



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES IZTACALA
Sistema de Universidad Abierta y Educación a Distancia

Licenciatura en Psicología
Programa de Profundización en Psicología Clínica

Estilos de apego y estabilidad percibida en las relaciones de
pareja en Adultos jóvenes

Reporte de Investigación Empírica

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

P R E S E N T A:

Rodrigo Daniel Medrano Figueroa

Director: Mtra. Consuelo Rubi Rosales

Dictaminadores: Dr. Ricardo Sánchez Medina

Mtra. Mónica Jasmín Montoya García



Los Reyes Iztacala Tlalnepantla, Estado de México, Diciembre 2 de 2019



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

Resumen

Esta investigación analiza la relación entre los estilos de apego dentro de una relación de pareja joven adulta y la calidad que perciben. Sus objetivos son: 1) Describir las características del tipo de apego en jóvenes adultos de la muestra y 2) Conocer la estabilidad percibida de la relación en base a los estilos de apego. Los participantes fueron 71 personas (90.1% mujeres, 9.9% Hombres). Para la edad los límites establecidos abarcaron entre 19 y 40 años, y el tiempo de relación fue mínimo 1 año y máximo 24 con una media de 8.33.

Se realizó un estudio de tipo transversal, con un diseño correlacional no experimental, basado en mediciones de auto-reporte de *Adult Attachment Scale* y *perceived relationship quality components*. Mediante SPSS versión 25, los resultados indican que las personas con estilo de apego seguro son las que tienden a percibir con mayor estabilidad y calidad su relación que las personas con estilos de apego inseguro o evitativo. Además, se constató que algunos integrantes identificados con tipo de apego inseguro lograron percibir como “alta” la calidad de su relación, lo cual abre otra pauta sobre la forma de interacción de los estilos de apego de la diada para que esto se logre.

Palabras clave: apego, pareja, calidad de relación

This research analyzes the relationship between attachment styles within a young adult couple relationship and the quality they perceive. Its objectives are: 1) Describe the characteristics of the type of attachment in young adults in the sample and 2) Know the perceived stability of the relationship based on attachment styles. The participants were 71 people (90.1% women, 9.9% men). For age, the established limits ranged from 19 to 40 years, and the relationship time was a minimum of 1 year and a maximum of 24 years with an average of 8.33.

A cross-sectional study was conducted, with a non-experimental correlational design, based on self-report measurements of *Adult Attachment Scale* and *perceived relationship quality components*. Through SPSS version 25, the results indicate that people with secure attachment style are the ones who tend to perceive their relationship with greater stability

and quality than people with insecure or avoidant attachment styles. In addition, it was found that some members identified with an insecure type of attachment were able to perceive the quality of their relationship as “high”, which opens another pattern on the way in which the attachment styles of the dyad interact so that this is achieved.

Keywords: attachment, partner, quality of relationship

Introducción

Dentro de los núcleos sociales donde las personas se desenvuelven, las relaciones de pareja resulta uno de esos núcleos donde la dinámica relacional humana está dada por diferentes parámetros dependiendo de la sociedad donde esa relación se cultive. De tal manera que la pareja se dota de una cierta estructura tanto internamente como socialmente. Por ejemplo, cada pareja tiende a formar su estilo de convivencia el cual va orientado a establecer una relación donde ambas partes estén de acuerdo en la toma de decisiones (Maureira, 2011).

Tomando en cuenta lo anterior, la teoría del apego postula la necesidad del humano para la formación de vínculos afectivos, asumiendo que esta necesidad de formar vínculos emocionales, son necesidades inherentes a la condición humana (Matos, 2017). Entendiendo que las relaciones de pareja se pueden definir como un tipo particular de vínculo de apego, cuya naturaleza se apoya en patrones de relación adquiridos en el desarrollo individual, donde el estilo de apego define la forma de convivencia entre las parejas (Montejano & Núñez, 2011). Así, por ejemplo, el grado en que las parejas que presentan estilos de apego seguro, se sienten cómodos con la cercanía emocional, ya que demuestra tener un efecto positivo sobre la evaluación que ellos mismos y sus parejas hacen de la relación (Melero, 2008). Por el contrario, las parejas que no se sienten cómodas con la cercanía como es el estilo de apego evitativo, reportan altos niveles de ansiedad, ya que evalúan su relación de pareja como poco satisfactoria (Maureira, 2011).

Lo podríamos definir como “una forma” de pensar, sentir y actuar en las relaciones íntimas. Por eso, aunque no es el único factor explicativo podríamos decir que los estilos de apego predicen o influyen mucho en las relaciones de pareja y en su estabilidad.

De esta forma, entre los diferentes tipos de variables, se encuentran los componentes, es decir, explicaciones que construye el individuo con respecto al comportamiento de su pareja o eventos en su relación. Dichos componentes son descritos en dos tipos de “atribuciones” las cuales representan la causalidad y responsabilidad. De acuerdo con Ripoll-Nuñez (2011) los componentes que caracterizan al atributo de causalidad son; a) la posición del evento, que se refiere al motivo donde se analiza si la causa reside o no en la pareja; b) la estabilidad de la causa del evento, este hace referencia a la premisa que indica si la causa del evento tiene alguna probabilidad de cambiar; y c) la generalidad de las causas donde la premisa parte en si la causa del problema puede o no afectar otras áreas de la relación. Por otra parte, las atribuciones de responsabilidad incluyen ideas sobre: a) la intención que justifica la acción de la pareja; b) los motivos que llevaron a actuar a la pareja; y c) Los motivos por los cuales es o no justificable el comportamiento de la pareja (p. 3).

Con base en lo anterior, estudios empíricos basan sus análisis acerca de estos componentes tanto negativos de la causalidad como de responsabilidad los cuales se infiere que interfieren con la interacción de la pareja (Matos, 2017). Así, los componentes que resultan tener correlación significativas entre el apego y los componentes de causalidad y responsabilidad varían dependiendo del estilo de apego presente en las dos partes de la relación (Guzmán, Rovella & Rivarola, 2012).

Así mismo, otras investigaciones basan su hipótesis sobre los componentes de los individuos sobre los comportamientos de su pareja y como estos juegan un papel importante en la calidad de la relación a lo largo del tiempo (Medina, Rivera & José, 2016). Por último, se encuentran algunos estudios sobre variables mediadoras de la asociación entre dimensiones del apego y la satisfacción en relaciones de pareja. En su mayoría, estos estudios se han enfocado en cogniciones, sentimientos y conductas del individuo. Por ejemplo, se ha explorado el papel mediador de variables como los patrones de comunicación (Melero, 2008). Igualmente, se ha examinado el papel mediador o moderador de otras variables, como la expresividad emocional (Medina et al., 2016), las interacciones de afiliación y de control (Montejano & Núñez, 2011), las estrategias de afrontamiento del conflicto (Maureira, 2011). A partir de estos estudios, se ha demostrado que es relevante conocer la relación que guarda el apego en referencia a la estabilidad en las relaciones de

pareja, tomando en cuenta las características del individuo que influyen sobre la durabilidad de la pareja, los cuales se describen en los siguientes apartados.

1.1 Antecedentes teóricos y empíricos del tema

1.1.1 Teoría del apego

La teoría del apego tiene su origen con John Bowlby, quien rechazando los planteamientos que el psicoanálisis y el conductismo daban al vínculo emocional, formuló una teoría revolucionaria para la época considerando la vinculación afectiva como una necesidad primaria (Matos, 2017).

Marrone (2001) planteaba que el niño está biológicamente predeterminado hacia la interacción con otros seres humanos; y que esa tendencia finalmente le orienta hacia una figura específica. En otras palabras, el apego es un vínculo afectivo que se establece con otra persona considerada importante para el bienestar físico y psicológico; como menciona Guzmán y Contreras (2012) el factor más importante en la creación del apego, es el contacto físico positivo (ej: abrazar, besar, mecer, etc.), ya que estas actividades causan respuestas neuroquímicas específicas en el cerebro que llevan a la organización normal de los sistemas cerebrales responsables del apego; al igual que Montejano y Núñez (2011) menciona que la relación más importante en la vida de un niño es el apego a su madre o cuidador primario, esto es así, ya que esta primera relación determina el “molde” biológico y emocional para todas sus relaciones futuras de manera que un apego saludable a la madre, construido de experiencias de vínculo repetitivas durante la infancia, provee una base sólida para futuras relaciones saludables.

De esta forma, el apego tiene sus orígenes en la primera relación madre – hijo pero continua a lo largo de la vida con otras personas (Matos, 2017). Comprendiendo lo anterior, podemos destacar que si no se diera esta circunstancia (si el individuo no tuviera la oportunidad de establecer un vínculo de apego con al menos una persona) no se estarían dando las condiciones óptimas para su óptimo desarrollo (Bobé, 1994). Como tal, la teoría de apego permite entender que el humano anticipa la necesidad (Desde sus primeros años de vida) de formar vínculos emocionales, buscando con esto garantizar su seguridad y supervivencia a través de relación afectiva de apego. (Melero, 2008).

Con base en lo anterior, Casullo y Fernández (2005) afirman: “La teoría del apego explica que existen dos tipos de variables que logran activar el sistema de apego, uno está relacionado con el propio niño (fatiga, hambre, enfermedad), otro con el ambiente (presencia de situaciones amenazantes)” (p.184). Al cumplir con estas dos variables, es como el vínculo afectivo con el cuidador principal tenderá a mantenerse a lo largo del tiempo, aunque puede cambiar por las relaciones futuras (Martínez, Fuertes, Orgaz, Vicario, & González, 2014). Con base en las diferentes experiencias de apego vividas con las figuras más centrales y las vividas en la primera infancia, cada persona formará un patrón o estilo de apego caracterizado por una manera de relacionarse, sentir y pensar. Este estilo influirá en todas las relaciones de apego futuras (Montejano & Núñez, 2011). De hecho, los defensores de la teoría del apego sostienen que hay una estrecha relación entre la experiencia que los individuos tienen con sus padres y la capacidad posterior para entablar nuevas relaciones sociales y formar nuevos vínculos afectivos; por lo que los sistemas de apego infantiles son similares, en su naturaleza, a los que más tarde se ponen en juego en las relaciones amorosas y, señala pocas diferencias entre las relaciones cercanas, sean éstas entre padres e hijos o entre pares (Florez, Giuliani & Giulio, 2010).

Dependiendo la forma en que se desarrolle el vínculo afectivo en la infancia es como el individuo en una etapa adulta desarrolla un estilo o patrón distinto de apego. Este patrón se desarrolla durante la infancia y adolescencia, permanece relativamente estable el resto de la vida y mediatiza todas las relaciones posteriores, especialmente las que requieren intimidad; esto, visto desde una forma de “pensar, sentir y actuar” en las relaciones íntimas. Por eso aunque no es el único factor explicativo se puede decir que los estilos de apego predicen o influyen mucho en este tipo de relaciones (Maureira, 2011).

De esta forma, podemos establecer que las representaciones cognitivo – afectivas de uno mismo y los demás en contextos relacionales, las expectativas sobre las relaciones sociales, así como las emociones experimentadas en ese contexto están basadas, en parte, en representaciones de experiencias relacionales que ocurrieron en el pasado (Medina et al., 2016). Así, el desarrollo y crecimiento del individuo hace que los vínculos y figuras de apego cambien. Podemos entender que “la función principal de la relación de apego adulto

sigue siendo la misma que la del apego infantil (proporcionar protección y seguridad)” (Mínguez, & Álvarez, 2013, p.12).

Así, de acuerdo con Melero (2008) la vinculación de la edad adulta frente al apego se puede comparar con la de la infancia con los siguientes criterios similares:

- El contacto físico: tanto en las relaciones de crianza como en las de pareja se observan interacciones íntimas únicas de este tipo de relación y diferentes al resto.
- Los criterios de selección: tanto los niños como los adultos se vinculan preferentemente a aquellos que responden a las necesidades propias y que son agradables, responsivos, competentes y familiares.
- La reacción ante la separación: La separación de la figura de apego crea ansiedad y estrés en los dos sujetos aunque los adultos pueden sobrellevar mejor las separaciones y normalmente la interferencia del sistema de apego en el sistema exploratorio es menor que en la infancia.
- Los efectos sobre la salud física y psicológica: la ruptura de la relación con la figura de apego hace al sujeto más vulnerable de enfermedad física y psicológica.

A pesar de estas similitudes existe una diferencia la cual refiere a que el vínculo entre dos adultos debe ser equilibrado (Lidz, 2013). Se puede destacar que una relación de apego adulto funcional se caracteriza por un cuidado recíproco y complementario, donde se puede dar el caso donde uno de los dos miembros desempeñe un rol en el cual proporcione cuidado hacia la otra parte en un determinado momento, por lo que una relación sana implica que la posición de cuidador vaya variando de un miembro a otro en función de las necesidades del momento (Maureira, 2011).

1.1.2 Estilos de apego adulto

El estilo de apego refleja una estrategia para organizar y regular las emociones y las cogniciones sobre uno mismo y los otros, estos ya están adquiridos de una forma más estable/completa desde la adolescencia a la adultez (Bowlby, 1998) .

Con base en lo anterior, Montejano y Núñez (2011) señalan que los vínculos formados de la infancia/adolescencia existirán tres tipos básicos de apego adulto: seguro, ansioso-ambivalente y evitativo.

1. Seguro: En este estilo se habla especialmente de individuos cuyos padres los han hecho sentir todo el tiempo queridos y aceptados dentro del núcleo familiar, mediante la demostración del cariño, la empatía y la disponibilidad. Individuos Cuyos cuidadores han sabido regular sus emociones mediante el afecto y el estar con ellos de manera incondicional. De esta forma, este estilo se define por las siguientes premisas:

- Mayor autonomía previa. Son personas con más capacidad para vivir sin establecer vínculos amorosos de pareja, aunque están predispuestos a ello. Tienen más capacidad para vivir solas de forma constructiva si no encuentran razones para formar pareja.
- Mejor selección de la pareja. Pueden seleccionar mejor la pareja porque suelen tener mejores habilidades sociales, estando menos apremiados por la necesidad.
- Mejor establecimiento del vínculo. Son más capaces de decidirse a formar pareja, vivir la intimidad y establecer compromisos. Tienen relaciones más seguras y confiadas.
- Ideas más favorables y realistas sobre el amor. Sus ideas sobre el amor son realistas, pero finalmente positivas. Consideran que es posible vivir en pareja, pero de forma satisfactoria
- Mayor facilidad para la intimidad y el compromiso. Les cuesta menos involucrarse en relaciones de intimidad y establecer compromisos.
- Mayor satisfacción con el vínculo. Normalmente tienen un grado de satisfacción mayor en las relaciones que los otros estilos de apego. Se sienten más seguros, disfrutan más de la relación y tienen menos temores referidos a ella.

Por último, la consecuencia en la adultez por este tipo de estilo son personas a las que vincularse con sus parejas les resulta sencillo y agradable, se permiten depender de su pareja emocionalmente, así como que ésta también lo haga con ellas. Saben disfrutar de las relaciones íntimas, sin preocuparse que pueda suceder después, ya sea de que su pareja los pueda dejar o que les pidan un compromiso mayor (Montejano & Núñez, 2011).

Por otro lado, Moreno (2010) afirma: “Las personas con estilos de apego seguro tienden a ser más cálidas, estables y con relaciones íntimas más satisfactorias; a nivel intrapersonal, tienden a ser más positivas” (p.153). Dichas personas se caracterizan por valorar las relaciones íntimas, por su capacidad para mantener relaciones sin perder autonomía personal y por la coherencia y buen juicio al hablar de las relaciones cercanas y los temas asociados (Marrone, 2001). Son más capaces de ofrecer cuidado y apoyar a sus parejas, amigos e hijos. Confían en sí mismo y en los demás sintiéndose cómodos en la intimidad (Martínez et al., 2014). , manteniendo un equilibrio entre las necesidades afectivas y la autonomía personal. Los individuos seguros desean establecer relaciones íntimas, pero manteniendo un equilibrio entre la cercanía y la autonomía. Es decir, se sienten cómodos con la cercanía, pero también valoran la autonomía y son más felices en relaciones que satisfacen estas dos necesidades.

2. Ansioso-ambivalente: A diferencia del estilo seguro, este estilo está representado por individuos que tratan siempre de mantenerse cerca de su figura de apego, que son muy dependientes de ella y que sienten mucha ansiedad cuando esta se separa de ellos e incluso antes de que lo hagan. Se trata de cuidadores que actuaban de manera incoherente con sus infantes, provocando generar dependencia hacia ellos, donde por lo regular, el cuidador generaba un ambiente de desinterés, dejando de lado la atención afectiva.

Los adultos que han crecido con este tipo de apego suelen ser personas bastante temerosas e inseguras en cuanto a sus relaciones amorosas, tienen un miedo constante a que puedan ser abandonadas y tratan de generar un vínculo muy estrecho con sus parejas para que esto no suceda. Todo esto provoca que en muchas ocasiones la pareja o los pretendientes que tengan se alejen de ellos. Este tipo de personas son sumamente dependientes (Matos, 2017). Como el estilo anterior, ésta presenta distintas premisas que lo definen:

- Dificultades con la autonomía. Las personas que tienen este estilo de apego se sienten inseguras e inestables en general. Soportan mal la soledad y tienen dificultades para construirse una vida sin pareja.
- Búsqueda y selección de pareja precipitada. Su estado de inseguridad y ansiedad les lleva a buscar relaciones de forma precipitada, salvo que tengan otros miedos inhibidores.
- Miedo a no ser amado o amada. Una vez establecida la relación tienen mucho miedo a ser abandonadas. Se sienten inseguras y necesitan que les confirmen continuamente que se las quiere.
- Miedo a la pérdida y celos más frecuentes. El miedo al abandono y la inseguridad favorecen los celos infundados. Tienden a sentir inseguridad ante separaciones breves, etc.
- Ideas contradictorias sobre el amor. Consideran que las relaciones amorosas son lo más importante de la vida, pero que pocas veces se consigue la relación adecuada. Es frecuente que piensen que ellas son muy capaces de entregarse y que nunca encuentran a la persona que se merecen.
- Inestabilidad e inseguridad emocional. El patrón emocional básico es de inseguridad e inestabilidad emocional manifestadas explícitamente.

3. Evitativo: En este estilo de apego se encuentran los individuos cuyos cuidadores se han comportado con ellos de manera distante e incluso fría, tardaban en satisfacer sus necesidades y entre ellos y el infante había poco contacto afectivo. Es decir, el infante era ignorado en muchas ocasiones y se le dejaba en segundo término, cumplir con sus necesidades no era algo importante para los cuidadores y esto se lo demostraban constantemente por medio de sus actos. Tampoco le expresaban cariño o afecto ya que seguramente tampoco lo recibieron de parte de sus padres. Estos infantes cuando son adultos se sienten incómodos e incluso molestos cuando su pareja comienza a buscar una mayor cercanía e intimidad. Les cuesta mucho confiar totalmente en su pareja, dejarse

llevar y depender emocionalmente de ella, así como también demostrarle afecto y cariño (Medina et al., 2016).

Guzmán y Contreras (2012) refieren que para los individuos con este tipo de apego, es fundamental mantener la distancia y evitar que los demás se acerquen demasiado debido a la tendencia que se encuentra motivada a limitar la intimidad provocada por una intensa necesidad de evitar el rechazo (temeroso) o al contrario, por su preocupación por la autonomía, aspecto que se ve también reflejado en el énfasis que ponen en el logro (alejado).

Variables:

- Alejado: Los individuos que se encuentran dentro del apego evitativo y tienden a relacionarse con un comportamiento alejado ven a los demás como incapaces de proporcionar cercanía emocional y tranquilidad, sintiéndose social y emocionalmente aislados (Casullo & Fernández, 2005). Por lo que es común que carezcan de empatía y pueden mostrar conductas antisociales y agresividad (Maureira , 2011), mostrándose mentirosos, insensibles e intimidadores en los casos más severos.
- En general, restan importancia a las relaciones íntimas, ponen énfasis en la independencia y en la autosuficiencia, tienen una emocionalidad restringida, y sus ideas sobre las relaciones que han tenido o desean tener son poco convincentes. De cara a los problemas interpersonales, mantiene la autoestima responsabilizando fundamentalmente a los otros de sus errores (Marrone, 2001). En las personas con un estilo que tiende a ser alejado, las relaciones de pareja suelen estar marcadas por el rechazo a la intimidad, la dificultad para depender de los demás, la falta de confianza, los cambios emocionales, y la dificultad para aceptar los defectos del compañero; suelen dudar de la existencia o la estabilidad del amor, se perciben autosuficientes y minimizan la importancia de las relaciones afectivas (Guzmán & Contreras, 2012).
- Temeroso: Las personas que se orientan por una variable temerosa, se han relacionado con rasgos emocionales como desprecio, desagrado y tristeza, con

dificultades para identificar la alegría y con falta de conocimiento sobre las propias emociones y sentimientos. Más concretamente, suelen mostrarse inseguras sobre sus sentimientos hacia las figuras de apego, y no son conscientes de su propia hostilidad (Guzmán & Contreras, 2012). Es común que estos individuos eviten las relaciones íntimas por desconfianza y miedo al maltrato; su sentido de inseguridad personal es prominente (Marrone 2001).

Las premisas que sigue este estilo son las siguientes:

- Pobre autonomía emocional. Tienen una aparente capacidad de estar solas, pero se trata de una falsa autonomía defensiva. Se hacen pasar por personas duras e insensible.
- Miedo a la intimidad. La intimidad emocional, la expresión de las emociones, la comunicación de asuntos muy personales, la intimidad corporal a veces, etc., les crea incomodidad y malestar. Prefieren relaciones más formales y distantes, incluso en la pareja.
- Dificultad para establecer relaciones. Les cuesta mucho tomar la decisión de formar una pareja, porque pueden percibirlo como una amenaza a su propia intimidad.
- Dificultades para las manifestaciones afectivas. Les cuesta manifestar sus sentimientos y afectos y les crea malestar el que lo haga su pareja.
- Inseguridad camuflada. Es un patrón de inseguridad básica ocultada a través de diferentes defensas. El miedo a la intimidad tiene precisamente el mismo origen: temen afrontar sus problemas (Matos, 2017).

Considerando el estudio realizado por Medina et al. (2016) el cual consistió en evaluar la correlación entre los estilos de apego y diferentes componentes de las relaciones de pareja en una población adulta joven, es como encontramos antecedentes de la importancia que tienen los distintos estilos de apego frente a las relaciones de pareja. En dicho estudio se obtuvo una muestra de 119 adultos jóvenes universitarios de ambos sexos, de los cuales 69 fueron mujeres y 50 hombres, y cuyas edades estaban comprendidas entre los 18 y los 26 años (Media = 20.03; desviación típica = 1.95).

Los participantes respondieron al cuestionario Experience in Close Relationships (32 ítems) y al Perceived Relationship Quality Components (18 ítems); en el cual se encontró un patrón de correlacional distinto para los tipos de apego, teniéndose que el Apego Ansioso no correlacionó con la mayoría de los componentes de calidad percibida, mientras que para el apego evitativo las correlaciones fueron negativas y altas con las escalas de Satisfacción, Compromiso, Intimidad, Amor y Calidad General. Adicionalmente, los hombres tuvieron medias significativamente más altas de Apego Evitativo.

En primer lugar, los resultados reflejan que el Apego Evitativo correlaciona en igual medida para hombres y mujeres con los componentes de la relación de pareja. No obstante, el Apego Ansioso se encuentra ligeramente relacionado con algunos componentes de la relación en el grupo femenino, pero no en el masculino; En segundo lugar, los hombres muestran puntuaciones más altas que las mujeres en el Apego Evitativo, lo que refleja en ellos una mayor tendencia hacia los comportamientos indicativos de este tipo de apego

Lo anterior llevó a concluir que a pesar de que la forma de experimentar la satisfacción con la relación no varía dependiendo de si se es hombre o mujer, se encontraron ciertas diferencias de género entorno a la correlación entre el apego y los componentes de la relación (Medina et al.,2016).

En resumen, los estilos de apego propuestos por Bowlby (1998), tienen la importancia de ser patrones que se desarrollan a lo largo de la vida, especialmente en relaciones significativas, como lo es el caso de las relaciones de pareja, implicando para los sujetos, actualizaciones y modificaciones constantes en sus estilos de apego. Por lo tanto, estos patrones no serían rasgos estáticos para el ser humano, sino que serían un modo organizado de relacionarse con el otro y que se expresaría en una predominancia de alguno estilo de apego en particular, pudiendo una persona pasar de uno a otro estilo en el curso de su vida (Bobé, 1994).

1.1.3 Estabilidad de las relaciones de pareja

La pareja puede ser definida como la unión entre dos personas las cuales forman un vínculo amoroso. En otras palabras, es un proceso por el cual dos personas desarrollan una asociación íntima más allá de la amistad. Cabe destacar que la pareja hace referencia al vínculo amoroso y no al estatus jurídico de la relación: hay parejas circunstanciales, otras que mantienen un noviazgo, algunas llegan al matrimonio, etc.

Con base en lo anterior, la estabilidad en la pareja se asocia a distintos factores, por ejemplo, para Oliveira (1998), la estabilidad en la relación depende de aquellas conductas que se designen para continuar la relación, y de esta manera prevenir su declive o para repararla y restablecerla. De esta manera, se define que existen al menos cinco formas de definir la estabilidad dentro de una relación (García, 2007).

- La primera definición hace referencia a que el mantenimiento implica la estabilidad y cuidado de la relación, es decir, el mantenimiento se refiere a las conductas que ayudan a que una relación se mantenga a través del tiempo (Montejano & Núñez, 2011).
- La segunda definición envuelve el deseo de las características que debe tener una relación. Esta definición implica que no es suficiente tener una relación estable sino que implica mantener una alta calidad en la relación, por ejemplo el hecho de que la relación está caracterizada por la satisfacción, el compromiso, la confianza, el amor y el apoyo (García & Romero, 2012).
- La tercera definición implica no sólo las conductas sino cómo las personas reparan la relación cuando se presenta algún daño. Esta visualización implica que no se dan conductas de mantenimiento en la relación hasta que son necesarias las reparaciones (Melero, 2008).
- Finalmente, se da una perspectiva dialéctica, la cual se basa en el diálogo para descubrir la verdad mediante la exposición y confrontación de razonamientos y argumentaciones contrarios entre sí. Por lo que las conductas de mantenimiento son vistas como una adaptación al cambio esencial a cada relación (Pozos, Rivera, Reyes & López, 2013).

Tomando en cuenta los factores definidos por Oliveira (1998) para mantener una la estabilidad en la relación de pareja, es como en un estudio realizado por García y Romero,

(2012) se aplicaron dos escalas que median el mantenimiento en la relación de pareja, en una amplia población dentro de la república Mexicana tomando en cuenta la interacción entre la pareja y obteniendo altos índices de confiabilidad, donde el primer instrumento de mantenimiento en la interacción está compuesto por los factores de Convivencia, Similitud y Complementariedad, mientras que el segundo instrumento contempla las dimensiones de Valores, Estatus, Atractivo y Trabajador. Dichas escalas concluyen que las conductas de mantenimiento dentro de la relación son un fuerte indicador de que una pareja permanecerá unida (Pozos et al., 2013).

Por otro lado, Kelley (1983; en Levinger, 1996) establece que para ayudar a que una relación mantenga la estabilidad, se necesita:

1) Mejorar el equilibrio de reforzamiento-valor; 2) evaluación del vínculo afectivo de la pareja; 3) aumentar los beneficios de estar en la relación; 4) incrementar la comunicación de la relación, en cuanto a que son interdependientes, y desarrollar su sentido de ser una pareja; 5) vincular la pertenencia a la relación con el autoconcepto de cada miembro de la relación; 6) ampliar la perspectiva de tiempo de interacción de la pareja; 7) reducir la posibilidad y atracción de relaciones alternativas.

Agregando a las variables descritas por Levinger (1996) es como Markman y Stanley (1992) presentan factores que ayudan a la estabilidad en la relación, éstas son:

- Tiempo de la relación: la consideración que tiene una persona para que la relación continúe a lo largo del tiempo.
- Lugar de la relación: nivel prioridad que ésta tiene dentro de la jerarquía de actividades del individuo.
- Identidad de pareja: el grado en que el individuo piensa en la relación como equipo.
- Satisfacción con el sacrificio: grado en el que las personas sienten satisfacción al hacer cosas que son mayor o únicamente para el beneficio de su pareja.
- Meta compromiso: nivel de compromiso que se tiene con la pareja.

1.1.4 El apego y relaciones de pareja

De acuerdo con los temas anteriores, el apego adulto hace referencia al vínculo emocional que forma una persona con un otro dentro de un contexto sentimental. Así, los miembros de una pareja desarrollarían un vínculo afectivo, el cual les servirá para establecerse como figuras de apego el uno del otro, con dinámicas similares al apego desarrollado en el periodo de infancia (Bowlby, 1998).

Tomando en cuenta el estudio realizado por Matos (2017) este buscó determinar los niveles y predominancia de los estilos de apego en la relación de pareja; así como los niveles del bienestar psicológico por lo que la población objeto de estudio fueron los estudiantes universitarios que se hallan cursando las diferentes carreras profesionales de la Universidad Ricardo Palma; dicha muestra estuvo conformada por 1179 alumnos, obteniendo los siguientes porcentajes en referencia al estilo de apego que tenían:

- Apego temeroso evitativo: nivel alto 46.23%; un nivel bajo 41.14%; nivel medio 12.64%.
- Apego ansioso: nivel bajo 40.37%; nivel alto; 32.06%; nivel medio 27.57%.
- Apego seguro: nivel bajo 41.82%; nivel alto 35.20%; nivel medio 22.99%

De acuerdo con los porcentajes anteriores, se muestra al apego temeroso evitativo con mayor predominio, y el nivel bajo en el estilo de apego seguro. Así, se hipotetiza la existencia de variaciones en los niveles de los estilos de apego. Dependiendo del estilo de apego que se manifieste en la relación de pareja, es como se asociará a aspectos como la estabilidad de la relación, la capacidad de resolución de problemas de la pareja y la satisfacción y calidad percibida de la relación (Matos, 2017).

Conforme a lo anterior, Guzmán y Contreras (2012) presentan un modelo donde se hipotetizan cuatro fases invariables por las que pasa una pareja a lo largo su relación y su asociación con el apego. No es un proceso igual para todas las parejas, en función de las diferencias individuales varía la forma en que las fases se desarrollan. Nos sirve también para ver cómo se forma el vínculo afectivo con la pareja.

- **Pre-apego: atracción y cortejo.** Esta primera fase, corresponde al momento en el que comienza la atracción entre dos personas. En ella se observan una serie de conductas cotidianas que sirven para iniciar una interacción con aquellas personas por las que se siente cierta atracción. De ésta forma, es cuando en esta fase, existe un gran entusiasmo y respeto por el otro y cualquier comentario o información trivial, son atendidos con gran interés. No obstante, si la interacción se inicia con la expectativa de un posible compromiso, señales relativas a los componentes de cuidados y apego como son la calidez, el cariño y la responsabilidad va cobrando cierta relevancia teniendo incluso cierto impacto en el componente sexual (Guzmán et al., 2012).
- **Formación del apego:** En esta etapa el nivel de relación se prolonga más allá de la simple interacción: estados como la alegría o la simple reacción cognitiva que hace alusión a los pensamientos positivos y a la ilusión que pueda aportar la relación, son algunas consecuencias de este tipo de activación (Melero, 2008). Con base en las conductas señaladas, estas son exclusivas de las relaciones de pareja, de forma que van a fomentar la formación del vínculo de apego, por tal razón las parejas empiezan a ser fuente de apoyo emocional mutuo, con lo que la relación toma un nuevo elemento del sistema de apego: el refugio emocional (Ripoll-Núñez, 2011).
- **Apego definido: amor.** En esta tercera fase, la idealización inicial es reemplazada por una visión más realista del compañero. En el desarrollo de la relación, crece la familiaridad de los miembros, declina la frecuencia de la actividad sexual, mientras que aumenta la importancia de los aspectos emocionales y del cuidado relativo a la satisfacción sexual. Así, la formación del apego en esta fase se interpreta como un condicionamiento donde el individuo se encuentra motivado hacia el estímulo consecuente de su pareja (Florez et al., 2010). Cabe señalar que si la ruptura ocurre durante esta fase, existe la posibilidad de que el individuo viva con una elevada ansiedad, de forma que el estrés de separación es un criterio razonable y plausible de la formación del apego en la adultez (Guzmán et al., 2012).

- Corrección de metas: fase post-romance. En esta última fase, hay un descenso notable en la frecuencia y duración de las miradas múltiples y en el contacto físico tanto íntimo como de cuidados (Melero, 2008). En este momento, aparece una reorientación de la atención y la búsqueda de estimulación hacia fuentes distintas de la relación, dándose conversaciones más variadas. Así, a pesar de que la fuerte conexión emocional no es tan aparente como en fases anteriores. Así, a pesar de que en circunstancias normales el sistema de apego no está activado, en esta fase la pareja es considerada como base de seguridad (Guzmán et al., 2012).

1.1.4 Interacción en la pareja y apego

Con base en lo anterior, para considerar cómo es una relación en pareja y su estabilidad, hay que tener en cuenta que pesar de las similitudes entre el apego en la infancia y la edad adulta, hay una diferencia importante: El vínculo entre dos adultos debe ser simétrico. Cada persona ejerce de figura de apego para la otra de la misma manera que recibe los cuidados de la otra (Medina et al. ,2016). Así, un aspecto interesante de las dinámicas de interacción entre los estilos de apego en las relaciones íntimas es el análisis de las combinaciones de emparejamientos en función del apego de cada uno de los miembros de la relación.

Un aspecto interesante de las dinámicas de interacción entre los estilos de apego en las relaciones íntimas es el análisis de las combinaciones de emparejamientos en función del apego de cada uno de los miembros de la relación. Las investigaciones revelan que aquellas personas que desean formar una relación duradera valoran como los aspectos más atractivos en parejas potenciales, las características típicamente asociadas a las personas seguras, como son la atención, calidez, sensibilidad y el cuidado responsivo (Medina et al.,2016).

Por otro lado, Maureira (2011) destaca que la interacción de la pareja de destaca por cuatro componentes los cuales describe como funcionales para la relación:

Compromiso: este componente va dirigido al interés y responsabilidad que se siente por una pareja y por la decisión de mantener dichos intereses con el transcurso del tiempo.

Intimidad: hace referencia al apoyo afectivo, relacionado a la capacidad de comunicación y las técnicas que usan para el mismo.

Romance: inclinado hacia la atracción y el interés que se genera hacia cierta persona, llamado “pasión romántica” (Yela, 1997, p. 3).

Amor: el amor es entendido como la necesidad fisiológica de una pareja exclusiva para la cópula, la reproducción y la crianza y cuya satisfacción genera placer (Maureira, 2011, p.325).

Con base en lo anterior, se entiende que las relaciones de pareja se basan en cuatro componentes. Gracias a estos componentes se pueden determinar tres fases en la pareja: a) una primera fase conocida como enamoramiento; b) una segunda etapa denominada amor pasional (Yela, 1997); y c) una tercera etapa de amor compañero (Maureira, 2011).

Como lo menciona un estudio realizado por Melero (2008) en el cual investiga la influencia del estilo de apego, las actitudes amorosas y las dinámicas de interacción, sobre la calidad y la satisfacción de la relación de pareja. El número de participantes fue de 166 personas, 79 hombres (47.6%) y 87 mujeres (52.4%) con una edad promedio de 29.43 años (SD=8.7), 18 de mínimo y 57 de máximo. El 50% son personas con edades comprendidas entre los 17 y los 27 años, el 30% se encuentra entre los 28 y 35 años y el 20% restante son sujetos mayores de 36 años. Del total de los participantes, 65 son parejas heterosexuales (n=130); de los 36 participantes restantes que conforman el total de la muestra, no se obtuvo la evaluación de la pareja.

La investigación proporcionó datos acerca de los estilos de apego, habilidades de regulación emocional y bienestar psicológico en cuanto a las relaciones de pareja en adultos jóvenes de la ciudad de Mar del Plata.

Respecto de las tendencias halladas en la muestra los adultos jóvenes de la ciudad de Mar del Plata informan poseer, en su mayoría, características de apego seguro, adecuadas habilidades de regulación emocional y niveles saludables de bienestar psicológico. Es decir,

que los entrevistados afirman ser personas que pueden involucrarse en relaciones de altos niveles de intimidad y confianza, sin temor al rechazo ni a la cercanía afectiva.

En esta línea, tienen ajustadas estrategias de regulación emocional: pueden registrar sus emociones y responder adecuadamente a las situaciones emocionales sin llegar a un grado excesivo que active un funcionamiento rumiativo. También presentan niveles óptimos de comprensión de las dinámicas emocionales, expresividad emocional y recursos para maximizar los estados afectivos positivos y minimizar los negativos. Asimismo, los sujetos han informado estar satisfechos consigo mismos y reconocer sus necesidades y limitaciones, tener relaciones personales de confianza, tener un proyecto vital y sentir que pueden desarrollarlo, teniendo capacidad de accionar sobre el medio sin sentir excesivas presiones de su medio social (Melero, 2008).

Con base en lo anterior, este estudio apunta que las personas forman relaciones con parejas mixtas formadas por un compañero inseguro y otro alejado, y que éstas, son más probables que aquellas formadas por dos estilos inseguros iguales (Melero, 2008). Dado que una pareja con una inseguridad afectiva similar violaría las expectativas mantenidas por el individuo (Matos, 2017). También se han encontrado que las personas con un apego seguro tienden a formar relaciones con otras personas seguras afectivamente (Ripoll-Núñez, 2011), mostrando un mayor ajuste marital que los grupos inseguros. No obstante, es importante destacar que no existen resultados concluyentes al respecto en parte debido a que los estudios se han realizado, en su mayoría, con la clasificación original de tres estilos afectivos.

En ese contexto el estar con una pareja que es ambivalente respecto al compromiso y a la involucración emocional, con una excesiva demanda a momentos, pero, al mismo tiempo, con temor a mostrarse en sus aspectos más íntimos y vulnerables podría hacer que la relación sea vivida como menos gratificante, según hipótesis de investigadores (Guzmán et al., 2012; Marrone, 2001; Maureira, 2011). Visto esto, la estabilidad de una pareja puede ser teorizada dependiendo de la interacción de los distintos tipos de apego que tenga cada individuo y su manera de afrontarlos.

2. Planteamiento del problema

2.1 Justificación social

La teoría del apego postula la existencia de una predisposición innata para la formación de vínculos afectivos, asumiendo que esta necesidad de formar vínculos emocionales, y más aún, de conseguir un sentimiento de seguridad mediante una relación afectiva de apego, son necesidades inherentes a la condición humana. La idea de que las personas nacen predispuestas hacia la generación de relaciones de apego implica considerar los afectos como una parte integral y necesaria para el desarrollo humano (Matos, 2017).

Con base en lo anterior, entendemos que las relaciones de pareja se pueden definir como un tipo particular de vínculo de apego, cuya naturaleza se apoya en patrones de relación adquiridos en el desarrollo individual. Este tipo de relaciones han sido estudiadas desde el marco de la Teoría del Apego, explorando tanto el desarrollo de condiciones psicopatológicas, como la formación de patrones de relación adaptativos (Ripoll-Núñez, 2011). Por lo que podemos destacar que las primeras experiencias emocionales de naturaleza relacional funcionarán como prototipos para las relaciones íntimas durante todo el proceso posterior de desarrollo de los individuos, de ahí la importancia de evaluar la influencia del apego en la evolución de las distintas configuraciones vinculares, en este caso, en las relaciones amorosas.

Otro punto de relevancia es la perspectiva en la que se analiza, ya que, por medio de la teoría de apego se explica que la disposición innata a buscar protección ante el peligro o la amenaza, es regulada en cada momento por los Modelos Internos de Funcionamiento derivados de experiencias de apego concretas (Melero, 2008). Si bien las investigaciones sobre apego se originaron en el estudio de las primeras experiencias infantiles y en las distintas maneras en las que el niño internaliza modelos de relación a partir de cómo son vividas sus figuras de cuidado y protección, es importante considerar la naturaleza y el tipo de apego como una medida sensible para comprender las relaciones interpersonales en general y las relaciones de pareja en particular.

Tomando en cuenta la estabilidad de la pareja, esta es una variable que consigue generalizar la relación, pues indica si en la misma existe conformidad (satisfacción) o inconformidad es importante resaltar que la estabilidad de la pareja no es lo mismo que la felicidad de la misma. Así, la estabilidad funciona de manera que predice la satisfacción que existe en una relación de pareja. Por otro lado, los estilos de apego ayudarán a predecir qué tipo de apego entre la pareja es el que marca mayor estabilidad en la relación.

En definitiva, el trabajo de este estudio apoya la relevancia y pertinencia de incorporar una perspectiva relacional en la comprensión de las relaciones en pareja, pues estas no solo tendrían que ver con las características propias, sino también con las de la pareja y de lo que emerge en ese espacio vincular.

Desde una perspectiva clínica, analizar la influencia que tiene el apego en una relación amorosa, invitan a pensar en un abordaje terapéutico que, incorporando la teoría del apego, permita responder a la problemática actual en referencia a los conflictos en relaciones amorosas, de forma que la investigación que se presenta tiene por objetivo buscar en las relaciones de pareja con el fin de incrementar el conocimiento sobre la influencia del estilo de apego en una población de jóvenes adultos (19 a 40 años) la cual actualmente presenta distintas disfunciones como: falta de compromiso, inseguridad, insatisfacción, celos, violencia, etc; donde, de igual forma, conforme a los estilos de apego, se relacione la influencia de los distintos estilos, con el derivado de una relación estable o inestable de ésta población (Matos, 2017).

2.2. Pregunta de investigación

¿Cuál es la relación entre el apego y la estabilidad percibida en la relación de pareja?

2.3 Hipótesis.

H1.1 La estabilidad en una relación de pareja varía en función del estilo de apegos de las personas.

H1.2 Existe un efecto de interacción del estilo de apego propio y el de la pareja en relación a la estabilidad de la relación de pareja.

2.4 Objetivo general de la investigación.

Conocer la relación del estilo de apego con la estabilidad de la relación de pareja.

2.5 Objetivos específicos de la investigación.

- Describir las características del tipo de apego en jóvenes adultos de la muestra.
- Conocer la estabilidad percibida de la relación en base a los estilos de apego.

3. Método

3.1.1 Población

La muestra estuvo conformada por 71 individuos que se encontraron en relaciones de pareja. La edad de los individuos (hombres y mujeres) requerida fue entre 19 y 40 años. Para realizar el estudio se utilizó una población aleatoria, esto con el fin de no tener control sobre la variable y aumentar la validez del estudio, así será un muestreo intencional (Briones, 2002).

3.1.2 Procedimiento de selección de la muestra

Para la selección de la muestra se contactó por redes sociales a estudiantes de universidades que se encuentren en una relación y parejas conocidas. Los participantes recibieron dos formatos, uno de preguntas y un formato de consentimiento informado, en el cual se explicaba el propósito del estudio y los procedimientos que se seguirán para preservar el anonimato y confidencialidad de la información recogida.

3.1.3 Participantes

Se evaluó una muestra intencionada (Hernández, Fernández, y Baptista, 2010), compuesta por 71 participantes, provenientes del Estado de México y alrededores.

A. Criterios de inclusión

- Entrar en el rango de edad (19-40 años) durante la aplicación de los instrumentos.
- Estar en una relación de pareja o matrimonio.
- Tener mínimo un año de duración en la relación.
- Participación voluntaria en el estudio.

B. Criterios de exclusión

- Individuos que estén en proceso de separación o divorcio
- Personas que tengan relaciones de pareja a distancia (sin contacto físico).

3.1.4 Variables

De acuerdo con los objetivos propuestos, se considera pertinente el estudio de las siguientes variables:

1. Datos sociodemográficos. Incluyen la edad, el sexo, la duración de la relación de pareja y el tiempo de convivencia.
2. Estilo de apego adulto (Guzmán et al., 2012).

Definición conceptual: Estilo de relación afectiva la cual influye en la manera en la que el individuo se comporta, lo cual repercute en su forma de relacionarse, en las relaciones que obtenga de los demás y su forma de interpretar el ambiente, según el tipo de apego (seguro, ansioso ambivalente, evitativo) el impacto emocional es distinto (Guzmán & Contreras, 2012).

Definición operacional: Este abarca el estilo de apego obtenido con la Cuestionario de Apego Adulto, el cual evalúa tres dimensiones del apego: dependencia, cercanía y ansiedad (Collins & Read, 1990).

3. Estabilidad en la relación de pareja (Matos, 2017).

Definición conceptual: Grado en el que dos individuos están dispuestos a acoplarse a la relación de pareja y hacerse cargo de esa relación hasta el final. Dicho compromiso proporciona estabilidad en la pareja (García, 2007).

Definición operacional: Integra los componentes que se consideran en el rango de análisis del Perceived Relationship Quality Components; El cual explora la forma en que los individuos perciben la calidad de las relaciones de pareja y está compuesto por las sub-escalas de Satisfacción, Compromiso, Intimidad, Confianza, Pasión y Amor, y por una escala global que mide la Calidad General de la relación (Fletcher, Simpson & Thomas, 2000).

Elemento de estudio: Apego

Definición conceptual: Según menciona Ripoll-Núñez (2011) el apego es un vínculo que se da entre el niño y su cuidador, en el cual ambos van contribuyendo a enriquecer la calidad de esta relación (Ripoll-Núñez, 2011).

Para Medina et al. (2016), el apego es como un vínculo afectivo que desarrolla el niño con los padres o cuidadores que brinda seguridad emocional, confianza y protección. Es un vínculo que se experimenta por ambas partes

De acuerdo a Florez et al. (2010) el apego es un lazo de larga duración, emocionalmente significativo para un individuo en particular. El objeto del apego suele ser alguien que responde a los sentimientos del niño, creando un lazo que puede ser muy fuerte y emocionalmente cargado en ambas direcciones (Florez et al., 2010).

Definición operacional: Para fines de estudio los resultados se obtendrán por medio de un cuestionario de evaluación de apego adulto, adaptado por Collins & Read (1990) que está formado por los siguientes indicadores: dependencia, cercanía y ansiedad. Según el informe del cuestionario para la evaluación del apego, la medida para clasificar cada escala en un estilo de apego, está dado por los punteos que se encuentran en la media alta de cada escala, donde los puntajes altos en dependencia indican que los individuos se sienten cómodos confiando en otros y dependiendo de ellos cuando lo necesitan. En cercanía, los puntajes altos revelan que los individuos se sienten cómodos con la intimidad y cercanía emocional con otros. Finalmente, puntajes altos en ansiedad señalan miedo de no ser amado o ser abandonado por los demás (Yáñez et al., 2001)

3.1.5 Tipo de investigación

Investigación de tipo Correlacional: Con el fin de estudiar las relaciones entre las variables; Estabilidad de la relación y Estilo de apego, estudiando la correlación entre estas dos variables (Guzmán & Contreras, 2012).

3.1.6 Diseño de investigación

Se realizó un estudio de tipo transversal, con un diseño correlacional no experimental, basado en mediciones de auto-reporte, en el que se consideraron las variables; estabilidad percibida en la pareja y estilo de apego propio y el de la pareja (Casullo & Fernández, 2005).

3.1.7 Instrumentos

Escala de apego adulto (Collins & Read, 1990) Es un cuestionario de 18 preguntas que evalúa tres dimensiones del apego: dependencia, cercanía y ansiedad. Las preguntas se responden en una escala tipo Likert de 5 puntos (1 = "En nada parecido a mí", 5 = "Muy parecido a mí"). Los puntajes altos en dependencia indican que los individuos se sienten cómodos confiando en otros y dependiendo de ellos cuando lo necesitan ("Me siento cómodo cuando confío en otras personas"). En cercanía, los puntajes altos revelan que los individuos se sienten cómodos con la intimidad y cercanía emocional con otros ("Se me hace fácil establecer relaciones cercanas con otras personas"). Finalmente, puntajes altos en ansiedad señalan miedo de no ser amado o ser abandonado por los demás ("A veces me preocupa que mi pareja no quiera permanecer a mi lado") (Collins & Read, 1990) . En

cuanto a la consistencia interna de la adaptación del instrumento, los resultados de una correlación compuesta se incrementan de manera significativa, siendo similares a los obtenidos en la muestra original del instrumento utilizando el Alpha de Cronbach. En el análisis de las correlaciones interjueces utilizando los prototipos agrupados en las tres categorías principales de apego se observan para la categoría Seguro un $R = 0,88$, para la categoría Preocupado/ambivalente un $R=0,92$ y para Evitativo/rechazante un $R=0,95$, siendo todas correlaciones significativas (Collins & Read, 1990) . (Ver apéndice B)

Componentes de calidad de relación percibida (Fletcher et al., 2000). El PRQC explora la forma en que los individuos perciben la calidad de las relaciones de pareja y está compuesto por las sub-escalas de Satisfacción, Compromiso, Intimidad, Confianza, Pasión y Amor, y por una escala global que mide la Calidad General de la relación. El PRQC cuenta con un total de 18 ítems, los cuales están distribuidos equitativamente en las 6 sub-escalas (3 por cada sub-escala).

Los autores del instrumento reportan niveles de consistencia interna entre adecuados y excelentes para las diferentes escalas (alfa de Cronbach desde 0.78 para Confianza hasta 0.96 para Compromiso). Cada ítem fue evaluado a partir de una escala de respuesta tipo Likert de 5 puntos, donde las opciones eran “nada” (1), “poco” (2), “más o menos” (3), “mucho” (4) y “completamente” (5). Este instrumento sirvió para definir la estabilidad percibida en las relaciones de pareja de nuestra población a través de la puntuación obtenida en la escala donde a menor puntuación se proyectará inestabilidad en la relación y mayor a una relación estable de pareja (Fletcher et al., 2000). Ver apéndice C

3.1.8 Procedimiento

Se realizaron invitaciones por medio de redes sociales para que los participantes llenarán los instrumentos a través de formularios en línea, dicho formulario contenía el consentimiento informado, los requerimientos para la muestra y los instrumentos.

Fase 1. Se aplicó la adaptación del "consentimiento informado" (ver apéndice A), para obtener permiso de aplicar las pruebas. Después de aceptar el consentimiento informado, los individuos pudieron aplicar el cuestionario de apego adulto (Collins & Read, 1990).

Fase 2. Al finalizar el llenado del Cuestionario de apego adulto (Collins & Read, 1990) se procedió a contestar la escala PRQC (Fletcher et al., 2000). Una vez finalizados los cuestionarios se recaudaron todas las respuestas para su consecutivo análisis.

4. Resultados

Se realizó el análisis de los datos en el programa SPSS versión 25, recabados mediante la escala de apego adulto (Collins & Read, 1990) y la escala PRQC (Fletcher et al., 2000). Es importante mencionar que el objetivo del presente trabajo fue realizar una correlación del estilo de apego con la estabilidad de la relación de pareja, lo que de acuerdo a la hipótesis planteada, esta variará en función del estilo de apego de las persona. Las características de tales participantes fueron las variables tomadas en cuenta:

La muestra estuvo conformada por 71 participantes, donde 90.1% estuvo conformada por individuos del sexo femenino y 9.9% por masculinos. Para la edad los límites establecidos abarcaron entre 19 y 40 años, y el tiempo de relación fue mínimo 1 año y máximo 24 con una media de 8.33.

Para el análisis de datos se procedió a calificar el primer cuestionario, esto con el fin de identificar el tipo de apego que resultó de las respuestas de los individuos, y de esa forma poderlo correlacionar con el segundo instrumento. De acuerdo con la puntuación obtenida en el instrumento, se calificó la puntuación más aproximada a la subescala de cada participante las cuales comprenden; 1. Seguro; 2. Dependiente; y 3. Ansioso. Con esto se definió el estilo de apego percibido como marca la escala. De esta forma se pudo dividir la muestra en tres grupos considerando las subescalas consecuentes:

Tabla 1

Resultados Apego

Porcentaje	
Seguro	59,2
Dependiente	31,0
Ansioso	9,9
Total	100,0

Al observar la tabla 1 se aprecia la frecuencia y porcentaje del resultado de la interpretación del instrumento, donde 59.2% de los participantes destacaron por percibir un estilo de apego seguro, siguiendo el estilo de apego dependiente (inseguro) el cual destaco 31% de los participantes y por último, el grupo menor identificado por un estilo de apego ansioso está conformado por 9.9% de los participantes.

2. Resultados de escala Componentes de calidad de relación percibida

Teniendo definido el estilo de apego de los participantes por la escala de apego adulto se procede a la interpretación del segundo instrumento, en este se consideraron las 6 sub-escalas (satisfacción, compromiso, intimidad, confianza, pasión y amor) para identificar diferencias.

Tabla 2

Sub Escala	Nivel	Porcentaje
Satisfacción	Alta	53,5
	Media	19,7
	Baja	26,8
Compromiso	Alta	33,8
	Media	43,7
	Baja	22,5
Intimidad	Alta	45,1
	Media	28,2
	Baja	26,8
Confianza	Alta	49,3
	Media	25,4
	Baja	25,4
Pasión	Alta	46,5
	Media	32,4
	Baja	21,1
Amor	Alta	49,3
	Media	18,3
	Baja	32,4

La tabla 2 muestra los porcentajes de los participantes en cada subescala, siendo calificada por tres grupos de nivel según hayan percibido su relación: Alta, Media y Baja.

Finalmente en la tabla 3 se presentan las asociaciones entre estilos de apego y las sub escalas de calidad de relación percibida:

Tabla 3

Sub Escala	Apego	Alta	Media	Baja
Satisfacción	Seguro	76,2%	14,3%	9,5%
	Dependiente	27,3%	27,3%	45,5%
	Evitativo	0,0%	28,6%	71,4%
Compromiso	Seguro	54,8%	28,6%	16,7%
	Dependiente	4,5%	68,2%	27,3%
	Evitativo	0,0%	57,1%	42,9%
Intimidad	Seguro	64,3%	21,4%	14,3%
	Dependiente	22,7%	36,4%	40,9%
	Evitativo	0,0%	42,9%	57,1%
Confianza	Seguro	64,3%	19,0%	16,7%
	Dependiente	27,3%	27,3%	45,5%
	Evitativo	28,6%	57,1%	14,3%
Pasión	Seguro	66,7%	23,8%	9,5%
	Dependiente	22,7%	50,0%	27,3%
	Evitativo	0,0%	28,6%	71,4%
Amor	Seguro	64,3%	19,0%	16,7%
	Dependiente	31,8%	22,7%	45,5%
	Evitativo	14,3%	0,0%	85,7%

Relacionando la variable apego con las distintas sub escalas nos podemos percatar de que existen ciertas diferencias notables. En esta primer variable (Satisfacción) el apego seguro es de mayor proporción para el rango “alto”, para el apego dependiente el recuento más alto se encuentra en el rango “bajo” con 45.5%, de igual forma para el apego ansioso el recuento más alto se encuentra en el rango “bajo” con 71.4%.

Para la variable de compromiso, la fila de apego seguro encontramos el mayor puntaje en el rango “alto”. Para la fila de dependiente se aprecia el mayor puntaje en el rango “medio”.

Respecto a la variable de intimidad donde en la fila de apego seguro encontramos el mayor puntaje en el rango “alto” con 64,3%. Continuando con la fila de Dependiente el rango más alto se encuentra en “baja” con 40,9%. Por último en la fila de ansioso el mayor puntaje se encuentra el en rango “bajo” con 57,1%.

Para la variable de confianza donde en la fila de apego seguro encontramos el mayor puntaje en el rango “alto”. En la fila de apego Dependiente encontramos el mayor puntaje en “medio”. Por último, la fila de apego ansioso se encuentra en mayor puntaje en el rango “medio”.

Dentro de la variable pasión en la fila de apego seguro encontramos el mayor puntaje en el rango “alto” con 66,7%.²⁸ Para el apego dependiente el mayor puntaje se encuentra en el rango de “medio” con 50,0%. Para el apego ansioso el mayor puntaje se encuentra en el rango “baja” con 71,4%.

Analizando la variable de amor, la fila de apego seguro encontramos el mayor puntaje en el rango “alto”. Para el apego dependiente el mayor puntaje se encuentra en el rango “baja”. Para el apego Ansioso el mayor puntaje se encuentra en el rango “baja”.

5. Discusión

El objetivo principal del presente estudio estuvo orientado a explorar la relación entre los estilos de apego y la estabilidad percibida en la relacionen adultos jóvenes emergentes de distintos estados de la república Mexicana. De manera general, los resultados demostraron que en la muestra la dimensión de Evitación (ansioso) y dependiente (inseguro) se relacionan de manera inversa con todos los componentes de calidad de relación; mientras que en la dimensión de seguro mantuvo una relación significativa con la calidad percibida de la relación y sus dimensiones. Otro punto que se puede destacar son los resultados obtenidos en el presente estudio. En primer lugar, se analizaron los hallazgos descriptivos de apego seguro y calidad percibida de la relación. En segundo lugar, se discutirán los resultados respecto a las dimensiones del apego ansioso e inseguro. Por último, se señalan las limitaciones, recomendaciones para futuras investigaciones y los aportes del presente estudio.

Respecto al apego seguro, los participantes mostraron mayores puntajes de calidad de relación percibida como “alta” por lo que indicaría que, a nivel descriptivo, en este grupo predomina mayor facilidad para la intimidad y el compromiso y les cuesta menos

involucrarse en relaciones de intimidad y establecer compromisos. Tomando en cuenta la muestra de apego inseguro, presentaron mayores puntajes de ansiedad que de evitación, lo que indicaría que, a nivel descriptivo, en este grupo predomina el miedo por el abandono, la separación o el amor insuficiente (Medina et al., 2016). Por otro lado, al identificar los patrones de apego inseguro de estos participantes se encontró que es el estilo temeroso el que predomina. De esta manera, más adultos jóvenes reportan poseer un tipo de apego compuesto por un modelo negativo tanto de sí mismos como de los otros, lo cual implicaría que suelen evitar la cercanía afectiva con su pareja por temor a las posibles consecuencias negativas y, a su vez, muestran ansiedad pues también desean amor y el apoyo de ella (Guzmán & Contreras, 2012).

En cuanto a los adultos con estilo de apego evitativo, su puntaje va de la mano con la dimensión de evitación, por lo que se puede decir que en estos participantes predomina la lejanía afectiva y autosuficiencia excesiva. Es importante señalar que se encontraron diferencias en ansiedad del apego inseguro y ansioso, siendo los puntajes de ambos grupos de variables difieren en cuanto a participantes, algunos identificaban su relación en un rango "alto" de calidad pero de igual manera rechazan algunos conceptos como compromiso o confianza. Esto puede explicarse de forma que se desconoce la otra parte de la pareja la cual puede servir de apoyo o compañía aunque el individuo perciba un estilo de apego inseguro o evitativo, la otra parte de la relación puede complementar dicho vínculo, es por eso que no se seguía un patrón conciso en todos los participantes, como afirma Banse (2004) que la satisfacción de pareja se asocia con el estilo de apego de cada miembro de la diada y con la combinación de ambos. Así, se considera que el apego seguro puede actuar como mediador de los efectos negativos del miembro inseguro de la relación. Por lo tanto, se puede teorizar que la satisfacción de una persona insegura va a depender de la conducta que perciba de su pareja, haciendo que puedan o no haber diferencias entre las parejas seguras y mixtas (García & Romero, 2012).

En relación al objetivo general, se encontró que, en los adultos jóvenes la dimensión de apego asoció mayores resultados positivos respecto a la percepción de calidad de relación que de los otros dos estilos de apego. De tal manera que, de acuerdo con la literatura, en tanto indican que las personas con altos niveles de ansiedad suelen realizar demandas altas de confianza y amor, siendo estas muchas veces irrealistas e imposibles de satisfacer. Consecuentemente, los individuos terminan percibiendo que no pueden confiar en la pareja,

decreciendo los niveles de satisfacción con la relación romántica (Levinger, 1996). Como se mencionaba anteriormente, esto va a depender de acuerdo al comportamiento de la diada y como utilizan sus estilos de convivencia para llevar a un margen alto de calidad de relación, pues si intentamos comparar una relación donde ambos se perciban inseguros y otra donde exista la relación entre inseguro y seguro, es notable que habrán distintas perspectivas en referencia a la calidad de la relación (Banse, 2004). De esta manera podemos entender porque algunas personas identificadas con apego inseguro lograron percibir como “alta” la calidad de su relación.

Otro punto de interés es en referencia al tiempo de la relación, aunque en este estudio no se tomó en cuenta la relación que guardaba el apego con el tiempo durante una relación, es cierto que puede ser un factor clave para identificar a la diada. Por ejemplo, en un estudio realizado por Guzmán & Contreras (2012) relacionaron los estilos de apego con la satisfacción marital donde uno de los criterios de inclusión para la muestra seria tener más de 20 años en la relación, este criterio fue clave ya que mencionan que es el tiempo que se considera necesario para que el sentido de interdependencia y de identidad como pareja sea más maduro. Los resultados arrojados indicaron que aunque no todos, algunos participantes con estilos de apego distintos al “seguro” tenían relaciones con mejor comunicación las cuales les proporcionan mayor apoyo a sus parejas y resuelven de manera más constructiva sus conflictos (Guzmán & Contreras, 2012).

Con base en lo anterior se puede interpretar que las relaciones que logran interactuar con sus estilos de apego alcanzan mayor satisfacción que las que no logran interactuar con los mismos. Aun así, esto es independiente de cada pareja y del compromiso que surja entre ellas para poder expresar sus necesidades y reforzar sus puntos débiles dentro de la relación.

Desde una perspectiva clínica, estos resultados nos ayudan a pensar en un abordaje terapéutico que, incorporando la teoría del apego, permita responder a la demanda de ayuda de las parejas en conflicto, pues puede servir de antecedente el conocer el estilo de apego de cada integrante de la diada y así comprender porque surgen sus conflictos, de forma que se pueda explicar a la pareja las necesidades que tiene su compañero en relación a su estilo de apego, porque, aunque es cierto que algunos déficits emocionales pueden ser corregidos en terapia, el estilo de apego es algo que nos ayuda a formarnos hasta la

edad adulta (Bowlby, 1998) de manera que ciertos estilos afectivos y de comunicación serán diferentes dependiendo del estilo de apego que tenga la persona (Lidz, 2013).

Finalmente, si bien las asociaciones entre respuestas de los distintos grupos de estilos de apego no fue coincidente en todos los casos, es notable que existe diferencia entre el estilo de apego y la estabilidad en una relación, pues dependiendo de este es como el individuo percibirá su relación y definirá el compromiso, satisfacción, confianza que se tenga dentro de la misma.

En cuanto a las limitaciones de la investigación, es importante tener en cuenta un punto manejado anteriormente, este es el hecho de no solo valorar a un integrante de la relación, pues no define como tal el constructo para establecer de manera concisa que cierto estilo de apego creará una relación estable o inestable, porque, importa mucho la comparativa que se tenga de cada pareja, ya sea a convivencia entre alguien seguro-inseguro, evitativo-seguro, para conocer sus métodos de interacción en la relación y definir la calidad de la relación con ambas partes, pues en los resultado algunos integrantes identificados con apego inseguro proporcionaban una calidad de relación estable, aunque la mayoría lo identificaba como baja, por eso se tomó en cuenta, aun así difiere mucho el estudio individual al de pareja.

Pese a las limitaciones señaladas, la presente investigación representa un aporte importante a la comprensión de las dinámicas de apego en adultos jóvenes y cómo pueden variar en base a diferentes contextos. En base a lo señalado, estudios futuros podrían estudiar la asociación de estas variables con muestras más representativas, usando un número más equitativo de participantes, considerando ambas partes de la relación y no solo a uno. De igual modo, se podrían incluir medidas cualitativas que puedan profundizar tanto en la historia de las relaciones de los participantes, así como de sus previas experiencias, con el fin de entender aquellos factores que podrían estar siendo asociados a las diferencias y similitudes halladas en el apego y la calidad percibida de la relación. Por último, es importante comprender que conforme avanza el estudio de las relaciones cercanas, se hace necesario la inclusión de distintos aspectos que conectan con las relaciones de pareja, siendo que el apego no es el único predictor de cómo será la interacción entre la diada en la variación humana en los procesos de relación cercana.

6. Referencias

- Banse, R. (2004). Adult attachment and marital satisfaction: evidence for dyadic configuration effects. *Journal of Social and Personal Relationships*, 21, 273-282. DOI: 10.1177/0265407504041388.
- Bobé, A. (1994). Mecanismos inconscientes en la elección de pareja. En A. Bobé y C. Pérez-Testor (Eds.), *Conflictos de pareja: diagnóstico y tratamiento*. Barcelona: Paidós.
- Bowlby, J. (1998) "El apego". Tomo 1 de la trilogía "El apego y la pérdida". Barcelona, Paidós.
- Briones, G. (2002). *Metodología de la investigación cuantitativa en las ciencias sociales*. Bogotá: ARFO Editores.
- Casullo, M., y Fernández, M. (2005). Evaluación de estilos de apego en adultos. *Anuario de investigaciones* 12, 183-192. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/3691/369139941018.pdf>
- Collins, N.L. & Read, S.J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 644-663.
- Fletcher, G., Simpson, J., & Thomas, G. (2000). The measurement of perceived relationship quality components: A confirmatory factor analytic approach. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26, 340-354. doi: 10.1177/0146167200265007
- Florez, L., Giuliani, M y Giulio, M. (2010) *Regulación Emocional y Apego en las Relaciones de pareja: su relación con el Bienestar Psicológico en Adultos jóvenes de la ciudad de Mar del Plata*. Universidad Nacional de Mar del Plata. Mar del Plata, Argentina.

García, M. (2007). Inicio, mantenimiento y disolución de la pareja: sociocultura y valores en parejas del norte, centro y sur de la República mexicana (Tesis de doctorado sin publicar). México: Universidad Nacional Autónoma de México.

García, M., y Romero, A. (2012). Mantenimiento en la relación de pareja: construcción y validación de dos escalas. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación* 2(34), 133-155. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/4596/459645438007.pdf>

Guzmán, M. y Contreras, P. (2012). Estilos de Apego en Relaciones de Pareja y su Asociación con la Satisfacción Marital. *Psykh*, 21(1), 69-82. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-22282012000100005>

Guzman, J., Rovella, A. y Rivarola, M. (2012). La Relación de apego y bienestar psicológico en adultos. *Revista diálogos* 3(2) 87-94.

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación*. México: McGraw-Hill Interamericana.

Levinger, G. (1996). ¿Comprometerse en una relación?: El papel del deber, la atracción y las barreras (traducido y adaptado por el Dr. Rolando Díaz Loving). *Revista Psicología Contemporánea*, 1, 30-39.

Lidz, T. (2013). *La persona. Su desarrollo a través del ciclo vital*. México: Herder.

Matos, P. (2017) Estilos de apego en la relación de pareja y niveles del bienestar psicológico en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima. Universidad privada de Lima. Lima, Perú.

Markman, H. & Stanley, S. (1992). Assessing Commitment in Personal Relationships. *Marriage and the Family*, 54.

- Martínez, J. L., Fuertes, A., Orgaz, B., Vicario, I. & González, 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. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=167/16729452022>
- Marrone, M. (2001). *La teoría del Apego. Un enfoque actual*. Madrid: Editorial Prismática
- Maureira Cid, F. (2011). Los cuatro componentes de la relación de pareja. *Revista electrónica de Psicología Iztacala*, 14(1),321-332. Recuperado de <http://revistas.unam.mx/index.php/rep/article/viewFile/24815/23284>
- Medina, J; Rivera, Y; José A. (2016) El apego adulto y la calidad percibida de las relaciones de pareja: Evidencias a partir de una población adulta joven. *Salud & Sociedad*, 7(3), 306-318. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/4397/439749582005.pdf>
- Melero, R. (2008). *La relación de pareja, apego, dinámicas de interacción y actitudes amores: consecuencias sobre la calidad de relación (Tesis inédita de licenciatura)*. Universidad de Valencia. Valencia, España.
- Mínguez, L. y Álvarez, L. (2013). *Estilo de apego y estilo de amar (Trabajo fin de grado)*. Universidad de Cantabria. Cantabria, España
- Montejano, M. y Núñez, P. (2011). *Factores que influyen en la elección de pareja para el matrimonio (Tesis inédita de licenciatura)*. Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, México.
- Moreno, R. (2010). *Estilos de apego en el profesorado y percepción de sus relaciones con el alumnado (Tesis doctoral)*. Universidad complutense de Madrid. Madrid, España.
- Oliveira, O. (1998). *Experiencias matrimoniales en México: la importancia de la familia de origen*. En J. M. Valenzuela y V. Salles (Eds.), *Vida familiar y cultura contemporánea*. México: Consejo Nacional para la Cultura y las Artes.

Pozos, G., Rivera A., Reyes A. y López P. (2013). Escala de felicidad en la pareja: Desarrollo y validación. *Acta de investigación psicológica*, 3(3), 1280-1297. doi: 10.1016/S2007-4719(13)70967-0

Ripoll-Nuñez, K. (2011). Atribuciones sobre la pareja: su papel como variable mediadora entre el apego y la satisfacción marital en parejas heterosexuales. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 29(1), 47-61. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/apl/v29n1/v29n1a05.pdf>

Yela, C. (1997) Curso temporal de los componentes básicos del amor a lo largo de la relación de pareja. *Psicothema*, 9, 1: 1-15

Apéndices

1. Apéndice A



CARTA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO



A quien corresponda:

Yo _____
_, declaro libre y voluntariamente que acepto participar en el _____
denominado: "Estilos de apego y estabilidad percibida en las relaciones de pareja en
Adultos jóvenes".

Estoy consciente de los procedimientos y pruebas para lograr el objetivo mencionado y que no habrá riesgo para mi persona.

Es de mi conocimiento que seré libre de retirarme del presente proyecto en el momento que yo así lo desee, también que puedo solicitar información adicional acerca de los riesgos y beneficios de mi participación en caso que decidiera retirarme.

Nombre _____

Firma _____

Fecha: _____

2. Apéndice B



CUESTIONARIO AP



Las preguntas que vienen a continuación apuntan a cómo se siente Ud. generalmente en las relaciones cercanas importantes de su vida.

Piense en sus relaciones pasadas y presentes con personas que han sido especialmente importantes para Ud., tales como miembros de su familia, parejas románticas y amigos cercanos. Responda a cada afirmación en términos de cómo se siente Ud. generalmente en estas relaciones.

Por favor utilice la escala de más abajo colocando un número entre 1 y 5 en el espacio que se encuentra a la derecha de cada afirmación, considerando 5 como el número máximo que defina su respuesta.

1-----2-----3-----4-----5

Para nada es Muy característico de mi
 característico de mi

- 1) Encuentro que me es relativamente fácil acercarme a la gente. _____
- 2) Me resulta difícil apoyarme en otras personas _____
- 3) A menudo me preocupa que los otros no me amen realmente. _____
- 4) Encuentro que los otros no se acercan a mi tanto como yo quisiera. _____
- 5) Me siento cómodo apoyándome en otras personas. _____
- 6) No me preocupa que la gente se acerque demasiado a mí. _____
- 7) Encuentro que las personas nunca están ahí cuando las necesitas. _____
- 8) Me siento algo incómodo estando cerca de otros. _____
- 9) A menudo me preocupa que los otros no quieran quedarse conmigo. _____
- 10) Cuando muestro mis sentimientos por otros me asusta que no sientan lo mismo por mí. _____
- 11) A menudo me pregunto si realmente le importo a las otras personas. _____
- 12) Me siento cómodo desarrollando relaciones cercanas con otros. _____
- 13) Me siento incómodo cuando cualquier persona se vuelve demasiado cercana emocionalmente a mí. _____
- 14) Sé que las personas estarán ahí cuando las necesite. _____

15) Quiero acercarme a la gente pero me preocupa ser herido. _____

16) Encuentro difícil confiar completamente en otros. _____

17) A menudo las personas quieren que sea más cercano emocionalmente de lo que a mí me acomoda. _____

18) No estoy seguro de que siempre podré contar con las personas cuando las necesite. _____

3. Apéndice C



PRQC



Instrucciones: Indique cómo es su pareja / relación actual, respondiendo cada pregunta que sigue. Use esta escala al responder cada pregunta:

1	2	3	4	5

NADA	POCO	MÁS O MENOS	MUCHO	COMPLETAMENTE

De su lado derecho tendrá la opción de respuesta, encierre la que se asemeje a su respuesta.

Enunciado del Ítem

Respuesta

1. ¿Qué tan satisfecho estás con tu relación?	1	2	3	4	5
2. ¿Qué tan contento estás con tu relación?	1	2	3	4	5
3. ¿Qué tan feliz estás con tu relación?	1	2	3	4	5
4. ¿Qué tan comprometido estás con tu relación?	1	2	3	4	5
5. ¿Qué tan dedicado estás a tu relación?	1	2	3	4	5
6. ¿Qué tan devoto eres a tu relación?	1	2	3	4	5
7. ¿Qué tan íntima es tu relación?	1	2	3	4	5
8. ¿Qué tan cercana es tu relación?	1	2	3	4	5
9. ¿Qué tan conectado estás a tu relación?	1	2	3	4	5
10. ¿Qué tanto confías en tu pareja?	1	2	3	4	5
11. ¿Qué tanto puedes contar con tu pareja?	1	2	3	4	5
12. ¿Qué tan confiable es tu pareja?	1	2	3	4	5
13. ¿Qué tan apasionada es tu relación?	1	2	3	4	5
14. ¿Qué tan pasional es tu relación?	1	2	3	4	5
15. ¿Qué tan intensa a nivel sexual es tu relación?	1	2	3	4	5
16. ¿Qué tanto amas a tu pareja?	1	2	3	4	5
17. ¿Qué tanto adoras a tu pareja?	1	2	3	4	5

18. ¿Qué tanto aprecias a tu pareja?

1

2

3

4

5