Apodaca, P. (2002). Apego y satisfacción afectivo-sexual en la pareja. *Psicothema*, 14(2), 469-475.

Otani, K., Suzuki, A., Matsumoto, Y., Sadahiro R., Enokido, M., Kuwahata, F., y Takahash, N. (2014). Distinctive correlations of sociotropy and autonomy with working modelsof the self and other. *Comprehensive Psychiatry*, 55, 1643-1646.
<https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2014.05.013>

- Overall, N. C., y Simpson, J. A. (2015). Attachment and dyadic regulation processes. *Current Opinion in Psychology*, *1*, 61-66. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2014.11.008>
- Paetzold, R. L., Rholes, W. S., y Kohn, J. L. (2015). Disorganized attachment in adulthood: theory, measurement, and implications for romantic relationships. *Review of General Psychology*, *19*(2), 146-156. <https://doi.org/10.1037/gpr0000042>
- Páez, D., Fernández, I., Campos, M., Zubieta, E., y Casullo, M. (2006). Apego seguro, vínculos parentales, clima familiar e inteligencia emocional: socialización, regulación y bienestar. *Ansiedad y Estrés*, *12*(2-3), 329-341.
- Paanksepp, J. (1998). *Affective neuroscience*. Oxford University Press.
- Parker, G., Tupling, H., y Brown, L. B. (1979). A parental bonding instrument. *British Journal of Medical Psychology*, *52*(1), 1-10. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8341.1979.tb02487.x>
- Pellerone, M., Ramaci, T., Herrera-López, M., y Craparo, G. (2017). The role of identity development and decision making process on adult attachment: a cross-national study in Sicilian and Andalusian adolescents. *Clinical Neuropsychiatry*, *14*(2), 1-10.
- Pepping, C. A., MacDonald, G., y Davis, P. J. (2018). Toward a psychology of singlehood: an attachment-theory perspective on long-term singlehood. *Current Directions in*

Psychological Science, 27(5), 324-331.

<https://doi.org/10.1177/0963721417752106>

Picado, K. (2016). *Representación del apego y percepción del estilo paterno: un acercamiento intergeneracional a través de la exploración narrativa* (Tesis doctoral). Sede Universitaria Rodrigo Facio, Costa Rica.

Picardi, A., Caroppo, E., Toni, A., Bitetti, D., y Di Maria, G. (2010). Stability of attachment-related anxiety and avoidance and their relationships with the five-factor model and the psychobiological model of personality. *Psychology and Psychotherapy; Theory, Research and Practice*, 78(3), 327-345. <https://doi.org/10.1348/147608305X26882>

Pinto-Cortez, C., Beyzaga, M., Cantero, M. F., Oviedo, X., y Vergara, V. (2018). Apego y psicopatología en adolescentes del Norte de Chile. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 5(3), 23-29. <https://doi.org/10.21134/rpcna.2018.05.3.3>

Piotrowski, K. (2020). How good it would be to turn back time: Adult attachment and perfectionism in mothers and their relationships with the processes of parental identity formation. *Psychologica Belgica*, 60, 55-72. <https://doi.org/10.5334/pb.492>

Pittman, J. F., Keiley, M. K., Kerpelman, J. L., y Vaughn, B. E. (2011). Attachment, identity, and intimacy: Parallels between Bowlby's and Erikson's paradigms. *Journal of*

Family Theory & Review, 3(1), 32-46.

<https://doi.org/10.1111/j.1756-2589.2010.00079.x>

Quezada, C. R., y Guendelman, S. (2012). Aportes desde el apego al entendimiento del trastorno de personalidad limítrofe. *Revista Chilena de Psiquiatría y Neurología de la Infancia y Adolescencia*, 23(2), 129-136.

Redondo, P. (2016). *Inteligencia emocional, tipo de apego adulto y sintomatología psiquiátrica en población Española* (Tesis doctoral). Universidad Pontificia Comillas, Madrid, Spain.

Reich, W. A., y Siegel, H. I. (2002). Attachment, ego-identity development and exploratory interest in university students. *Asian Journal of Social Psychology*, 5, 125-134.
<https://doi.org/10.1111/1467-839X.00099>

Reiner, I., y Spangler, G. (2013). Representations of early attachment experiences and personality in adulthood. *Journal of Adult Development*, 20(1), 38-45.
<https://doi.org/10.1007/s10804-013-9154-x>

Reynolds, S., Searight, H. R., y Ratwik, S. (2014). Adult attachment styles and rumination in the context of intimate relationships. *North American Journal of Psychology*, 16(3), 485-496.

Roggman, L. A., Boyce, L. K., y Cook, G. A. (2009). Keeping kids on track: impacts of a parenting-focused Early Head Start program on attachment security and cognitive development.

Early Education and Development, 20(6), 920-941.

<https://doi.org/10.1080/10409280903118416>

Roque, L., Veríssimo, M., Fernandes, M., y Rebelo, A. (2013).

Emotion regulation and attachment: relationship with children's secure base, during different situational and social contexts in naturalistic settings. *Infant Behavior and Development*, 36, 298-306.

<https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2013.03.003>

Rozenel, V. (2006). Los Modelos Operativos Internos (IWM) dentro de la teoría del apego. *Revista de Psicoanálisis*, 23.

Saburova, N. (2018). *Personality traits and adult attachment among university students* (Tesis doctoral). State University of New York, Nueva York.

Sadurní, M. (2011). *Víncle afectiu i desenvolupament humà*. Editorial UOC.

Samadi, R. G., Kasaei, F., y Pour, E. M. (2013). Attachment styles as a predictor of emotional intelligence. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 84, 1712-1715.

Sánchez-Bellas, C. (2017). *Dimensiones del apego adulto, cohesión familiar e inteligencia emocional en la adultez emergente* (Trabajo final de Máster). Universidad Pontificia Comillas, Madrid.

Sánchez, J., Morillo, T., y Llorca, M. (2018). El pedido afectivo tras las vivencias de abandono. *Revista Iberoamericana de Psicomotricidad y Técnicas Corporales*, 43, 157-167.

- Sarmiento, A., Puhl, S., Izcurdia, M. A., Siderakis, M., y Oteyza, G. (2010). Trastornos en el apego y su vinculación con las conductas transgresoras en los adolescentes en conflicto con la ley penal. *Anuario de Investigaciones*, 17, 357-363.
- Scharfe, E. (2016). Sex differences in attachment. En T. K. Shackelford y V. A. Weekes-Shackelford (Eds.), *Encyclopedia of Evolutionary Psychological Science*. https://doi.org/10.1007/978-3-319-16999-6_3592-1
- Schneider, B. H. (2006). ¿Cuánta estabilidad en los estilos de apego está implícita en la teoría de Bowlby?: Comentario al artículo de Félix López. *Infancia y Aprendizaje*, 29(1), 25-30. <https://doi.org/10.1080/0210370061A>
- Schmidt, G. B. (2016). How adult attachment styles relate to perceived psychological contract breach and affective organizational commitment. *Employee Responsibilities and Rights Journal*, 28(3), 147-170. <https://doi.org/10.1007/s10672-016-9278-9>
- Schore, A. N. (2003). *Affect dysregulation and disorders of the self*. W. W. Norton.
- Schore, A. N. (2017). Modern attachment theory. En S. N. Gold (Ed.). *APA handbook of trauma psychology: Foundations in knowledge* (pp. 389-406). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/0000019-020>
- Scrima, F., Di Stefano, G., Guarnaccia, C., y Lorito, L. (2015). The impact of adult attachment style on organizational

commitment and adult attachment in the workplace. *Personality and Individual Differences*, 86, 432-437. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.07.013>

Segal, N., y Fraley, R. C. (2016). Broadening the investment model: An intensive longitudinal study on attachment and perceived partner responsiveness in commitment dynamics. *Journal of Social and Personal Relationships*, 33(5), 581-599. <https://doi.org/10.1177/0265407515584493>

Sender, N. S., Govindan, R. B., Whitehead, M. T., Massaro, A. N., Metzler, M., Wang, J., Cheng, Y. I., y du Plessis, A. J. (2017). Cerebral modulation of the autonomic nervous system in term infants. *Journal of Perinatology*, 37, 558-562. <https://10.1038/jp.2016.248>

Serra, E., Millán, M., Lafuente, M. J., Zacarés, J. J., y Abengozar, M. C. (1993). *La transmisión intergeneracional de los vínculos*. (Tesis doctoral), Universidad de Valencia, España.

Sheinbaum, T., Kwapil, T. R., Ballespí, S., Mitjavila, M., Chun, C. A., Silvia, P. J., y Barrantes-Vidal, N. (2015). Attachment style predicts affect, cognitive appraisals, and social functioning in daily life. *Frontiers in Psychology*, 6, 296. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.00296>

Sheng, S. (2014). *Attachment styles and identity status: an exploratory study* (Tesis doctoral). The Ohio State University, Ohio.

- Simpson, J. A., y Rholes, W. S. (2012). Adult attachment orientations, stress, and romantic relationships. En Patricia Devine, Ashby Plant editors (Eds.), *Advances in experimental social psychology* (pp. 279-328). Academic Press.
- Simpson, J. A., y Rholes, W. S. (2017). Adult attachment, stress, and romantic relationships. *Current Opinion in Psychology*, 13, 19-24. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2016.04.006>
- Slade, A., Grienenberger, J., Bernbach, E., Levy, D., y Locker, A. (2005). Maternal reflective functioning, attachment, and the transmission gap: a preliminary study. *Attachment & Human Development*, 7(3), 283-298. <https://doi.org/10.1080/14616730500245880>
- Stanton, S. C. E., Campbell, L., y Pink, J. C. (2017). Benefits of positive relationship experiences for avoidantly attached individuals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 113(4), 568-588. <https://doi.org/10.1037/pspi0000098>
- Steele, H., Steele, M., y Fonagy, P. (1996). Associations among attachment classifications of mothers, fathers, and their infants. *Child Development*, 67, 541-555. <http://dx.doi.org/10.2307/1131831>
- Steiger, J. (2007). Understanding the limitations of global fit assessment in structural equation modeling. *Personality and Individual Differences*, 42(5), 893-898. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.09.017>

Stein, H., Koontz, A. D., Fonagy, P., Allen, J. G., Fultz, J., Brethour, J. R., Allen, D., y Evans, R. B. (2002). Adult attachment: What are the underlying dimensions? *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 75, 77-91.

<https://doi.org/10.1348/147608302169562>

Stievenart, M., Roskam, I., Meunier, J. C., y van de Moortele, G. (2011). The reciprocal relation between children's attachment representations and their cognitive ability. *International Journal of Behavioral Development*, 35(1), 58-66.

<https://doi.org/10.1177/0165025410370790>

Taylor, E. L., Target, M., y Charman, T. (2008). Attachment in adults with high-functioning autism. *Attachment and Human Development*, 10(2), 143-163.

<https://doi.org/10.1080/14616730802113687>

Temiz, Z. T., y Comert, I. T. (2018). The relationship between life satisfaction, attachment styles, and psychological resilience in university students. *Dusunen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 31, 274-283.

<https://doi.org/10.5350/DAJPN2018310305>

Torrecillas, A. M., Rodríguez, H., Díaz, M. E., y Luján, I. (2016). Valor predictivo de los moldes de la mente sobre los factores de personalidad. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(2), 295-306.

<https://doi.org/10.17060/ijodaep.2016.n1.v2.301>

- Tottenham, N. (2014). The importance of early experiences for neuro-affective development. *Current Topics in Behavioral Neurosciences*, 16, 109-129. https://doi.org/10.1007/7854_2013_254
- Thurstone, L. L. (1938). *Primary mental abilities*. University of Chicago Press.
- Turan, N., Hoyt, W. T., y Erdur-Baker, Ö. (2016). Gender, attachment orientations, rumination, and symptomatic distress: Test of a moderated mediation model. *Personality and Individual Differences*, 102, 234-239. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.07.007>
- Tyszkiewicz-Bandur, M., Walkiewicz, M., Tartas, M., y Bankiewicz-Nakielska, J. (2017). Emotional intelligence, attachment styles and medical education. *Family Medicine & Primary Care Review*, 19(4), 404-407. <https://doi.org/10.5114/fmPCR.2017.70127>
- Vega, V., Roitman, D., y Barrionuevo, J. A. (2011). Influencias del apego a la madre en el vínculo con los pares en la adolescencia, diferencias entre una muestra femenina clínica y no clínica. *Anuario de Investigaciones*, 18, 381-398.
- Vahedi, S., Gargari, R. B., y Gholami, S. (2016). Mediating role of cognitive emotion regulation strategies on the relationship between the attachment styles and emotional problems: A path analysis. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 10(4), 1-8. <https://doi.org/10.17795/ijpbs-4013>

- Valle, L., y de la Villa-Moral, M. (2018). Dependencia emocional y estilo de apego adulto en las relaciones de noviazgo en jóvenes españoles. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 9(1), 27-41. <https://doi.org/10.23923/j.rips.2018.01.013>
- Van IJzendoorn, M. H. (1995). Adult attachment representations, parental responsiveness and infant attachment: A meta-analysis on the predictive validity of the Adult Attachment Interview. *Psychological Bulletin*, 117, 387-403. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.117.3.387>
- Van IJzendoorn, M. H., y Bakermans-Kranenburg, M. J. (2010). Invariance of adult attachment across gender, age, culture, and socioeconomic status? *Journal of Social and Personal Relationships*, 27(2), 200-208. <https://doi.org/10.1177/0265407509360908>
- Van IJzendoorn, M. H., Dijkstra, J., y Bus, A. G. (1995). Attachment, intelligence, and language: A Meta-analysis. *Social Development*, 4(2), 115-128. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.1995.tb00055.x>
- Van IJzendoorn, M. H., y Juffer, F. (2005). Adoption is a successful natural intervention enhancing adopted children's IQ and school performance. *Current Directions in Psychological Science*, 14(6), 326-330. <https://doi.org/10.1111/j.0963-7214.2005.00391.x>
- Van IJzendoorn, M. H., y Kroonenberg, P. M. (1988). Cross-cultural patterns of attachment: A meta-analysis. *Child Development*, 59, 147-156. <https://doi.org/10.2307/1130396>

- Van IJzendoorn, M. H., y Van Vliet-Visser, S. (1988). The relationship between quality of attachment in infancy and IQ in Kindergarten. *The Journal of Genetic Psychology*, *149*(1), 23-28. <https://doi.org/10.1080/00221325.1988.10532135>
- Vega, V. C., Roitman, D., y Barrionuevo, J. A. (2011). Influencias del apego a la madre en el vínculo con los pares en la adolescencia. Diferencias entre una muestra femenina clínica y no clínica. *Anuario de Investigaciones*, *18*, 381-398.
- Verhage, M. L., Schuengel, C., Madigan, S., Pasco-Fearon, R. M., Oosterman, M., Cassibba, R., Bakermans-Kranenburg, M. J., y van IJzendoorn, M. H. (2016). Narrowing the transmission gap: a synthesis of three decades of research on intergenerational transmission of attachment. *Psychological Bulletin*, *142*(4), 337-366. <https://doi.org/10.1037/bul0000038>
- Vigil-Colet, A., Morales-Vives, F., Camps, E., Tous, J., y Lorenzo-Seva, U. (2013). Development and validation of the overall personality assessment scale (OPERAS). *Psicothema*, *25*(1), 100-106. <https://doi.org/10.7334/psicothema2011.411>
- Wacha, V. H. (2010). *Attachments patterns relationship to intelligence and academic achievement in school-age children* (Tesis doctoral). The University of Arizona, Arizona.
- Waldinger, R. J., Seidman, E. L., Gerber, A. J., Liem, J. H., Allen, J. P., y Hauser, S. T. (2003). Attachment and core

- relationship themes: Wishes for autonomy and closeness in the narratives of securely and insecurely attached adults. *Psychotherapy Research*, 13(1), 77-98.
<https://doi.org/10.1093/ptr/kpgOOS>
- Walsh, E., Blake, Y., Donati, A., Stoop, R., y von Gunten, A. (2019). Early secure attachment as a protective factor against later cognitive decline and dementia. *Frontiers in Aging Neuroscience*, 11(161), 1-20.
<https://doi.org/10.3389/fnagi.2019.00161>
- Waters, T. E., y Roisman, G. I. (2019). The secure base script concept: an overview. *Current Opinion in Psychology*, 25, 162-166. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2018.08.002>
- Webster, G. D., Gesselman, A. N., y Crosier, B. S. (2016). Avoidant adult attachment negatively relates to classroom popularity: social network analysis support for the Parent-Partner-Peer Attachment Transfer model. *Personality and Individual Differences*, 96, 248-254.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.03.007>
- Weisskirch, R. (2018). Psychosocial intimacy, relationships with parents, and well-being among emerging adults. *Journal of Child and Family Studies*, 27, 3497-3505.
<https://doi.org/10.1007/s10826-018-1171-8>
- Wellisch, M. (2010). Communicating love or fear: the role of attachment styles in pathways to giftedness. *Roepers Review*, 32, 116-126. <https://doi.org/10.1080/02783191003587900>
- Wellisch, M., Brown, J., Taylor, A., Knight, R., Berresford, L., Campbell, L., y Cohen, A. (2011). Secure attachment and

- high IQ: Are gifted children better adjusted?. *The Australasian Journal of Gifted Education*, 20(2), 23-33.
- West, K. K., Mathews, B. L., y Kerns, K. A. (2013). Mother-child attachment and cognitive performance in middle childhood: An examination of mediating mechanisms. *Early Childhood Research Quarterly*, 28(2), 259-270.
<https://doi.org/10.1016/j.ecresq.2012.07.005>
- Widom, C. S., Czaja, S. J., Kozakowski, S. S., y Chauhan, P. (2018). Does adult attachment style mediate the relationship between childhood maltreatment and mental and physical health outcomes?. *Child Abuse & Neglect*, 76, 533-545.
<https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2017.05.002>
- Wilhelm, K., Gillis, I., y Parker, G. (2016). Parental bonding and adult attachment style: the relationship between four category models. *International Journal of Women's Health and Wellness*, 2(1), 1-7. <https://doi.org/10.23937/2474-1353/1510016>
- Wilhelm, K., Niven, H., Parker, G., y Hadzi-Pavlovic, D. (2004). The stability of the Parental Bonding Instrument over a 20-year period. *Psychological Medicine*, 34, 1-7.
<https://doi.org/10.1017/S0033291704003538>
- Wright, C. J., Clark, G. I., Rock, A. J., y Coventry, W. L. (2017). Intolerance of uncertainty mediates the relationship between adult attachment and worry. *Personality and Individual Differences*, 112, 97-102.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.02.039>

- Wyczesany, M., Capotosto, P., Zappasodi, F., y Prete, G. (2018). Hemispheric asymmetries and emotions: evidence from effective connectivity. *Neuropsychologia*, *121*, 98-105. <https://doi.org/10.1016/j.neuropsychologia.2018.10.007>
- Yahya, F., Zekeria, N. A. B., Yusoff, N. F. M., Ghazali, N. M., Anuar, A., Jayos, S., Aren, M., Othman, M. R., y Bakar, M. A. A. (2019). Adult attachment and personality. *International Journal of Recent Technology and Engineering*, *8*(1), 116-122.
- Yáñez-Yaben, S. (1989). El amor romántico a la luz de la teoría del apego. En A. Echebarría y D. Páez (Eds.), *Emociones: Perspectivas Psicosociales* (pp. 343-366). Promolibro.
- Yáñez-Yaben, S. (2008). La Evaluación desde la Teoría del Apego: El lugar de los autoinformes y otros instrumentos en la evaluación del apego en niños, adolescentes y adultos. En S. Yáñez-Yaben (Ed.), *La Teoría del Apego en la clínica I: Evaluación y clínica* (pp. 95-162). Psimática.
- Yáñez-Yaben, S., y Comino, P. (2011). Evaluación del apego adulto: análisis de la convergencia entre diferentes instrumentos. *Acción Psicológica*, *8*(2), 67-85.
- Young, E. S., Simpson, J. A., Giskevicius, V., Huelsnitz, C. O., y Fleck, C. (2019). Childhood attachment and adult personality: A life history perspective. *Self and Identity*, *18*(1), 22-38. <https://doi.org/10.1080/15298868.2017.1353540>
- Yuspendi, Y. (2013). The role of mother personality traits and mind-mindedness as mediators of mother attachment toward

- child attachment. *Anima, Indonesian Psychological Journal*, 28(2), 63-74.
- Zan, F. (2004). Importancia del apego en el desarrollo del psiquismo. *VERTEX Revista Argentina de Psiquiatría*, 15(56), 121-129.
- Zarrati, I., Izadi, A., y Falah, A. (2006). The relationship between emotional intelligence and attachment styles. *Advances in Cognitive Science*, 8(1), 31-37.
- Zarrella, I., Lonigro, A., Perrella, R., Caviglia, G., y Laghi, F. (2018). Social behaviour, socio-cognitive skills and attachment style in school-aged children: what is the relation with academic outcomes? *Early Child Development and Care*, 188(10), 1442-1453.
<https://doi.org/10.1080/03004430.2016.1266486>
- Zeanah, C. (1996). Beyond insecurity: a reconceptualization of attachment disorders of infancy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64(1), 42-52.
<https://doi.org/10.1037/0022-006X.64.1.42>
- Zhang, T. Y., y Meaney, M. J. (2010). Epigenetics and the environmental regulation of the genome and its function. *Annual Review of Psychology*, 61, 439-466.
<https://doi.org/10.1146/annurev.psych.60.110707.163625>

UNIVERSITAT ROVIRA I VIRGILI

El apego adulto: perfiles de sujetos evaluados por el Cuestionario de Apego Adulto y su relación con otras variables psicológicas

Gisela Ferré Rey



UNIVERSITAT
ROVIRA i VIRGILI