

UNIVERSIDAD ABIERTA INTERAMERICANA

FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y RELACIONES HUMANAS

RELACION ENTRE ESTILOS DE APEGO ADULTO Y DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS, DEL GRAN BUENOS AIRES.

Trabajo Integrador Final

Grado a obtener: Licenciatura en Psicología

Autora: Gabriela Elisabet Rombey

Tutora: Lic. Valeria Torre

Diciembre 2022

Buenos Aires, Argentina

Contenido

Resumen 2

Abstract 3

Introducción 4

Metodología 16

Resultados 20

Discusión y Conclusión 25

Referencias 32

Anexo 1: Cuestionarios 38

Resumen

El objetivo de este estudio fue evaluar el grado de dependencia emocional y su relación con el apego adulto, en situación de pareja actual, pasada y sin pareja, en estudiantes del Gran Buenos Aires. La muestra estuvo conformada por 105 estudiantes universitarios de ambos sexos, en edades comprendidas entre los 21 y 35 años. Se administró, el *Cuestionario de Apego Adulto* de Melero y Cantero (2005) el *Cuestionario de Dependencia Emocional* de Lemos y Londoño (2006) y un cuestionario socio-demográfico. Los resultados indicaron una relación positiva entre el tipo de vínculo afectivo en la expresión de sus modelos mentales con las creencias acerca de sí mismo/a y de su relación con los otros. Aquello/as que necesitan aprobación, temen al rechazo, son más dependientes y muestran preocupación por sus relaciones tienden a sostener creencias sobre lo que es. Además, aquellos que muestran una forma de resolución hostil de conflicto, tendencia al enfado, rencor y posesividad (apego inseguro) tienden a poner en evidencia más situaciones o eventos que generan estados emocionales perturbadores frente a la posible ruptura de la relación. La autosuficiencia emocional ante una elevada necesidad de individualidad, prioridad de la autonomía frente al establecimiento de lazos afectivos y evitación del compromiso emocional tienden además a mostrar conductas de aferramiento y búsqueda de atención, así como conductas que buscan reparar la ruptura de la dependencia emocional.

Palabras claves: *Apego Adulto, Dependencia Emocional, Estudiantes Universitarios.*

Abstract

The objective of this study is to evaluate the degree of emotional dependence and its relationship with Adult attachment among individuals in current, past and single relationships, in university students of Greater Buenos Aires. A general population sample of 105 adults of both sexes between the ages of 21 and 35 (mean = 26 years). Two scales were administered in an online format, the Adult Attachment Questionnaire by Melero and Cantero (2005) and the Emotional Dependence Questionnaire by Lemos and Londoño (2006). The results indicated a positive relationship between the type of affective bond in the expression of their mental beliefs about themselves and their relationship with others. Those who need approval, fear rejection, are more dependent and show concern for their relationships tend to hold beliefs about what is. In addition, those who show a form of hostile conflict resolution, a tendency to anger, resentment and possessiveness (insecure attachment) tend to highlight more situations or events that generate disturbing emotional states compared to the possible rupture of the relationship. Emotional self-sufficiency in the face of a high need for individuality, priority of autonomy over the establishment of affective ties and avoidance of emotional commitment also tend to show clinging and attention-seeking behaviors, as well as behaviors that seek to repair the breakdown of emotional dependence.

Keywords: *Adult attachment, emotional dependence, university students.*

Introducción

La vida moderna, en particular esta época, a pesar de propiciar la comunicación entre personas y generar espacios de intercambios (presenciales o virtuales) que pueden satisfacer la necesidad de filiación social y de generar relaciones amorosas, sean de amistad o de pareja, parece que todas estas posibilidades en vez de propiciar vínculos profundos y el bienestar psicofísico, se han vuelto un problema. A muchas personas, no sólo les cuesta expresar sentimientos o sostener el compromiso que implica este tipo de relaciones, sino que además presentan visiones distorsionadas sobre lo que sucede en el vínculo. Los vínculos en vez de ser saludables se han convertido en su contrario.

Como sostiene Moral y Sirvent (2008), una relación amorosa implica bienestar físico, psicológico y social en la pareja. Entendiendo por pareja a toda relación que se conforma de común acuerdo entre dos personas, y que la misma está basada en el interés y el afecto, para interactuar y compartir un periodo de tiempo, independientemente de su estructura, del grado de formalización de esa unión o de la orientación sexual de sus integrantes (Espínola et al, 2017).

Sin embargo, las relaciones en los jóvenes, y no tan jóvenes, pueden ser inestables, ocasionando que el amor se convierta en una necesidad, y genere graves conflictos y tensiones, terminando muchos de esos vínculos en situaciones de violencia. Ante lo cual, Castello (2005), expresa que la tendencia a establecer relaciones de pareja desequilibradas a lo largo de la vida de la persona comienza, en la adolescencia o en la adultez temprana.

Por lo tanto, estos comportamientos desadaptativo contingentes a una “interrelación afectivo dependiente” (Sirvent, 2004), se caracterizan por un vacío emocional que afectan a las relaciones de pareja manifestando en estos trastornos la necesidad ávida del otro, un enganche emocional y una preocupación excesiva por

agradar a la persona de la que se depende, así como la manifestación de sentimientos negativos (culpa, abandono, etc.). Otros indicadores, de esa situación desadaptativa relacional, son el autoengaño, el desvalimiento emocional, un estado de ánimo disfórico, el fantaseo y la euforia excesiva en lo referente a su relación de pareja, en la cual suelen adoptar un rol subordinado, asociado a su vez a una progresiva anulación personal (Moral & Sirvent, 2008, 2009).

Específicamente, la Dependencia Emocional (DE) es un tipo de dependencia que se da entre dos sujetos y que se describe como un patrón crónico de demandas afectivas frustradas sobre una persona que intentan satisfacerse mediante relaciones interpersonales de apego patológico (Sirvent & Moral, 2007). Como características distintivas de los dependientes emocionales destacan su posesividad en las relaciones, en las que sufren un intenso desgaste afectivo, su incapacidad de romper ataduras y una voracidad de amor y cariño. En relación con ello, Castelló (2005) especifica, que la dependencia emocional está asociado a desordenes emocionales que se caracterizan por las manifestaciones adictivas en las relaciones interpersonales, en la cual hay desigualdad de papeles entre el dependiente y el sujeto que es idealizado.

Por lo cual, Castelló (2000) define esa dependencia como una necesidad afectiva que se expresa de manera extrema, en la cual, una persona siente una necesidad imperiosa hacia otra, y esto ocurre a lo largo de sus diferentes relaciones de pareja. Sin embargo, este carácter crónico afectivo, no se basa en la sucesión de dichas relaciones, sino que está inmersa en la personalidad del sujeto; es decir, que el dependiente emocional lo es aunque no esté en pareja, aunque lo expresado no es lo más habitual, ya que este tipo de patología provoca que busque otra pareja desesperadamente. De hecho, una de sus características es que no soportan la soledad.

Ante lo dicho, Castello (2005) destaca la importancia que tiene comprender adecuadamente cuando hablamos de dependencia, o de una necesidad extrema, en ambas palabras existe una exageración de aquello que es propio en las relaciones de pareja, como los sentimientos positivos de querer estar con el otro, de poder contar con su apoyo, de sentirnos queridos y valorados. La diferencia que existe entre el amor normal que de por sí existe un cierto grado de necesidad, y la dependencia, la diferencia entre ambos es meramente cuantitativa, es la distancia que hay entre querer y necesitar.

En este patrón de necesidades que siente el dependiente, se incluyen las creencias acerca de la visión que el sujeto tiene de sí mismo y de la relación con los otros, así como creencias sobrevaloradas ante la amistad, la intimidad y la interdependencia. E incluso, creencias sobre las emociones generadas por las relaciones cercanas e íntimas, por la soledad y la separación (Lemos & Londoño, 2006).

Castelló (2005) expresa que existen tres características principales a partir de las cuales se puede determinar la presencia de dependencia emocional en la persona: baja autoestima, miedo e intolerancia a la soledad y tendencia a establecer relaciones de pareja desequilibradas a lo largo de su vida. La baja autoestima es la principal responsable de que las personas sean dependientes emocionales. Respecto al miedo e intolerancia a la soledad, los individuos se sienten prisioneros de sí mismos, por lo que la sensación que experimentan al estar solos podría ser percibida como insoportable. Cabe resaltar que cuando terminan una relación, por más inestable y abusiva que esta haya sido, realizarán numerosos intentos por retomarla para evitar dicha sensación (Aiquipa, 2012; Castelló, 2005).

Convencionalmente, se distinguieron dos tipos de dependencia: la instrumental y la emocional. La primera está caracterizada por la falta de autonomía en la vida cotidiana. En la segunda, en la dependencia emocional, sus características son las

excesivas demandas afectivas, las relaciones interpersonales estrechas y las relaciones de pareja desequilibradas, allí lo que predomina es la sumisión y la idealización de la pareja, lo que los lleva a presentar comportamientos excesivos de aferramiento y un alto miedo a la soledad (Castelló, 2000, 2002, 2005).

Un concepto fuertemente ligado a la dependencia emocional es el del apego. Se valora que la diferencia entre el apego ansioso y la dependencia emocional se basa en el enfoque excesivamente conductual del primero, así como que, aunque los dependientes emocionales presenten apego invalidante, lo contrario no es necesariamente cierto. A su vez, en la propia definición de dependencia emocional se incluyen términos como apego patológico o invalidante, tomándose así los antecedentes personales de carencias afectivas infantiles y el apego ansioso como indicadores de este trastorno (Moral & Sirvent, 2009).

De hecho, Sangrador (1993), justifica la aparición de este tipo de dependencia aludiendo a la inmadurez afectiva del individuo e incluso el propio Bowlby (1979) ya hacía referencia a la ansiedad de separación, típica de la DE, y a su similitud con el apego inseguro en aspectos tales como el temor a la pérdida de la figura vinculada, la búsqueda de proximidad y la protesta por la separación (Joel, McDonald & Shimotomai, 2010). En este sentido, Izquierdo y Acosta (2013) incluso se cuestionan acerca de si el apego es el origen de la dependencia afectiva, por lo que una historia de apego seguro podría actuar como factor de protección frente a conflictos en las relaciones afectivas futuras (Smith, Ortiz & Apodaca, 2014).

Desde la Teoría del Apego se abordan las relaciones afectivas según el grado de seguridad con el que los individuos exploran y se adaptan a su entorno. Dicha seguridad se enmarca en las relaciones significativas que se desarrollan a lo largo del ciclo vital en un ambiente de confianza y que se caracterizan por la comprensión y la receptividad

(Ainsworth, Blehar, Waters & Wall, 1978). Bowlby y Miralles (1986). Define el apego, como una tendencia a entablar lazos afectivos, es una conducta instintiva de supervivencia y de auto conservación que se va modulando al interactuar con el entorno y que continúa a lo largo de la vida adulta.

Casullo y Fernández-Liporace (2005), expresan tres diferentes componentes que intervienen en el sistema de apego, el componente cognitivo, conductual y emocional. Componente conductual: Son los comportamientos externos que derivan de los esquemas mentales que han sido activados a causa de una determinada situación emocional. Estas conductas pueden ser sonrisas, conductas de seguimiento o aproximación. Componente cognitivo: está integrado por creencias, pensamientos y actitudes que están relacionadas a cuestiones afectivas. Este modelo mental actúa como filtro a través del cual la persona selecciona, analiza e interpreta los sucesos afectivos, los cuales determinaran las emociones y conductas posteriores. En el Componente emocional, las emociones estarán asociadas al tipo de relación que se haya establecido (Artigue, 2014).

Las investigaciones realizadas por la psicología en la década de 1960 y 1970 introdujeron nuevos conceptos como el de base segura Bretherton, (1992) Clasificaron la teoría en un número de patrones de apego en recién nacidos: apego seguro, inseguro-evitativo, inseguro-ambivalente y posteriormente, Main y Solomon (1990) establecieron un cuarto tipo de apego, el inseguro desorganizado.

Bowlby (1982) considera que los sistemas de apego infantiles son similares, en su naturaleza, a los que más tarde se ponen en juego en las relaciones amorosas, en niños mayores y en la adultez. Entendiendo por adultez a un periodo que comienza tras finalizar la etapa de desarrollo de la adolescencia, abarcando un rango de edad que va desde los 18 años, coincidiendo con el comienzo de la mayoría de edad

aproximadamente, hasta los 40 años (Arrimada, 2022). En este sentido, el término apego adulto hace referencia a los vínculos tempranos de protección en el desarrollo psicológico del individuo, de modo que el vínculo de apego se refiere al lazo afectivo en el que la persona vinculada percibe al otro como base de seguridad (Cassidy, 2008). Se trata de un vínculo afectivo estable y no transitorio, manteniéndose una relación con esa figura emocionalmente significativa y experimentándose angustia ante la separación de la misma, así como representa la búsqueda de seguridad en la relación, como principales características de semejante vínculo (Ainsworth, 1989; Cassidy, 2008). Así, las expectativas de apego afectarán al individuo en su grado de comodidad ante las relaciones íntimas, en sus habilidades de confianza, en su nivel de dependencia y en el temor al abandono (Simpson & Rholes, 1998).

Ante lo desarrollado, se puede expresar que las personas con mayor seguridad en el apego tienden a desarrollar relaciones afectivas basadas en el reconocimiento de cada uno como parte independiente en la relación (Ortiz, Gómez & Apodaca, 2002). Así mismo, al contar una alta autoestima y niveles relativamente bajos de ansiedad, no suelen tener sentimientos de expectativas insatisfechas. Por lo tanto, experimentan mayores emociones positivas y mayor capacidad para resolver conflictos (Feeney & Noller, 1990). Todo ello da cuenta que este estilo suele desarrollar relaciones generalmente más satisfactorias, por lo que se esperaría encontrar una relación inversa entre el apego autónomo y la dependencia.

Por el contrario, en el apego inseguro, le corresponden características similares a las que se identifican en la dependencia emocional. Es decir, las personas con un estilo de apego inseguro mantienen formas de relacionarse poco adaptativas, en la medida que un alto nivel de ansiedad conlleva al deseo por mantener la proximidad y preocupación por el abandono, como así también una hiperactivación de estrategias dirigidas a

mantener la relación amorosa (Li & Chan, 2012). Por lo tanto, en estos estilos de apego inseguro, se mantiene una percepción negativa de uno mismo, lo cual también se observa en la dependencia emocional, en la medida que se tienen poca valoración personal que desencadena sentimientos como el temor al abandono y al rechazo; Por todo ello, el dependiente se aferra a la relación y se siente incapaz de terminarla a pesar de ser un ambiente poco saludable (Bartholomew & Horowitz, 1991; López, Escalante, Fonseca, Santana & Carvajal, 2011).

De igual manera, la ansiedad por la separación, preocupación por mantener el vínculo y temor a la soledad demuestran que perciben sus necesidades afectivas como irresueltas, lo cual puede estar relacionado con la imagen que tienen acerca de los otros como no disponibles o capaces de satisfacer estas necesidades (Castelló, 2005; Lemos & Londoño, 2006; Mikulincer & Shaver, 2003). Todo ello genera un patrón de interacción en la adultez caracterizado por la desconfianza e inseguridad, lo cual conlleva a desarrollar relaciones poco saludables, como ocurre en la dependencia emocional. En esta línea, se plantea que había una relación inversa entre la seguridad del apego.

Investigaciones recientes han arrojado datos que parecen confirmar la evidencia del efecto mediador del apego en la calidad de las relaciones de pareja (Martínez, Fuertes, Orgaz, Vicario y González, 2014; Smith, Ortiz y Apodaca, 2014) y la influencia del apego adulto sobre la dependencia emocional.

Algunas de las investigaciones en el plano internacional sobre apego adulto y dependencia emocional, que pueden mencionarse, se encuentran en España. Donde Valle y De la Villa Moral (2018), se propusieron como objetivo del estudio analizar la relación entre la dependencia emocional y los diferentes tipos de apego adulto, así como su prevalencia y los perfiles en función del género, la edad y el historial de parejas. La

muestra estuvo conformada por 382 adolescentes y jóvenes españoles con edades comprendidas entre los 18 y 35 años. Se determinó que el 23,3% de los participantes muestran signos de dependencia emocional, siendo los varones los que puntúan más alto, así como los jóvenes que han tenido más de dos relaciones de noviazgo. Se ha demostrado la relación entre dependencia emocional y estilos de apego adulto, en el sentido de que el estilo seguro se asocia con la ausencia de DE y el estilo huidizo-temeroso, con los mayores niveles. En cuanto al género, los hombres puntuaron mayor que las mujeres en dependencia emocional y en cuanto a la edad, las personas de más de 25 años tienden a un Estilo preocupado, mientras que las de 22-25 años a uno seguro.

Como así también, en Perú, Salazar Gutiérrez y Sotelo Castro (2021) presentaron una investigación cuyo objetivo fue determinar cuánto influyen las dimensiones del apego adulto (ansioso y evitativo) sobre la dependencia emocional en estudiantes universitarios. Sus resultados evidenciaron que solo el apego ansioso presenta una influencia significativa y moderada en cada una de las dimensiones de dependencia emocional. No obstante, la dimensión apego evitativo no muestra influencia sobre las dimensiones de la dependencia emocional. Se concluyó que el apego adulto influye de forma parcial sobre las dimensiones de la dependencia emocional.

En Ecuador, Achina Guevara (2021) propuso determinar la relación entre la dependencia emocional y estilos de apego en jóvenes universitarios durante sus relaciones de noviazgo en la Carrera de Licenciatura en Psicología Clínica de la Universidad Central del Ecuador. La población fue de 102 jóvenes universitarios entre los 19 y 25 años de edad. Los resultaron mostraron que existe una relación estadísticamente significativa entre la dependencia emocional y los estilos de apego, ya que en la pruebas utilizadas permitieron evidenciar que en efecto existe una relación

estadísticamente significativa entre el nivel de dependencia y los estilos de apego, es decir, las variables principales de estudio estadísticamente se asocian ya que, el valor de significancia estadística fue p < ,001; lo cual no supera el valor esperado (p = 0,05). En los resultados analizados del presente estudio, se observa que la muestra presenta valores predominantes en el nivel de dependencia bajo o normal teniendo que, de 50 personas evaluadas con un tipo de apego alejado, 8 de cada 10 tienen un nivel de dependencia bajo o normal, mientras que 9 de cada 10 personas evaluadas a más de tener un nivel de dependencia bajo o normal tienen apego seguro, así también en el nivel de dependencia bajo o normal 5 de cada 10 muestran tener un apego temeroso hostil, mientras que 4 de cada 10 se registran con un nivel de dependencia significativo y apego preocupado y 3 de cada 10 personas con este tipo de apego tienen nivel de dependencia alto. En cuanto al género, el nivel de dependencia es más en hombres que en mujeres, a pesar de ser una muestra pequeña en el caso de los hombres. Los estilos de apego preponderante en mujeres fueron el apego alejado.

Otra investigación realizada en Colombia por, Rocha Narváez, Umbarila Castiblanco, Meza Valencia y Riveros (2019) presentaron un estudio para determinar si existe una correlación entre los estilos de apego parental y la dependencia emocional en jóvenes universitarios. La muestra a conveniencia fue de 500 estudiantes Universitarios pertenecientes a 15 ciudades de Colombia, de la cual 34,2 % fueron hombres y 65,8 % mujeres entre los 18 y los 25 años. Sus resultados evidenciaron una correlación positiva entre los estilos de apego parental y la dependencia emocional en las relaciones románticas de los jóvenes que componen la muestra, así como una correlación positiva entre nivel socioeconómico y género en las manifestaciones de dependencia emocional dentro de la relación romántica.

Así mismo, en Perú, Espinoza (2019) presentó una investigación cuyo objetivo fue determinar la relación entre estilos de apego y dependencia emocional en estudiantes de psicología de una institución educativa superior. La muestra estuvo conformada por 52 estudiantes de la escuela profesional de psicología de la Universidad Privada Los Ángeles de Chimbote, que tengan o hayan tenido como mínimo un año de relación de pareja. Se demostró una correlación positiva moderada (media) que evidencia relación altamente significativa entre el estilo de apego y la dependencia emocional. Ya que el estilo de apego en la dimensión Preocupado en relación a la dependencia emocional, tienen un valor r = 0.38 lo cual indica una correlación positiva baja; y la prueba de correlación de Spearman (p = .005) se evidencia una relación altamente significativa entre las variables. Al igual que el estilo de apego en la dimensión Evitativo en relación a la dependencia emocional, tienen un valor r = 0.42, se observa una correlación positiva moderada y la prueba de correlación de Spearman (p = 0.002 < 0.05) se evidencia relación significativa entre las variables. Así como el estilo de apego en la dimensión Desorganizado en relación a la dependencia emocional, tienen un valor r(x, y)= 0.422, lo cual se evidencia una correlación positiva moderada, la prueba de correlación de Spearman (p=0.002 < 0.05) se evidencia relación significativa entre las variables. No siendo así en el estilo de apego en la dimensión Seguro, tienen un valor r = -0.07, indica una correlación negativa muy baja; en la prueba de correlación de Spearman (p = .62 p < 0.05) no se evidencia relación significativa entre las variables.

Como así también en Perú, Barreto Antúnez y Rodríguez Chuquino (2019) presentaron una investigación cuyo propósito fue determinar la relación entre el apego y la dependencia emocional en los estudiantes universitarios de la provincia de Santa. La muestra estuvo conformada por 355 estudiantes, 158 son varones y 197 mujeres, de edades entre los 18 a 30 años. Sus resultados indicaron que el estilo seguro tiene

correlación negativa débil con las dimensiones miedo a la soledad y expresión limite, esto significa que, al presentarse mayor puntuación en estilo de apego seguro, menor es la puntuación en miedo a la soledad y en expresión límite. Además, los resultados mostraron una correlación positiva débil entre el estilo de apego evitativo y la dependencia emocional. No se evidenciaron diferencia significativa entre las puntuaciones de dependencia emocional y sus dimensiones según edad.

En tal sentido, Yoplac Terrones (2019) analizó la relación entre la dependencia emocional y el apego adulto en las relaciones románticas. Participaron 388 estudiantes universitarios Lima Metropolitana entre 18 y 25 años. Los resultados mostraron una relación positiva, entre dependencia emocional y apego, en función a los modelos y las dimensiones. Se encuentran diferencias significativas en la escala total de la dependencia emocional y en sus escalas, siendo mayor en todos los casos la dependencia en los estilos de apego inseguros frente al seguro. Se encontraron diferencias según el sexo y entre las personas con y sin pareja actual, en el cual, se encontraron diferencias significativas en evitación y ansiedad, siendo en ambas dimensiones mayor en los participantes que no tenían pareja, mientras que en el modelo de sí mismo, era mayor en aquellos que sí tenían pareja. Asimismo, en relación a la dependencia emocional, se encuentra que los participantes que no tienen pareja tienen un puntaje significativamente mayor en comparación a los que tienen pareja, siendo los hombres más evitativos pero más dependientes emocionalmente, al igual que las personas sin pareja; también correlaciones significativas negativas de la dependencia y dimensiones de apego con la edad, se encontró una correlación significativa negativa en la dimensión de ansiedad, lo que indica que a mayor edad los participantes presentan menos ansiedad.

Siguiendo esta línea, Cortijo Garay y Vargas Dávila (2021) evaluaron la relación entre el Apego Adulto y la Dependencia Emocional (DE) en estudiantes de una universidad privada. La muestra estuvo conformada por 458 participantes de dos universidades privadas, 240 de Lima en la carrera de Psicología y 218 en la Facultad de Ciencias de la Salud de Ica. La edad promedio es 21 años. Se encontró una relación significativa y directa entre Ansiedad con Miedo a la ruptura, Miedo a la soledad, Prioridad de la pareja, Subordinación, sumisión, Deseo de control y dominio.

Además, Pérez Gómez, Huaricacha Sucari y Pastor Talavera (2021) realizaron una investigación cuyo objetivo fue determinar si existe relación entre los Estilos de Apego y la Dependencia Emocional en estudiantes de la carrera técnica de fisioterapia y rehabilitación del Instituto María Montessori. La población estuvo conformada por 45 estudiantes entre los 18 a 37 años de edad. Se determinó que el 40% de los estudiantes poseían un apego evitativo, y poseen un autoconcepto negativo y un concepto negativo acerca de los demás, en consecuencia, evitan mantener relaciones cercanas por temor a ser rechazadas o lastimadas.

A nivel nacional, en Argentina, no se han encontrado antecedentes de investigación sobre el tema.

Por lo tanto, esta investigación se platea indagar la relación entre estilos de apego adulto y dependencia emocional, en relación de pareja actual, pasada y sin pareja, en estudiantes universitarios. El objetivo planteado es evaluar la relación entre el grado de dependencia emocional y los estilos de apego adulto, en relación de pareja actual, pasada y que nunca tuvieron pareja, en estudiantes universitarios. Específicamente, este estudio pretende (1) caracterizar la muestra de estudiantes universitarios socio-demográficamente, edad, sexo, pareja, etc., (2) Correlacionar apego adulto con

dependencia emocional, y (3) Analizar la relación entre el grado de dependencia emocional y los estilos de apego adulto, en relación de pareja actual, pasada y sin pareja

Las hipótesis predicen que (H1) se encontrará una correlación positiva y significativa entre dependencia emocional y apego inseguro, es decir, aquellos que muestran más dependencia emocional tenderán a puntuar alto en apego inseguro., y H2. Aquellos/as sin pareja tenderán a mostrar más dependencia emocional y apego inseguro, en comparación con quienes tienen o han tenido pareja.

La justificación y Relevancia que presenta el respectivo trabajo de investigación es: Desde el punto de vista teórico esta investigación aportará datos empíricos ya que contribuirá a aportar un nuevo conocimiento relacionado con la afectividad, esenciales para el desarrollo humano. Desde el punto de vista práctico aportará datos nuevos, para desarrollar propuestas de intervención adecuadas y dirigidas al psicólogo clínico. Y desde el punto de vista social, aportara conocimiento actual del tema, ya que se refiere a un tema novedoso, y que al momento no se han encontrado estudios locales que relacionen ambas variables. Lo cual podrá ser de gran utilidad para el psicólogo clínico, para que estos puedan brindar las herramientas adecuadas y líneas de acción futuras para mejorar las relaciones interpersonales a la población que lo requiera.

Metodología

Tipo de estudio o diseño

El diseño del presente trabajo de investigación es de carácter no experimental, es decir que no se ha manipulado, ni modificado ninguna variable. Según el abordaje del problema es correlacional, ya que el presente estudios tiene como finalidad conocer la relación o grado de asociación que exista entre dos o más conceptos, categorías o

variables en una muestra o contexto en particular. Según la temporalidad es trasversal al recolectar los datos en un momento determinado, y según sus características es cuantitativo, ya que se utiliza la recolección de datos para probar hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico, con el fin establecer pautas de comportamiento y probar teorías(Hernández-Sampieri & Torres, 2018).

Muestra y muestreo

La muestra estuvo integrada por 105 adultos de ambos sexos, en su mayoría residentes en zona sur del GBA. Se utilizó un muestreo no probabilístico intencional por decisión razonada. De esta manera, los participantes de la muestra fueron seleccionados de acuerdo con algunas de sus características. El proceso de elección se realizó aplicando criterios racionales, sin recurrir a la selección causal (Corbetta, 2007). Dicho muestreo se obtuvo entre los meses comprendidos desde junio hasta Agosto del año 2022.

Criterios de inclusión:

1- Hombres y mujeres entre 21 y 35 años de edad.

2- Estar actualmente estudiando una carrera universitaria.

3- Habitantes del Gran Buenos Aires.

Instrumentos

*Cuestionario Demográfico***.** Se administró un cuestionario con preguntas relativas al sexo, edad, nivel social, estado civil, hijos (si tiene), situación marital y si realiza psicoterapia.

Cuestionario de Apego Adulto (Bartholomew & Horowitz, 1991; Melero & Cantero, 2008). Evalúa el tipo de vínculo afectivo que establece una persona en la

expresión de los modelos mentales de relación conformados de las experiencias de interacción vividas, principalmente en la infancia. El índice de consistencia interna mediante el coeficiente de Cronbach es de .86. Consta de 40 afirmaciones con una escala de respuesta tipo Likert de 6 puntos, donde 1 es “Nada de acuerdo” a 6 “Muy de acuerdo”, agrupados en cuatro factores:

Factor 1. *Baja autoestima*: Evalúa la necesidad de aprobación, el miedo al rechazo, la dependencia y la preocupación por las relaciones y problemas de inhibición conductual y emocional.

Factor 2. *Rencor y posesividad*: Evalúa la resolución hostil de conflicto, tendencia al enfado, rencor y posesividad.

Factor 3. *Expresión de sentimientos*. Evalúa el grado de sociabilidad, facilidad para expresar sentimientos, estrategias bilaterales de resolución de conflicto y confianza a la hora de contar problemas a los demás.

Factor 4. *Incomodidad con la intimidad*: Evalúa la autosuficiencia emocional ante una elevada necesidad de individualidad, prioridad de la autonomía frente al establecimiento de lazos afectivos y evitación del compromiso emocional.

El primer, segundo y cuarto factor evalúan aspectos teóricamente relacionados con la inseguridad afectiva, mientras que el tercer factor se relaciona con la seguridad.

Cuestionario de Dependencia Emocional (Castelló, 2000; Lemos Hoyos & Londoño Arredondo, 2006). Evalúa un patrón de necesidades emocionales insatisfechas que se intentan cubrir de manera desadaptativa con otras personas. Consta de 23 ítems con una escala tipo Likert de seis puntos que va desde 1 (Completamente falso de mí) hasta 6 (Me describe perfectamente). El valor Alfa de Cronbach alcanzado por la escala total fue de .92. Se agrupa en 6 factores:

Factor 1. *Ansiedad de separación:* Evalúa las expresiones emocionales del miedo que se producen ante la posibilidad de disolución de la relación y la preocupación excesiva y persistente por la posible pérdida y separación de una figura vincular importante.

Factor 2 - *Expresión afectiva:* Evalúa la necesidad del sujeto de tener constantes expresiones de afecto de su pareja que reafirmen el amor que se sienten y que calme la sensación de inseguridad

Factor 3 - *Modificación de planes:* Evalúa el cambio de actividades, planes y comportamientos debido a los deseos implícitos o explícitos por satisfacer a la pareja o a la simple posibilidad de compartir mayor tiempo con ella.

Factor 4 - *Miedo a la soledad:* Evalúa el temor por no tener una relación de pareja, o por sentir que no es amado.

Factor 5 - *Expresión límite:* Evalúa la posible ruptura de una relación para el dependiente emocional puede ser algo tan catastrófico por su enfrentamiento con la soledad y la pérdida del sentido de vida, que puede llevar a que el sujeto realice acciones y manifieste expresiones impulsivas de autoagresión.

Factor 6 -*Búsqueda de atención:* Evalúa la búsqueda activa de atención de la pareja para asegurar su permanencia en la relación y tratar de ser el centro en la vida de éste.

Procedimiento

Se diseñó un formulario *on line* para anunciar por redes sociales, foros específicos y grupos de *Whatsapp* y alcanzar así el mayor número de participantes que sea posible reclutar (con un rango-ventana de dos meses de permanencia en línea). Los datos fueron tratados con confidencialidad y anonimato. La participación fue voluntaria

y sin pago. Finalmente, los datos fueron cargados y procesados mediante el paquete estadístico *SPSS 22*.

Resultados

Se llevó a cabo un contraste de hipótesis sobre la normalidad de las variables mediante un análisis Kolmogorov-Smirnov. A partir de los valores obtenidos, se asumió una distribución muy asimétrica para una de las puntuaciones de ambos instrumentos (Dependencia Emocional). En consecuencia, para los análisis estadísticos se decidió emplear estadísticos no paramétricos, la *U* de Mann-Whittney o *H* de Kruskall-Wallis para comparar dos o más grupos y la *Rho* de Spearman (r_s) para correlacionar las puntuaciones de ambas escalas (Tabla 1).

TABLA 1: PRUEBA DE NORMALIDAD

Variables	*Shapiro-Wilk*	*gl*	*Sig.*
Apego (Total)	,990	105	,67
Dependencia Emocional	,917	105	<,001

Para destacar como características principales puede señalarse que la muestra estuvo conformada por mayoría de mujeres (86 %), de nivel social medio-bajo a medio (85%). La mayoría de la muestra era soltero/as (64%), y el 25% tienen hijos. El 45% practica psicoterapia, (Tabla 2).

TABLA 2: CARACTERISTICAS DEMOGRAFICAS

Nivel Social	*N*	*%*
Bajo	5	4,8
Medio Bajo	26	24,8
Medio	64	61,0
Medio Alto	6	5,7
Alto	4	3,8

Estado Civil		
Casado/a	22	21,0
Soltero/a	68	64,8
Unión civil	12	11,4
Hijos	27	25,7
Practica psicoterapia	48	45,7
Situación marital		
Pareja actual	60	57,1
Pareja pasada (no actual)	21	20,0
Sin pareja	24	22,9

En cuanto al grado de DE, en relación de pareja actual, pasada y sin pareja, los resultados han demostrado que aquellos/as sin pareja tenderán a mostrar más dependencia emocional y apego inseguro, en comparación con quienes tienen o han tenido pareja. Apego inseguro X^2 (146,29) = 4,63; Sig. = .09; y para Dependencia Emocional X^2 (58,42) = 8,47; Sig. = .01 (Tabla 3).

TABLA 3: COMPARACION ENTRE SITUACION DE PAREJA ACTUAL, PASADA Y SIN PAREJA, EN APEGO ADULTO Y DEPENDENCIA EMOCIONAL.

Variables	*Grupo*	*N*	*Media*	*DT*	X^2*	*Sig.*
Baja autoestima	Pareja actual	60	48,80	10,37	4,08	n.s.
	Pareja pasada	21	44,19	12,24		
	Sin pareja	24	50,54	12,32		
Rencor y posesividad	Pareja actual	60	32,55	9,46	2,61	n.s.
	Pareja pasada	21	29,90	8,72		
	Sin pareja	24	35,17	10,34		
Expresión de sentimientos	Pareja actual	60	35,85	4,47	3,04	n.s.
	Pareja pasada	21	34,86	4,98		
	Sin pareja	24	34,25	4,75		
	Pareja actual	60	20,42	4,50		

Incomodidad con la intimidad	Pareja pasada	21	22,43	4,61		
	Sin pareja	24	26,33	4,96	23,26	<,001
Apego Adulto	**Pareja actual**	**60**	**137,62**	**20,95**		
	Pareja pasada	**21**	**131,38**	**21,25**		
	Sin pareja	**24**	**146,29**	**24,34**	**4,63**	**,09**
Ansiedad de separación	Pareja actual	60	18,20	8,76		
	Pareja pasada	21	13,05	6,64	8,41	,01
	Sin pareja	24	19,63	9,56		
Expresión afectiva (pareja)	Pareja actual	60	11,75	5,37		
	Pareja pasada	21	8,76	4,46	5,87	,04
	Sin pareja	24	11,92	5,28		
Modificación de planes	Pareja actual	60	8,75	3,67		
	Pareja pasada	21	6,62	2,81	6,68	,03
	Sin pareja	24	7,96	4,75		
Miedo a la soledad	Pareja actual	60	6,90	4,11		
	Pareja pasada	21	5,29	3,78	4,77	,09
	Sin pareja	24	7,96	4,74		
Expresión límite	Pareja actual	60	4,65	2,71		
	Pareja pasada	21	3,81	1,66	1,59	n.s.
	Sin pareja	24	4,63	2,79		
Búsqueda de atención	Pareja actual	60	5,52	2,45		
	Pareja pasada	21	5,24	2,44	2,59	n.s.
	Sin pareja	24	6,33	2,69		
Dependencia Emocional (Total)	**Pareja actual**	**60**	**55,77**	**21,96**		
	Pareja pasada	**21**	**42,76**	**18,49**		
	Sin pareja	**24**	**58,42**	**24,76**	**8,47**	**,01**

* Análisis de *H* Kruskall-Wallis.

En la relación entre el grado de dependencia emocional y los estilos de apego Adulto, en la cual se halló una correlación positiva y significativa entre dependencia

emocional y apego adulto, (r_s = 62; Sig. < .001), como así como también 26 (74%) de las 35 correlaciones entre los factores de ambas escalas, dependencia emocional y apego adulto. Los resultados indicaron que aquello/as que necesitan aprobación, temen al rechazo, son más dependientes. Además, aquellos que muestran una forma de resolución hostil de conflicto, tendencia al enfado, rencor y posesividad (apego inseguro) tienden a poner en evidencia más situaciones o eventos que generan estados emocionales perturbadores. Aquellos que experimentan mayor incomodidad con la intimidad, esto es, autosuficiencia emocional ante una elevada necesidad de individualidad, prioridad de la autonomía frente al establecimiento de lazos afectivos y evitación del compromiso emocional, tienden además a mostrar conductas de aferramiento y búsqueda de atención, así como conductas que buscan reparar la ruptura de la dependencia emocional (Tabla 4).

TABLA 4: CORRELACION ENTRE APEGO ADULTO Y DEPENDENCIA EMOCIONAL

		Baja autoestima	*Rencor y posesividad*	*Expresión de sentimientos*	*Incomodidad con la intimidad*	**APEGO ADULTO**
Ansiedad de separación	r_s	,52	,49	,11	,226*	**,586****
	Sig.	<,001	<,001	n.s.	,01	**<,001**
Expresión afectiva (Pareja)	r_s	,54	,48	,06	,16	**,56**
	Sig.	<,001	<,001	n.s.	,04	**< ,001**
Modificación de planes	r_s	,29	,30	-,06	,10	**,29**
	Sig.	,001	,001	n.s.	n.s.	**,001**
Miedo a la soledad	r_s	,48	,34	,005	,26	**,47**
	Sig.	<,001	<,001	n.s.	,003	**< ,001**
Expresión límite	r_s	,44	,45	-,02	,21	**,48**
	Sig.	<,001	<,001	n.s.	,01	**< ,001**
Búsqueda de atención	r_s	,38	,43	,03	,12	**,43**
	Sig.	<,001	<,001	n.s.	n.s.	**< ,001**
Dependencia	r_s	**,59**	**,53**	**,03**	**,23**	**,62**

Emocional (Total)	**Sig.**	**< ,001**	**< ,001**	**n.s.**	**,007**	**< ,001**

Se llevó a cabo una comparación entre aquellos/as con y sin hijos (n = 27 vs. 78%). Se encontró que quienes no tienen hijos puntúan significativamente más bajo en comparación con quienes tienen hijos (z = 2,62; Sig. = .009) en Apego inseguro, pero sin diferencias para Dependencia Emocional (ver Tabla 5).

TABLA 5: DIFERENCIAS ENTRE INDIVIDUOS CON Y SIN HIJOS EN APÉGO ADULTO Y DEPENDENCIA EMOCIONAL

Variables	*Grupo*	*N*	*Media*	*DT*	*z**	*Sig.*
Apego Adulto	Con hijos	27	128,81	20,32	2,62	,009
	Sin hijos	78	141,65	21,95		
Dependencia Emocional	Con hijos	27	50,00	21,97	1,12	n.s.
	Sin hijos	78	55,08	22,69		

*Análisis de *U* de Mann-Whitney

Se correlacionó la edad y nivel social con apego adulto y dependencia emocional. Se encontró que los más jóvenes tienden (marginalmente) a mostrar más apego inseguro y dependencia emocional (Sig. = .05 y .04, respectivamente) aunque ninguna correlación con el nivel social (Tabla 6).

TABLA 6: CORRELACION ENTRE EDAD Y NIVEL SOCIAL CON APEGO ADULTO Y DEPENDIENCIA EMOCIONAL

Variables		*Edad*	*Nivel Social**
Baja autoestima	r_s	-,18	-,19
	Sig.	,03	,02
Rencor y posesividad	r_s	-,11	,01
	Sig.	n.s.	n.s.

Expresión de sentimientos	r_s	,02	,194
	Sig.	n.s.	,02
Incomodidad con la intimidad	r_s	-,10	-,15
	Sig.	n.s.	,04
Apego (Total)	r_s	**-,15**	**-,10**
	Sig.	**,05**	**n.s.**
Ansiedad de separación	r_s	-,20	-,05
	Sig.	,01	n.s.
Expresión afectiva (Pareja)	r_s	-,18	-,05
	Sig.	,02	n.s.
Modificación de planes	r_s	-,01	,15
	Sig.	n.s.	,04
Miedo a la soledad	r_s	-,02	-,12
	Sig.	n.s.	n.s.
Expresión límite	r_s	-,04	,05
	Sig.	n.s.	n.s.
Búsqueda de atención	r_s	-,18	-,05
	Sig.	,03	n.s.
Dependencia Emocional (Total)	r_s	**-,16**	**-,04**
	Sig.	**,04**	**n.s.**

* Nivel social rango: 1 = Bajo, 2 = Medio-bajo, 3 = Medio, 4= Medio-alto y 5 = Alto

Discusión y Conclusión

El objetivo general de este estudio fue evaluar el grado de dependencia emocional y su relación con el apego adulto entre individuos en relación de pareja actual, pasada y sin pareja. Los resultados obtenidos dan cuenta que hay una relación positiva y significativa entre apego adulto y dependencia emocional (rs = 62; Sig. <

.001).Lo cual confirma la H1 de la presente investigación, que sostenía que había una relación significativa y positiva entre apego adulto y dependencia emocional.

Así mismo, los resultados también indicaron que aquello/as que necesitan aprobación, temen al rechazo, son más dependientes. Además, aquellos que muestran una forma de resolución hostil de conflicto, tendencia al enfado, rencor y posesividad (apego inseguro) tienden a poner en evidencia más situaciones o eventos que generan estados emocionales perturbadores. Aquellos que experimentan mayor incomodidad con la intimidad, esto es, autosuficiencia emocional ante una elevada necesidad de individualidad, prioridad de la autonomía frente al establecimiento de lazos afectivos y evitación del compromiso emocional, tienden además a mostrar conductas de aferramiento y búsqueda de atención, así como conductas que buscan reparar la ruptura de la dependencia emocional. En el sentido que el apego inseguro se relaciona con los mayores niveles de dependencia emocional.

Ante ello, Li & Chan, (2012). Describen, que las personas con un estilo de apego inseguro mantienen formas de relacionarse poco adaptativas, en la medida que un alto nivel de ansiedad conlleva al deseo por mantener la proximidad y preocupación por el abandono, así como también una hiperactivación de estrategias dirigidas a mantener la relación amorosa.

Los resultados obtenidos en el presente estudio, van en línea con los hallados en las siguientes investigaciones, como las de Achina Guevara (2021), Rocha Narváez, Umbarila Castiblanco, Meza Valencia y Riveros (2019), Espinoza (2019), y Valle & De la Villa Moral (2018), por citar a algunos de los antecedentes, en los cuales sus resultados demostraron que existe una correlación positiva y significativa entre apego adulto y dependencia emocional.

Ante lo desarrollado, Sroufe (2000), describe que, son las relaciones tempranas de apego las que se pueden constituir en un prototipo de las relaciones más vinculantes que el individuo puede conformar en el transcurso de la vida.). Así mismo, Izquierdo y Acosta (2013) incluso se cuestionan acerca de si el apego es el origen de la dependencia afectiva, por lo que una historia de apego seguro podría actuar como factor de protección frente a conflictos en las relaciones afectivas futuras (Smith, Ortiz y Apodaca, 2014)

También, se destaca el siguiente resultado obtenido, donde se ha demostrado que aquellos/as sin pareja tenderán a mostrar más dependencia emocional y apego inseguro, en comparación con quienes tienen o han tenido pareja. Apego inseguro X^2 (146,29) = 4,63; Sig. = .09; y para Dependencia Emocional X^2 (48,42) = 8,47; Sig. = .01, .Lo cual confirma la H2, que sostiene que aquellos/as sin pareja tenderán a mostrar más dependencia emocional y apego inseguro, en comparación con quienes tienen o han tenido pareja. Siguiendo esta línea, un estudio realizado, por Yoplac Terrones (2019), donde sus resultados indicaron, en relación a la dependencia emocional, que los participantes que no tienen pareja tienen un puntaje significativamente mayor en comparación a los que tienen pareja, tanto en la escala total, como en las sub escalas se obtuvieron diferencias significativas en el análisis.

Cabe destacar que Castello (2000) ha sostenido que la persona que es dependiente emocional, siente una necesidad imperiosa hacia otra persona, y que esto ocurre a lo largo de sus diferentes relaciones de pareja. Sin embargo, este carácter crónico afectivo, no se basa en la sucesión de dichas relaciones, sino que está inmersa en la personalidad del sujeto; es decir, que el dependiente emocional lo es aunque no esté en pareja. Lo cual concuerda con los resultados obtenidos en el presente estudio, donde los sujetos encuestados que no han tenido nunca una relación de pareja, puntúan

más alto en Dependencia Emocional, que aquellos que tienen pareja o que anteriormente han tenido pareja.

En este sentido, a decir de las actitudes de las personas dependientes son aquellas que dirigen sus actitudes al mantenimiento de la cercanía interpersonal, esto como producto de los pensamientos y creencias erróneas acerca de la percepción de uno mismo y de relación con los otros (Castello 2005).

En cuanto a la relación que puede establecerse a partir de los resultados entre apego adulto y dependencia emocional, y las características sociodemográficas de la muestra. En cuanto a la edad, los resultados obtenidos indican que hay asociación entre edad y apego adulto, donde los sujetos más jóvenes tienden a mostrar más apego inseguro. Tal como lo sostiene la investigación de Valle y De La Villa Moral, (2018), donde sus resultados indicaron que hay asociación entre apego adulto y edad. Aunque contrariamente a los resultados obtenidos en el presente estudio, ya que sus hallazgos indican que los más jóvenes tienden a caracterizarse por un estilo de apego seguro. En este sentido, Melero y Cantero (2008) indicaban que empleando el CAA algunos sujetos seguros podrían confundirse bajo la etiqueta de huidizo-alejado debido a que su característica de autonomía puede conllevar a una elevada puntuación en autosuficiencia.

Siguiendo esta línea, también se ha encontrado que los más jóvenes puntúan mayor en dependencia emocional. Lo cual concuerda con el estudio realizado en Perú, por Yoplac Torres (2019) lo cual indica que los participantes con edades más avanzadas presentaban menos dependencia emocional. Lemos y Londoño (2006) explican que esto podría deberse a que, a pesar de que la dependencia emocional puede ser una característica estable en el tiempo, al aumentar la edad, la expresión de la misma se limita a los comportamientos socialmente apropiados frente a otros adultos.

En cuanto al género, no se hallaron diferencias significativas. Lo cual va en línea con estudios previos que plantean que la característica género, no afecta la calidad del vínculo del apego en adultos (Alonso-Arbiol et al., 2007; Mikulincer y Shaver, 2007; Barreto Atunes y Rodríguez, 2019; Valle y De La Villa Moral, 2018). Como así también, tampoco se han encontrado diferencias significativas con la característica género y Dependencia emocional, contrariamente a lo planteado por Yoplac Torres (2019), donde sus resultados indican que hay diferencias significativas en la escala total y en tres escalas de Dependencia emocional, donde se observa que los hombres obtienen puntajes mayores en comparación a las mujeres. No obstante, se infiere, que el presente resultado obtenido, puede estar condicionado debido a que los hombres que participaron de la muestra es mínima, (14 %), en comparación con las mujeres, (86 %). Por lo cual la muestra no es equilibrada. Quedando como pendiente para futuras investigaciones.

En cuanto a nivel social, no se han hallado resultados significativos. Lo cual va en línea con los resultados obtenidos en un estudio realizado por Rocha Narváez, et al. (2019), donde sus resultados indicaron, que cinco de los seis factores analizados, de dependencia emocional, no presentan diferencias significativas según el nivel social.

En cuanto, a la relación de, si tienen hijos o no, los resultados han demostrado que aquellos estudiantes que no tienen hijos, puntúan menos en apego adulto. Este hallazgo resulta interesante, ya que la muestra estuvo conformada, por sujetos con hijos (27%). Y sujetos sin hijos (78%). Ante lo cual, resulta interesante, que en investigaciones futuras se realice un análisis más exhaustivo, en cuanto a estudios a realizarse, que den cuenta si la variable tener hijos se relaciona o no con la variable apego adulto.

En cuanto a las limitaciones del presente estudio, cabe destacar que los instrumentos utilizados no han sido adaptados para población argentina. Pero si fueron construidos y validados en la población colombiana (DE), y española (CAA). Por otro lado, se aclara que los resultados obtenidos, no son generalizables al resto de la población, ya que la muestra corresponde únicamente a estudiantes universitarios de Gran Buenos Aires. Por último, debido a la extensión de los cuestionarios a responder, podría existir la posibilidad de que un porcentaje de la muestra haya respondido bajo el efecto de la fatiga, lo que tiene influencia en la adecuada obtención de datos objetivos. Se recomienda tener en cuenta estas limitaciones al momento de realizar futuros estudios. Asimismo, a lo largo de la presente discusión se han realizado inferencias sobre algunos de los datos recabados con relación a las variables sociodemográficas género, edad, si tienen hijos o no y nivel social, las cuales podrán ser contempladas para futuras investigaciones.

Como así también, al no tener investigaciones en el país, nos encontramos sin datos de nuestra población con quienes comparar nuestros resultados pero puede ser este estudio la base para futuras investigaciones, que den cuenta de la importancia que conlleva generar apego seguro en la primera infancia, para poder obtener herramientas que servirán de apoyo en el ciclo vital de los individuos para construir relaciones basadas en el amor saludable.

En conclusión, el objetivo del presente estudio fue evaluar el grado Dependencia Emocional, y su relación con el apego adulto, en relación de pareja actual, pasada y sin pareja. Los resultados indicaron una relación positiva muy fuerte entre el tipo de vínculo afectivo que establece una persona en la expresión de sus modelos mentales conformados por las experiencias de interacción (Apego Adulto) con el conjunto de creencias acerca de la visión de sí mismo/a y de la relación con los otros, tales como las

creencias sobrevaloradas frente a la amistad, la intimidad y la interdependencia (Dependencia Emocional).

Por otra parte, los resultados también demuestran que aquellos/as sin pareja (actual) tienden a experimentar más incomodidad con la intimidad, un atributo del apego caracterizado por la autosuficiencia emocional ante una elevada necesidad de individualidad, prioridad de la autonomía frente al establecimiento de lazos afectivos y evitar el compromiso emocional así como mayor dependencia emocional en comparación con quienes tienen o han tenido pareja.

Así mismo, se encontraron diferencias entre aquello/as cuyos hijos producen mayor nivel de apego inseguro en su vida adulta en comparación con quienes no los tienen, es decir, aquellos adultos con hijos presentan más miedo al rechazo, están más preocupados por las relaciones sociales y tienen más dificultades para resolver conflictos así como tendencia al enfado, al rencor y la posesividad. En cuanto las características sexo y nivel social, no se han hallados resultados significativos.

En cuanto la característica sociodemográfica, edad, los resultados obtenidos dan cuenta que los sujetos más jóvenes tienden a mostrar más apego inseguro y dependencia emocional.

Finalmente, resulta importante reflexionar sobre la Dependencia Emocional, ya que esta da cuenta de que contamos con un tipo de trastorno relacional, tal como lo sostiene Moral y Sirvent (2008), en la cual la persona no es consciente de la situación. Ante lo cual, estas personas deberían acudir a la ayuda psicológica para que la misma pueda trabajar y obtener herramientas que le permita lograr tener relaciones sanas. Si no se toma conocimiento de este tema a nivel social, tampoco se puede incidir para lograr un cambio a nivel psicológico.

Referencias

Achina Guevara J. (2021). *Dependencia emocional y estilos de apego durante las relaciones de noviazgo en jóvenes*. [Tesis de Grado, Universidad Central del Ecuador Facultad de ciencias psicológica carrera de psicología clínica]. Repositorio Institucional http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/25568/1/FCP-CPC-ACHINA%20JOSELYN.pdf

Aiquipa, J. (2012). Diseño y validación del Inventario de Dependencia Emocional – IDE. *Revista de Investigación en Psicología (IIPSI), 15*(2), 133-145 https://doi.org/10.15381/rinvp.v15i1.3673

Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C, Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation.* Erlbaum.

Ainsworth, MS (1989). Apegos más allá de la infancia. *American Psychologist*, *44* (4), 709–716. http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.44.4.709

Alonso-arbiol, I., Balluerka, N., & 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

Artigué, E. S. (2014). *Estilos de apego en vínculos románticos y actitudes hacia el amor*. [Tesis de grado, Universidad Abierta Interamericana]. Repositorio, Universidad Abierta Interamericana. https://imgbiblio.vaneduc.edu.ar/fulltext/files/TC119453.pdf

Arrimada, M., 2022. Las 3 etapas de la adultez y sus características. *Psicología y mente* https://psicologiaymente.com/desarrollo/etapas-adultez

Barreto Antúnez, M. y Rodríguez Chuquino, F. (2019). *Apego y dependencia emocional en estudiantes universitarios de la provincia de Santa*. [Tesis de Grado, Universidad César Vallejos]. Repositorio digital institucional, de la Universidad César Vallejos.] https://hdl.handle.net/20.500.12692/40301

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*, 226-244. https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.2.226

Bowlby J. (1969), *Attachment and Loss. Volumen 1*. Attachment. Hogarth Press. Penguin Books.

Bowlby, J. (1979). *The making and breaking of affectional bonds*. Tavistock.

Bowlby, J. (1982). *Apego y pérdida. Volumen 1*. Anexo. Libros básicos.

Bowlby, J. & Miralles, A. G. (1986). *Vínculos afectivos: formación, desarrollo y Pérdida*.

Bretherton, I.(1992). The Origins of Attachment Theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology, 28* (5), 759-820. https://www.freepsychotherapybooks.org/ebook/attachment-theory-separation-anxiety-and-mourning/?gclid=Cj0KCQiA7bucBhCeARIsAIOwr-8a0iXifuzoTTq-B9jrkN_qvGYfWda_cm63W-6WLX6ZxYxpVGBYGlcaAl2CEALw_wcB

Cassidy, J. (2008). The nature of child´s ties. En J.Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical implications* (pp. 3-22). Hogarth Press.

Castelló, J. (2000, 1/1/2000). *Análisis del concepto "dependencia emocional".* Psiquiatria.com https://psiquiatria.com/bibliopsiquis/analisis-del-concepto-dependencia-emocional/

Castelló, J. (2002, s.f.). *Tratamiento de la dependencia emocional en la mujer.* II Symposium nacional de adicción en la mujer. http://www.institutospiral.com/cursosyseminarios/resumenes/Jorge%20Castello.htm

Castelló, J. (2005). *Dependencia emocional. Características y tratamiento*.

Casullo, M. & Fernández Liporace, M. (2005). Evaluación de los estilos de apego en adultos. *Anuario de Investigaciones, 12*, 183- 192. https://www.redalyc.org/pdf/3691/369139941018.pdf

Corbetta, P. (2007). *Metodologías y Técnicas de Investigación Social.* McGrawHill/Interamerica.

Cortijo Garay R. & Vargas Dávila A. (2021*). Apego adulto y dependencia emocional en estudiantes de una universidad.* [Tesis de Grado, Universidad Peruana de ciencias aplicadas] Repositorio académico UPC. http://hdl.handle.net/10757/658566

Espínola Strange I., Cambranis Ortega A., Salazar Moreno A., & Esteves Gamboa C. (2017). Aproximación al concepto de pareja. Revista Electrónica de Psicología para las américas, *2*(29). http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psilat/n29/a02n29.pdf

Espinoza Miranda, N. Y. (2019). *Estilos de apego y dependencia emocional en estudiantes de psicología de una institución educativa superior*.[Tesis de Posgrado. Universidad Cesar Vallejo.] . Repositorio de la Universidad Cesar Vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/36565

Feeney, J. A., & Noller, P. (1990). Attachment style as a predictor of adult romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 58*(2), 281-301.

Hernandez-Sampieri, R., & Torres, C. P. M. (2018). Metodología de la investigación. (vol.4). McGraw-Hill Interamericana.

Izquierdo & Gómez-Acosta, (2013) Dependencia afectiva: abordaje desde una perspectiva contextual. *Psicología. Avances de la disciplina*, *7*(1), pp. 81-91 https://www.researchgate.net/publication/344490199_Dependencia_afectiva_abordaje_desde_una_perspectiva_contextual

Joel, S., MacDonald, G., y Shimotomai, A. (2010). Conflicting pressures on romantic relationships commitment for anxiously attached individuals. *Journal of Personality*, *79*(1), 51-74.

Lemos Hoyos, M., & Londoño Arredondo, N.H. (2006). Construcción y validación del cuestionario de dependencia emocional en población colombiana. *Acta Colombiana de Psicología*, *9*(2), 127-140. https://www.redalyc.org/pdf/798/79890212.pdf

Li, T., & Chan, D. K. S. (2012). How anxious and avoidant attachment affect romantic relationship quality differently: A metaanalytic review. *European Journal of Social Psychology*, *42*(4), 406-419.

López, J., Escalante, Y., Fonseca, R., Santana, M. & Carvajal, N. (2011). La definición de amor y dependencia emocional en adolescentes de Mérida, Yucatán. *Revista Electronica de Psicología Iztacala*, *14*(3), 176-193. https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2011/epi113k.pdf

Main, M. y Solomon, J. (1990). Procedures for identifying infants as disorganized/ disoriented during the Ainsworth Strange Situation. En M. T. Greenberg, D. Cicchetti, & E. M. Cummings (Eds.), *The John D. & Catherine T. MacArthur Foundation series on mental health and development. Attachment in the preschool years: Theory, research, and intervention* (pp. 121-160). McGraw-Hill Interamericana

Martínez-Álvarez, J. L., Fuertes-Martín, A., Orgaz- Baz, B., Vicario-Molina, I., & 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. https://doi.org/10.6018/analesps.30.1.135051

Melero, R. & Cantero, M.J. (2008). Los estilos afectivos en la población española: Un cuestionario de evaluación del apego adulto *Clínica y Salud, 19,* 83-100. https://www.researchgate.net/publication/262552257_Los_estilos_afectivos_en_la_poblacion_espanola_Un_cuestionario_de_evaluacion_del_apego_adulto

Mikulincer, M. & 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

Mikulincer, M. & Shaver, P. R. (2007). Attachment in adulthood. Structure, dynamics, and change. New York, London: Guilford Press.

Moral, M. V., & Sirvent, C. (2008). Dependencias sentimentales o afectivas: Etiología, clasificación y evaluación. *Revista Española de Drogodependencia, 33*(2), 145-167. https://www.redalyc.org/pdf/284/28412891004.pdf

Moral, M. V. & Sirvent, C. (2009). Dependencia afectiva y género: Perfil sintomático diferencial en dependientes afectivos españoles. *Revista Interamericana de Psicología, 43*(2), 230-240. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28412891004

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

Pérez Gómez J., Huaricacha Sucari J. y Gianella Pastor Talavera k. (2021). *Los estilos de apego y dependencia emocional en estudiantes de 5º Y 6º semestre del Instituto María Montessori, Arequipa 2021*. [Tesis de Grado, Universidad Autónoma de Ica.] Repositorio Univesidad autónoma de Ica.

http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/autonomadeica/1152

Rocha Narváez, B. L., Umbarila Castiblanco, J., Meza Valencia, M., & Riveros, F. (2019) Estado actual de la teoría del apego. *Diversitas: Perspectivas en Psicología, 15*(2), 285-299. https://doi.org/10.15332/22563067.5065

Salazar Gutiérrez S. & Sotelo Castro (2021). *Influencia del apego adulto sobre la dependencia emocional en las relaciones de pareja en estudiantes universitarios, en Lima, Perú.* [Tesis de Grado, Universidad San Ignacio de Loyola]. Repositorio Universidad de San Ignacio. https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/306afd3d-52b3-4219-af37-f00e53b79f07/content

Salinas, A.E. (2017*). Estilos de apego y Dependencia Emocional en estudiantes preuniversitarios de la Universidad católica de Santa María* [Tesis de pregrado, Universidad Católica de Santa María]. Repositorio UCSM. Universidad Católica de Santa María. http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/handle/UCSM/7200

Sangrador, J.L. (1993). Consideraciones psicosociales sobre el amor romántico. *Psicothema, 5*(1), 181-196. https://www.psicothema.com/pdf/1137.pdf

Simpson, J.A. & Steven Rholes, W. (1998). *Attachment Theory and Close Relationships*. The Guilford Press.

Sirvent, C. (2004, Octubre). Adicción al amor y otras dependencias sentimentales. Encuentro de Profesionales en Drogodependencias y Adicciones, Chiclana. https://www.redalyc.org/pdf/284/28412891004.pdf

Sirvent, C., & Moral, M. V. (2007). La dependencia sentimental. *Anales de Psiquiatría, 23*(3), 93-94. https://www.researchgate.net/publication/274954114_Dependencias_sentimentales_o_afectivas_etiologia_clasificacion_y_evaluacion

Smith-Etxeberría, K., Ortiz-Barón, M. J., & Apodaca-Urquijo, P. (2014). Experiencias e interacciones de la familia de origen y su influencia en las relaciones afectivas de los adultos jóvenes. *Apuntes de Psicología, 32*(2), 127-136. https://hdl.handle.net/11441/85223

Sroufe, L. A. (2000). Early relationships and the development of children. *Infant Mental Health Journal*, 21(1-2), 67-74. https://doi.org/10.1002/(SICI)1097-0355(200001/04)21:1/2<67::AID-IMHJ8>3.0.CO;2-2

Valle L. y De la Villa Moral M. (2018), La 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://www.rips.cop.es/pdf/art132018e13.pdf

Yoplac-Terrones, V. (2019*). Dependencia emocional y apego adulto en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana*. [Tesis de Grado. Universidad Católica de Perú.] Repositorio PUCP. Pontifica Universidad Católica de Perú, Facultad de Psicología. https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/17850/YOPLAC_TERRONES_VANIA_DEL_ROSARIO%20%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Anexo 1: Cuestionarios

Cuestionario De Apego Adulto

Melero, R. & Cantero, M.J., (2005)

A continuación, encontrará una serie de afirmaciones, señale el número que corresponda al grado en que cada una de ellas describe sus sentimientos o la forma de comportarse en sus relaciones.

1-COMPLETAMENTE EN DESACUERDO, 2-BASTANTE EN DESACUERDO, 3-ALGO EN DESACUERDO, 4-ALGO DE ACUERDO, 5-BASTANTE DE ACUERDO, 6-COMPLETAMENTE DE ACUERDO

1. Tengo facilidad para expresar mis sentimientos y emociones.
2. No admito discusiones sí creo que tengo razón
3. Con frecuencia, a pesar de estar con gente importante para mí me siento sólo/a y falto de cariño.
4. Soy partidario/a del “ojo por ojo y diente por diente”.
5. Necesito compartir mis sentimientos.
6. Nunca llego a comprometerme seriamente en mis relaciones.
7. Si alguien de mi familia o un amigo/a me lleva la contraria, me enfado con facilidad
8. No suelo estar a la altura de los demás.
9. Creo que los demás no me agradecen lo suficiente todo lo que hago por ellos.
10. Me gusta tener pareja, pero temo ser rechazado/a por ella.
11. Tengo problemas para hacer preguntas personales.
12. Cuando tengo un problema con otra persona, no puedo dejar de pensar en ello.
13. Soy muy posesivo/a en todas mis relaciones.
14. Tengo sentimientos de inferioridad.
15. Valoro mi independencia por encima de todo.
16. Me siento cómodo/a en las fiestas o reuniones sociales.
17. Me gusta que los demás me vean como una persona indispensable.
18. Soy muy sensible a las críticas de los demás.
19. Cuando alguien se muestra dependiente de mí, necesito distanciarme.
20. Cuando existe una diferencia de opiniones, insisto mucho para que se acepte mi punto de vista.
21. Tengo confianza en mí mismo.
22. No mantendría relaciones de pareja estables para no perder mi autonomía
23. Me resulta difícil tomar una decisión a menos que sepa lo que piensan los demás.
24. Soy rencoroso/a.
25. Prefiero relaciones estables a parejas esporádicas.
26. Me preocupa mucho lo que la gente piensa de mí.
27. Cuando tengo un problema con otra persona, intento hablar con ella para resolverlo.
28. Me gusta tener pareja, pero al mismo tiempo me agobia.

29. Cuando me enfado con otra persona, intento conseguir que sea ella la que venga a disculparse.
30. Me gustaría cambiar muchas cosas de mí mismo.
31. Si tuviera pareja y me comentara que alguien del sexo contrario le parece atractivo, me molestaría mucho.
32. Cuando tengo un problema, se lo cuento a una persona con la que tengo confianza.
33. Cuando abrazo o beso a alguien que me importa, estoy tenso/a y parte de mí se siente incómodo/a.
34. Siento que necesito más cuidados que la mayoría de las personas.
35. Soy una persona que prefiere la soledad a las relaciones sociales.
36. Las amenazas son una forma eficaz de solucionar ciertos problemas.
37. Me cuesta romper una relación por temor a no saber afrontarlo.
38. Los demás opinan que soy una persona abierta y fácil de conocer.
39. Necesito comprobar que realmente soy importante para la gente.
40. Noto que la gente suele confiar en mí y que valoran mis opiniones.

Cuestionario De Dependencia Emocional (CDE)

Lemos M. & Londoño, N. H. (2006)

Actualmente tengo una relación sentimental: SI NO

Anteriormente tuve una relación sentimental: SI NO

Aun no tuve ninguna relación sentimental: SI NO

Usted encontrará unas afirmaciones que una persona podría usar para describirse a sí misma.

Por favor, lea cada frase y decida que tan bien lo(a) describe. Cuando no esté seguro(a), base su respuesta en lo que usted siente, no en lo que usted piense que es correcto. Elija el puntaje más alto de 1 a 6 que mejor lo(a) describa según la siguiente escala:

1	2	3	4	5	6
Completamente falso de mí	La mayor parte falso de	Ligeramente más	Moderadamente verdadero de mí	La mayor parte	Me describe Perfectamente

	mí	verdadero que falso		verdadero de mí	

1	Me siento desamparado cuando estoy solo	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
2	Me preocupa la idea de ser abandonado por mi pareja	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
3	Para atraer a mi pareja busco deslumbrarla o divertirla	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
4	Hago todo lo posible por ser el centro de atención en la vida de mi pareja	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
5	Necesito constantemente expresiones de afecto de mi pareja	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
6	Si mi pareja no llama o no aparece a la hora acordada me angustia pensar que está enojada conmigo	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
7	Cuando mi pareja debe ausentarse por algunos días me siento angustiado	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
8	Cuando discuto con mi pareja me preocupa que deje de quererme	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
9	He amenazado con hacerme daño para que mi pareja no me deje	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
10	Soy alguien necesitado y débil	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
11	Necesito demasiado que mi pareja sea expresiva conmigo	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
12	Necesito tener a una persona para quien yo sea más especial que los demás	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**

13	Cuando tengo una discusión con mi pareja me siento vacío	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
14	Me siento muy mal si mi pareja no me expresa constantemente el afecto	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
15	Siento temor a que mi pareja me abandone	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
16	Si mi pareja me propone un programa dejo todas las actividades que tenga para estar con ella	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
17	Si desconozco donde está mi pareja me siento intranquilo	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
18	Siento una fuerte sensación de vacío cuando estoy solo	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
19	No tolero la soledad	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
20	Soy capaz de hacer cosas temerarias, hasta arriesgar mi vida, por conservar el amor del otro	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
21	Si tengo planes y mi pareja aparece los cambio sólo por estar con ella	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
22	Me alejo demasiado de mis amigos cuando tengo una relación de pareja	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**
23	Me divierto solo cuando estoy con mi pareja	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**