



UNIVERSIDAD
SAN IGNACIO
DE LOYOLA

FACULTAD DE HUMANIDADES

Carrera de Psicología

**APEGO ADULTO Y BIENESTAR PSICOLÓGICO
EN RELACIONES DE PAREJAS UNIVERSITARIAS
DE LIMA METROPOLITANA**

**Trabajo de investigación para optar el Grado Académico de
Bachiller en Psicología**

HELGA VICTORIA CÓRDOVA HUAMÁN

Asesor:

Dr. Edwin Salustio Salas Blas

Lima – Perú

2020

Agradecimientos

Agradezco a mi hermano Jaime y a Jesús por motivarme a estudiar la carrera de Psicología, por estar a mi lado desde siempre y por ser ellos mi razón de querer ser una psicoterapeuta. Asimismo, agradezco a cada amigo que me ha brindado su ayuda incondicional y a mi familia por su soporte emocional.

Tabla de contenido

Portada

Tabla de contenido

Resumen

Abstract

Introducción

Método

 Tipo y diseño de investigación

 Participantes

 Instrumentos de recolección de información

 Procedimientos

Análisis de datos

Resultados

Discusión y conclusiones

Referencias

Apéndices

 1. Consentimiento informado y Ficha sociodemográfica

Resumen

El presente estudio relaciona el apego adulto en sus dimensiones ansiedad y evitación con el bienestar psicológico en parejas universitarias de Lima Metropolitana. A 170 participantes se les aplicaron dos instrumentos: la Escala de Experiences in Close Relationships (ECR-R) de Nóbrega et al. (2018) y la Escala de Bienestar Psicológico para estudiantes universitarios (BIEPS-A) de Domínguez (2014). Los resultados obtenidos presentan una relación inversa de la dimensión ansiedad con las dimensiones de bienestar psicológico; aceptación/control de situaciones, autonomía y vínculos sociales. A su vez, la dimensión evitación se asocia negativamente con las dimensiones aceptación/control de situaciones, proyectos y vínculos sociales. También se obtuvo una correlación positiva entre las dimensiones de apego adulto con la variable sociodemográfica tiempo de relación de pareja y una relación negativa entre el bienestar psicológico y el tiempo de relación de pareja.

Palabras claves: apego adulto, bienestar psicológico, parejas universitarias.

Abstract

The present study relates adult attachment in our dimensions (anxiety and avoidance) with psychological well-being in university couples in Metropolitan Lima. Two instruments were applied to 170 participants: the Nóblega et al., at Scale of Experiences in Close Relationships (ECR-R) (2018) and the Domínguez Scale of Psychological Well-Being for University Students (BIEPS-A) (2014). The results obtained present a negative correlation between adult attachment in its dimensions (anxiety and avoidance) and psychological well-being. Likewise, there is an inverse relationship in the anxiety dimension with the dimensions of psychological well-being; acceptance / control of situations, autonomy, and social ties. In turn, the avoidance dimension obtains a negative association with the acceptance / control dimensions of situations, projects, and social ties. A positive correlation was also obtained between the dimensions of adult attachment with the sociodemographic variable, relationship time. And a significant relationship between psychological well-being and relationship time.

Key words: *adult attachment, psychological well-being, university couples*

Introducción

En la actualidad se observa que en el transcurso de los años los estilos de vida, las conductas y los pensamientos de las personas van cambiando constantemente por lo que Contreras (2016) indica que la psicología debe comprender dichos cambios, por lo cual al estudiar las relaciones de parejas universitarias se debe tomar en cuenta la teoría de apego y los factores sociales que influyen en la dinámica de la relación.

Según Mohand y Herrera (2014) en el entorno universitario se ha observado que se forman relaciones sentimentales entre estudiantes, lo cual es uno de los factores que pueden facilitar o dificultar los procesos de enseñanza y aprendizaje en los jóvenes; Blandón y López (2016) señalan que, para los jóvenes, las relaciones de pareja son un vínculo significativo debido a que se ofrece estabilidad, compromiso y proyecciones a futuro. Romo (2008) indica que elegir una pareja y una profesión son decisiones trascendentales para la vida del joven universitario ya que representa un paso de la juventud a la adultez.

Las investigaciones recientes señalan que las relaciones sentimentales de los estudiantes universitarios tienden a ser inestables y muchas veces no saben qué tipo de relación están formando (Cruz & Lázaro, 2016). Por lo que esto podría ocasionar constantes conflictos y una dinámica disfuncional, lo cual podría causar índices de depresión, niveles bajos de satisfacción y mayores problemas de salud (Medina, Rivera & Aguasvivas, 2016).

De acuerdo con lo anterior, existen diversos estudios que afirman que el apego influye en las relaciones de pareja, según Iseda y Pinzón (2020) el apego es un lazo afectivo que se desarrolla en la infancia y que persiste en la adultez. Puente y Huertas (2019) afirman que el apego formado en la infancia tiene la capacidad predictiva e influye en la calidad de las relaciones de pareja. Esto se debe a que existen estilos de apego que son patrones de conductas que predisponen una forma diferente en relacionarse emocionalmente con los demás (Lastra, Umbo & Ramírez, 2016). Es decir, los estilos de apego tienen diferentes estructuras comportamentales; por ejemplo, el apego seguro está asociado con índices altos de satisfacción con la pareja y niveles bajos de ansiedad debido a la capacidad de establecer relaciones íntimas (Guzmán et al., 2014). Mientras que, el apego inseguro, se asocia con problemas para formar relaciones de confianza con los demás ya que tienen esquemas mentales negativos sobre los otros y sobre sí mismo

(Guzmán et al., 2016). Las relaciones afectivas son fuentes de felicidad cuando hay satisfacción y bienestar en la pareja (Barajas & Cruz, 2017). Por lo que, una relación de pareja al tener un vínculo afectivo positivo presenta un mayor grado de satisfacción y compromiso del cual influye en la calidad de la relación (Páez, 2014).

Por tal motivo, la presente investigación se plantea la siguiente pregunta ¿Cuál es la relación entre apego adulto en sus dimensiones (ansiedad y evitación) y bienestar psicológico en las parejas universitarias de Lima Metropolitana?

La teoría del apego fue propuesta por Bowlby, que explica y conceptualiza la predisposición que tienen los individuos para crear lazos afectivos con los demás (Molera, Sospedra, Sabater & Plá, 2011). El apego es la unión emocional entre el infante y su cuidador primario, cuya unión tiene características como la reciprocidad, la proximidad e intensidad, de los cuales tienen efectos sobre la calidad del vínculo y el desarrollo emocional del niño (Cevallos, 2020).

Según Moneta (2014) durante la infancia, el niño tiende a buscar la proximidad hacia a su figura de apego, a establecer un refugio seguro y a querer una base segura para explorar su entorno, por lo que al suplir estas necesidades psicológicas le permiten al infante desarrollar un apego seguro. Sánchez (2011) sostiene que la interacción afectiva entre el progenitor y el niño crea modelos representacionales del entorno y de sí mismo. Balluerka, Lacasa, Gorostiaga, Muela y Blaise (2011) afirman que las representaciones mentales guardan un rol importante en la vida futura de la persona ya que se hallan los afectos, cogniciones y conductas que contribuirán en la formación de las relaciones interpersonales.

Guzmán y Contreras (2012) señalan que el comportamiento del adulto en la relación de pareja se encuentra influenciado por los modelos operativos internos (MOI). Estos modelos son un tipo de filtros que evalúan e interpretan las conductas de los demás y de sí mismo, por lo que desarrolla patrones de conductas, emociones y expectativas hacia las relaciones futuras (Pimentel & Santelices, 2017). Según Yárnoz, Arbiol, Plazaola y Sainz (2001) los modelos operativos hacia los demás son esquemas sobre en quién se puede confiar y quién se encuentra disponible. Y los modelos operativos de sí mismo, son percepciones de uno mismo con respecto a evaluar si merece afecto o no. Asimismo, Lucariello (2012) afirma que los MOI al ser representaciones mentales, tienden a activarse en la persona cuando experimenta una amenaza del cual hace que inmediatamente se enfoque en la figura de apego para buscar protección.

Por otro lado, según De Loayza (2019) Ainsworth realizó un estudio denominado *la experiencia extraña* donde los niños eran sometidos a experimentar la separación y el reencuentro con la madre. Se evidenció que algunos niños al separarse de su madre mostraban una conducta tranquila y segura, mientras los otros al ver la ausencia de su progenitora, tendían a llorar y a desesperarse (Álvarez, 2016). Ante estas respuestas conductuales y emocionales, Ainsworth clasificó el apego como: seguro e inseguro. El apego seguro lo describía como la capacidad de adaptarse ante una separación, mientras el apego inseguro como la dificultad de aceptar una separación (Álvarez, 2016; Arias & Carvajal, 2019; Campos, Castillo & Cifre, 2013; De Loayza, 2019;). Debido a esta clasificación de apego infantil, posteriormente se investigó con los mismos términos de apego adulto.

El apego adulto es aquel vínculo afectivo no parental, es decir una relación íntima con otras personas que no son los padres, cuya dinámica y expresiones de afectos son distintas (Díaz, 2016). Los primeros investigadores en abordar el apego adulto en las relaciones de pareja fueron Hazan y Shaver, propuesta que explicaron que las relaciones sentimentales presentan un proceso de apego y son similares a las dinámicas afectivas del apego infantil (Lira, 2017). Asimismo, plantean que el apego adulto y la calidad de relación influyen en la satisfacción de la pareja (Haden, Smith & Webster, 2014). Por lo cual, la satisfacción en la pareja es un factor fundamental para vida de la persona (Pérez, Dávalos & Rentería, 2016).

Afirma Barroso (2014) que el apego desarrollado en la niñez impacta en la forma de estar en pareja, en la forma de manifestar los afectos hacia la pareja, en la estabilidad y en las ideas positivas y negativas sobre el amor.

La presente investigación expondrá el apego adulto basado en la teoría de Brennan, Clark y Shaver. Según Zanabria (2019) el enfoque dimensional sobre el apego adulto de Brennan, Clark y Shaver, presenta el apego ansioso, como la preocupación excesiva ante el abandono o rechazo de la figura de apego. Y el apego evitativo, como la incomodidad hacia la cercanía afectiva y la dificultad para creer en el otro (Guzmán et al., 2014).

Avendaño (2019) describe que el apego ansioso tiene representaciones negativas sobre sí mismo, asume que no es merecedor de recibir afecto por lo que causa un temor extremo a ser abandonado. Y el apego evitativo, tiene representaciones negativas de los otros, debido a esto, evita y rechaza la cercanía e intimidad con los demás. Según Hidalgo (2017) las personas con niveles altos de ansiedad, en sus relaciones de pareja, suelen tener

sentimientos negativos durante la relación, viven constantemente preocupados por el abandono o rechazo de su pareja, tienden a ser pesimistas en cuanto a su relación y no tienen una predisposición para la resolución de conflictos (Guzmán, Santalices & Trabucco, 2015). Las personas con elevados niveles de evitación, afirma Picardi, et al., (2011) que son aquellas que se consideran autosuficientes, que asumen que no requieren apoyo social y tienden a excluir el sistema de apego para evitar sentimientos o pensamientos hacia a una posible figura de apego.

Spencer, Guzmán, Fresno y Ramos (2013) indican que el apego inseguro formado por el estilo de apego ansioso y evitativo se caracteriza por tener un bajo autocontrol emocional, desconfianza hacia los demás, dificultades para recibir afecto y elevados índices de estrés en la relación de pareja.

El bienestar psicológico es la capacidad de experimentar emociones positivas y pensar virtuosamente sobre sí mismo, estas experiencias son de naturaleza subjetiva, los cuales se relacionan a nivel físico, psíquico y social (Alzugaray & García, 2015).

Según Cubas y Pozo (2019) en Psicología el término bienestar psicológico es definido como felicidad y satisfacción, se centra en los aspectos de crecimiento personal, desarrollo de las capacidades y el funcionamiento de la madurez. Además, según Cárdenas et al., (2019) el concepto de bienestar es amplio, por lo que su análisis parte de dos enfoques: el primero busca la satisfacción y la felicidad personal, mientras que el segundo se centra en el desarrollo y capacidad de las personas. Estos dos enfoques han sido clasificados como bienestar subjetivo y bienestar psicológico.

Las definiciones de bienestar psicológico han ido evolucionando teórica y empíricamente, debido a que se ha observado que esta variable depende de evaluaciones y juicios personales. Según Marsollier y Aparicio (2011) dichas evaluaciones se basan en tres componentes denominado constructo triárquico, el primero son estados emocionales; positivos y negativos, el segundo, es el componente cognitivo; observación de cómo está yendo su vida, y las relaciones entre estos dos componentes (estados emocionales y componente cognitivo). Sin embargo, según Rodríguez y Quiñones (2012) no sólo a nivel cognitivo influye en el bienestar psicológico, sino también en la etapa de vida de la persona, es decir cada individuo tiene metas trazadas, por lo que al evaluar el BP debe ser estudiado los factores afectivos y ambientales.

Otras corrientes teóricas, como la teoría de autodeterminación, explica el bienestar psicológico como la obtención de los logros de metas, crecimiento personal y autonomía,

estas son vistas como necesidades básicas de la persona para lograr satisfacción (Muratori et al., 2015). Por otro lado, las teorías humanistas afirman que el bienestar psicológico está centrado en el crecimiento personal, por ejemplo, Maslow se refería al bienestar psicológico como la autoactualización, Rogers, el funcionamiento humano pleno y Allport, como el concepto de madurez (Viramontes et al., 2018). Entonces, el constructo bienestar se relaciona con salud mental, felicidad, calidad de vida y aspectos personales asociadas con su entorno, por lo que se tienen diversas definiciones en base a modelos de desarrollo, de motivación y psicología positiva (Ferrel, et al., 2014).

De acuerdo con Bautista (2019) el modelo de Ryff presenta el bienestar psicológico como un constructo multidimensional, basado en el enfoque eudemonismo, cuyo modelo está compuesto por seis dimensiones. La primera dimensión es autoaceptación, el cual es la aceptación positiva de sí mismo y de la vida pasada (Ojeda, 2018). La siguiente dimensión, relaciones positivas con otros, es ser capaz de mantener relaciones estrechas con los demás mediante la confianza y empatía (Delgado & Tejada, 2020). La dimensión autonomía, es la individualidad de la persona y la autodeterminación que tiene al afrontar los sucesos adversos (Meza, 2011). La dimensión dominio del entorno, es la capacidad de sí mismo en controlar e influir sobre su entorno (Delgado, Rodríguez, Lagunes & Vásquez, 2020). Y la dimensión propósito en la vida, se refiere al individuo que se establece metas y objetivos para los propósitos de vida (Freire, 2014). Por último, la dimensión crecimiento personal, es el progreso de la persona que busca ser mejor en lo que hace y tiende a fortalecer sus potencialidades (Tello, 2018).

Según Domínguez (2014) el enfoque de Ryff se centró en los indicadores del funcionamiento positivo, del cual fue adaptado por Casullo en una evaluación breve para adultos. Señala Bustamante (2019) que esta adaptación tiene cuatro dimensiones; aceptación/control de situación (el individuo acepta los sucesos negativos y positivos de su pasado), vínculos sociales (la persona tiene empatía y se relaciona positivamente con los demás), autonomía (toma decisiones independientemente) y proyectos (la persona asume que su vida tiene propósito). De acuerdo con Páramo, Straniero, García, Torrecilla y Escalante (2012) los proyectos de vida, los planes personales y los objetivos de la persona guardan relación directa con el bienestar debido a que estas al ser cumplidas desarrollan el grado de satisfacción vital. Por lo que, el estado de bienestar es el resultado de los logros de las metas cumplidas, la satisfacción de la vida y la experiencia de vivir más emociones positivas (Ticona & Flores, 2017).

Asili y Pinzón (2003) realizaron una investigación sobre la relación entre el estilo de apego, estilo parental y bienestar psicológico en una muestra de 100 participantes, cuya muestra estaba conformada por mujeres divorciadas y casadas. Los instrumentos usados fueron la Escala de Lazos Parentales, la Escala de Estilos de Apego y la Escala de Bienestar Psicológico. Resultados, se demostró que existen asociaciones con las dimensiones de estilos de apego y bienestar psicológico. Asimismo, existe una correlación negativa entre sobreprotección parental y bienestar psicológico. Conclusión, las variables estilos parentales y estilos de apego influyen en el bienestar psicológico de las mujeres divorciadas y casadas.

Moghadam, Rezaei, Ghaderi y Rostamian (2016) hicieron un estudio sobre la relación entre estilos de apego y felicidad en una muestra de estudiantes de medicina. Objetivo, medir la relación entre los estilos de apego y la situación de felicidad en los estudiantes. La muestra fue de 200 estudiantes de la Universidad de Kurdistan. Los instrumentos, Cuestionario Estilo de Apego de Hasan y Shaver y el Cuestionario de Felicidad Oxford. Resultados, el estilo de apego seguro predominó, del cual se halló una relación con la felicidad. Y el estilo de apego evitativo tuvo índices negativos con la capacidad de relacionarse con los demás. Conclusión, estilo de apego seguro evidencia un factor importante en los niveles altos de felicidad de los estudiantes de medicina.

Yárnoz (2010) analizó el bienestar psicológico y los estilos de apego en una muestra de 40 personas divorciadas. Objetivo, estudiar la relación entre el bienestar psicológico (afectividad positiva y negativa) y los estilos de apego. Instrumentos, Escala Relationship Questionnaire y la Escala de Afectividad Positiva y Negativa. Resultados, se halló una relación entre el bienestar psicológico con la afectividad positiva y el apego seguro mientras los estilos de apego inseguro obtienen niveles bajos de afectividad positiva. Conclusión, la asociación significativa entre las variables mencionadas requieren mayor estudio debido al tamaño de la muestra.

Matos (2017) presentó un estudio comparativo entre estilos de apego y bienestar psicológico en una muestra de 1179 estudiantes universitarios de diferentes carreras, con el objetivo de analizar los niveles de estilos de apego y bienestar psicológico. Instrumentos, Escala de Apego para Relaciones románticas y no románticas y Escala de Bienestar Psicológico para adultos. Resultados, se presentó niveles altos en el estilo de apego temeroso- evitativo e índices bajos en el apego seguro, en los estudiantes de las distintas carreras universitarias. A su vez, la mayoría presenta niveles altos de bienestar psicológico

excepto la carrera de Arquitectura. Conclusión, la aplicación del instrumento sobre estilos de apego debe ser aplicada en aspectos terapéuticos a nivel individual porque permitiría identificar los factores psicológicos de la persona.

Ojeda (2018) realizó una investigación sobre la relación entre el estilo de apego y bienestar psicológico en una muestra de 317 estudiantes de un colegio, cuyos grados fueron de primero a quinto de secundaria. Objetivo, determinar la relación entre el estilo de apego y bienestar psicológico de los alumnos de un colegio de secundaria. Instrumentos, el Cuestionario de Relación y la Escala de Bienestar Psicológico. Resultados, se obtuvo una correlación significativa entre las dos variables. Conclusión, se presenta una asociación entre el estilo de apego y bienestar psicológico en los estudiantes de secundaria.

Pappalardo (2018) investigó el bienestar psicológico y los estilos de apego en una muestra de 202 adolescentes de un colegio de Lima Metropolitana. Objetivo, estudiar las diferencias del bienestar psicológico en cuanto a los estilos de apego. Instrumentos, Escala CaMir de estilos de apego y Escala de Bienestar Psicológico. Resultados, existen diferencias en el estilo de apego evitativo y preocupado en cuestión a los niveles de bienestar psicológico de los estudiantes adolescentes. Conclusión, se halla asociaciones significativas entre los estilos de apego y bienestar psicológico.

El presente estudio permite conocer el apego adulto y bienestar psicológico de las parejas universitarias, el cual Cidoncha (2017) afirma que las relaciones de pareja es un factor importante para la vida de la persona, por lo que, al hallarse la violencia y los conflictos en la relación, podría ser perjudicial en el bienestar psicológico. Así, Montesano (2015) señala que es transcendental prestar atención a los problemas de pareja ya que así se evitaría futuros trastornos mentales. Basado a esto, este estudio permitiría desarrollar programas preventivos y nuevas opciones para la psicoterapia de pareja.

El objetivo general es relacionar apego adulto en sus dos dimensiones ansiedad y evitación y bienestar psicológico en parejas universitarias de Lima Metropolitana. Y los objetivos específicos son:

- Relacionar apego adulto en sus dimensiones ansiedad y evitación con el tiempo de relación de pareja
- Relacionar el bienestar psicológico y el tiempo de la relación de pareja

Método

Tipo de diseño de investigación

La presente investigación es de tipo correlacional (Hernández, Fernández & Baptista, 2014) se conoce como el estudio que analiza la relación entre dos variables, como la posible asociación entre el apego adulto en sus dimensiones (ansiedad y evitación) y bienestar psicológico. Se reconoce también por ser un estudio cuantitativo debido a que busca probar hipótesis y utiliza escalas estandarizadas. Además, es una investigación transversal-no experimental ya que no presenta una manipulación de las variables (Hernández et al., 2014).

Participantes

La muestra está conformada por 170 universitarios, la edad oscila entre 18 a 35 años. Esta selección es de tipo probabilístico por conveniencia debido a que es seleccionada a las características y utilidad del estudio (Ato, López & Benavente, 2013). Los criterios de inclusión son: universitarios mayores de 18 y menores de 35 años, varones y mujeres, estudiantes de Lima metropolitana y que actualmente tengan una relación de pareja. Por otro lado, el criterio exclusión señala a las personas que hayan dejado en blanco alguna respuesta.

Tabla 1

Información descriptiva de los participantes

		N	Porcentajes
Sexo	Masculino	34.0	19.9%
	Femenino	136.0	79.5%
Edad de los participantes	18-20 años	31.0	18.1%
	20-25 años	108.0	63.2%
	25-30 años	24.0	14.0%
	30-35 años	7.0	4.1%
Ciclo	1er a 4to	29.0	17.0%
	5to a 7mo	38.0	28.1%

	8vo a 10mo	67.0	45.1%
Estado civil		1.0	0.6%
	Casado	4.0	2.3%
	Conviviente	9.0	5.3%
	Divorciado	1.0	0.6%
	Soltero	155.0	90.6%
	Viudo	1.0	0.6%
	Total	171.0	100.0%
Tiene hijos			
	No	160.0	93.6%
	Sí	10.0	5.8%
Duración de la relación	1-6 meses	80.0	46.8%
	6-12 meses	12.0	7.0%
	12-24 meses	24.0	14.0%
	24-48 meses	28.0	16.4%
	48 meses a más	26.0	15.2%

Instrumentos de investigación

Cuestionario de Experiencia de Pareja (Brennan, Clark & Shaver, 1998)

La primera versión de Escala Experiences in Close Relationships-Revised (ECR-R) fue hecha por Brennan, Clark y Shaver, el cual tiene 36 ítems divididos en dos subescalas ansiedad y evitación (Spencer, Guzmán, Fresno & Ramos, 2013). La primera subescala, ansiedad, es definida como el temor al rechazo interpersonal y se caracteriza por ser demandantes con sus necesidades afectivas, (Nóblega et al., 2018). La subescala, evitación, es conocida como el miedo a la intimidad interpersonal, la persona tiende a tener una necesidad excesiva de ser independiente y presentar una actitud rechazante ante la cercanía de los demás (Yárnoz & Comino, 2011).

Se utiliza la versión adaptada en español Experiences in Close Relationships-Revised (ECR-R) desarrollada por Nóblega et al. (2018). ECR-R tiene 27 ítems con respuesta Likert de cinco opciones, donde 5 es “siempre” y 1 es “nunca”. Los ítems están

divididos en dos dimensiones, la primera es la dimensión ansiedad conformada por 13 ítems y la segunda, dimensión evitación, constituida por 14 ítems (Guerrero, 2019). Esta escala obtiene índices de confiabilidad de .88 para la dimensión ansiedad y .83 para la dimensión evitación.

Escala de Bienestar Psicológico para adultos en estudiantes universitarios de Lima

La escala Bienestar Psicológico para estudiantes universitarios (BIEPS-A) fue propuesto por Casullo basado en el modelo multidimensional de Ryff. La escala tiene 13 preguntas organizadas en 4 dimensiones. Estas dimensiones son aceptación/control de situaciones, autonomía, vínculos con los demás y proyectos. Esta escala se califica en respuesta de 3 preguntas: En desacuerdo (1), Ni acuerdo ni desacuerdo (2) y De acuerdo (3) y la calificación total de la escala de .39. La escala BIEPS-A tiene la confiabilidad coeficiente alfa de Cronbach con un indicador de 0.70 y evidencia una validez por un análisis factorial confirmatorio (Domínguez, 2014).

En la presente investigación, la Escala Experiences in Close Relationships-Revised (ECR-R) obtiene coeficiente de alfa de .935 en la dimensión ansiedad y .889 en la dimensión evitación. El Instrumento Bienestar Psicológico para adultos (BIEP-S) presenta un puntaje total de .768. Por lo que, se asume que ambos cuestionarios tienen índices de fiabilidad moderada y muy bueno.

Procedimiento

La investigación tuvo como primer paso, solicitar los permisos para utilizar los instrumentos *Experiences in Close Relationships-Revised (ECR-R)* y *Bienestar Psicológico para estudiantes universitarios (BIEPS-A)*. Se le envió un correo electrónico a cada autor, informando sobre el objetivo del estudio y pidiendo permisos para usar los cuestionarios. Se obtuvo respuestas positivas debido a que los autores aceptaron la solicitud y brindaron diversas investigaciones para el presente estudio.

La aplicación de los instrumentos se realizó de modo online, debido al contexto que se está viviendo por la pandemia. Los cuestionarios se trasladaron en el formulario de Google, que contenía el consentimiento informado para que los participantes sepan que el

estudio es confidencial y voluntaria, así mismo se recalcó los criterios de inclusión y exclusión, como tener una relación de pareja o haber tenido una por lo menos.

Plan de análisis

Los datos que se recabaron de las escalas aplicadas y de los datos sociodemográficos se trasladaron al programa Microsoft Excel, para el ordenamiento de la matriz de datos, así como la selección y depuración de la muestra. Asimismo, para la obtención de los resultados se empleó el programa estadístico SPSS V25, en este programa se realizó los análisis de normalidad para hacer los cálculos de coeficientes de correlación entre las variables apego adulto en sus dimensiones (ansiedad y evitación) y bienestar psicológico, además para calcular la relación de las dimensiones de apego adulto y el tiempo de relación de pareja. Asimismo, correlacionar el bienestar psicológico y el tiempo de relación de pareja.

Se hizo los análisis de distribución de los datos mediante la prueba Kolmogorov-Smirnow, lo cual se realizó las asociaciones entre las dimensiones de apego adulto y los componentes de bienestar psicológico mediante coeficiente de correlación Spearman como objetivo general. Para los objetivos específicos, primero se realizó análisis descriptivos para las variables apego adulto y bienestar psicológico. Después se usó la prueba de Kolmogorov- Smirnow para correlacionar las dimensiones de apego adulto y el tiempo de relación de pareja. Y también para asociar el bienestar psicológico y el tiempo de relación de pareja, con el coeficiente de correlación de Spearman.

Resultados

Análisis descriptivo

Respecto a la variable de apego adulto, se logró obtener puntajes altos en la dimensión ansiedad a comparación de la dimensión evitación (Tabla 2).

Por otro lado, en la variable de bienestar psicológico, predominó la dimensión proyectos con un puntaje alto a comparación de las otras dimensiones; aceptación/control de situaciones, autonomía y vínculos sociales (Tabla 3).

Tabla 2

Análisis descriptivos de Dimensiones de apego adulto predominante en los universitarios

Dimensiones	M	DE	Mdn	Min	Max
Dimensión de ansiedad	26.9	10.0	25.1	12	58
Dimensión de evitación	2.09	0.66	2.00	1	4

Tabla 3

Análisis descriptivos de Bienestar Psicológico predominante en los universitarios

Medidas	M	DE	Mdn	Min	Max
Aceptación/ Control de situaciones	8.08	1.17	9.00	3	9
Autonomía	7.03	1.39	7.00	3	9
Proyectos	11.1	1.25	12.0	6	12
Vínculos sociales	8.15	1.16	9.0	4	9

Con relación al propósito de la investigación, se encuentra una correlación negativa entre apego adulto y las dimensiones de bienestar psicológico. En la dimensión ansiedad se obtiene una relación negativa con las dimensiones aceptación/control de situaciones,

autonomía y vínculos sociales. De la misma forma, la dimensión evitación se correlaciona con las dimensiones aceptación/control de situaciones, proyectos y vínculos sociales (Tabla 4).

Tabla 4

Coefficiente de correlación entre las dimensiones de apego adulto y bienestar psicológico

Dimensiones		Dimensiones Bienestar Psicológico			
		Aceptación/Control de situaciones	Autonomía	Proyectos	Vínculos Sociales
Apego Adulto	Coefficiente de correlación	-.290**	-.232**	-.133	-.276**
	Sig. (bilateral)	0.000	0.002	0.084	0.000
Ansiedad	Coefficiente de correlación	-.193*	-.108	-.297**	-.304**
	Sig. (bilateral)	0.012	0.159	0.000	0.000

Se relacionó las dimensiones de apego adulto y tiempo de relación. Se obtuvo una correlación positiva entre la dimensión ansiedad y tiempo de relación a nivel general y asimismo con la dimensión evitación, una asociación positiva (Table 5).

Tabla 5

Correlación entre las dimensiones de apego adulto y el tiempo de relación de pareja

		Dimensiones de Apego Adulto	
		Ansiedad	Evitación
Tiempo de relación	Coefficiente de correlación	.209	.342**
	Sig. (bilateral)	0.006	0.000

Según los resultados, las dimensiones de bienestar psicológico como aceptación/control de situaciones, autonomía y vínculos sociales no presentan correlación

con el tiempo de relación. En cambio, la dimensión proyecto tiene una correlación negativa con el tiempo de relación (Tabla 6).

Tabla 6

Correlación entre el bienestar psicológico y el tiempo de la relación de pareja

		Dimensiones Bienestar Psicológico			
		Aceptación/ Control de situaciones	Autonomía	Proyectos	Vínculos Sociales
Tiempo de relación	Coefficiente de correlación	-.102	-.011	-.218**	-.068
	Sig. (bilateral)	0.186	0.887	0.004	0.381

Discusión

La presente investigación primero realizó análisis descriptivos de las dimensiones de apego adulto, el cual al comparar las dimensiones ansiedad y evitación predominó la ansiedad, este resultado es similar al estudio de Zanabria (2019) quien halló en las parejas universitarias niveles altos en la dimensión ansiedad. Esto mostraría que los estudiantes tienden a tener miedo constante a perder a su pareja. Dado a ello, se debe a que estas personas tienen representaciones mentales negativas sobre sí mismas por lo que se preguntan constantemente si merecen afecto o no (Avendaño, 2019). Además, estos esquemas mentales influyen en la dinámica de la relación y en la resolución de conflictos, que podrían impactar en los problemas de comunicación, confianza e intimidad.

En el segundo análisis descriptivo, de bienestar psicológico, se encontró mayor puntaje en la dimensión proyectos, por lo que significaría que los jóvenes universitarios a pesar de presentar niveles mayores de evitación o ansiedad presentan aún interés y motivación por cumplir sus propósitos de vida (proyectos). Este resultado es congruente con la investigación de Páramo et al., (2012) quienes enfatizan la importancia de cumplir los proyectos de vida y metas trazadas debido a que está directamente relacionada con el bienestar psicológico.

En cuanto al propósito de la investigación, relacionar el apego adulto en sus dimensiones (ansiedad y evitación) y bienestar psicológico en parejas universitarias, se halló en la variable apego adulto, en la dimensión ansiedad una correlación negativa con las dimensiones de bienestar psicológico; aceptación/control de situaciones, autonomía y vínculos sociales, faltando la dimensión proyectos, cuya relación es no estadísticamente significativa. Aun así, la correlación negativa que se encontró entre las dimensiones de apego adulto y bienestar psicológico es similar al estudio de Asili y Pinzón (2003) quienes hallaron una correlación negativa entre la dimensión ansiedad y las dimensiones autoaceptación y relación positiva con otros, lo cual se infiere que las personas con apego ansioso tenderían a presentar dificultades en las relaciones interpersonales ya que muestran hipervigilancia ante una posible amenaza y una excesiva preocupación por ser abandonados.

La dimensión evitación correlaciona negativamente con las tres dimensiones de bienestar psicológico; aceptación/control de situaciones, vínculos sociales y proyectos,

faltando la dimensión autonomía, cuya relación no es estadísticamente significativa. Sin embargo, la correlación negativa que se halló es opuesto a los resultados del estudio de Yárnoz (2010) quien encontró una correlación positiva entre la dimensión evitación y bienestar psicológico, el cual describe que las personas con un apego evitativo tienden a ser autosuficiente y seguras de sí mismas para controlar sus preocupaciones y miedos con relación a su figura de apego, asimismo afirman que son más felices por no necesitar ningún vínculo emocional. Sin embargo, Pappalardo (2018) en su investigación sostiene que las personas evitativas tienden a frustrarse fácilmente, a enojarse rápidamente y a desconfiar de los demás por lo que obtienen niveles bajos de bienestar psicológico. Por lo tanto, este resultado es congruente con el marco teórico ya que explica que las personas evitativas no creen en el otro y a menosprecian la importancia de los lazos afectivos debido a que piensan, creen y sienten que los demás le harán daño.

En el estudio de Moghadam et al. (2016) los resultados indicaron que, a mayores niveles de apego seguro, mayores son los niveles de felicidad, por lo que es preciso con la teoría, ya que afirma que las personas con apego seguro presentan una predisposición para relacionarse con los demás y mayor capacidad para establecer relaciones satisfactorias. Por lo cual significaría que tienen menores posibilidades de padecer malestares emocionales.

Entonces, el primer resultado del objetivo general, se afirma que los estilos de apego; ansioso y evitativo, impactan en el bienestar psicológico del joven universitario en su relación de pareja, debido a que estos tipos de apego influyen en la percepción de bienestar psicológico y en la formación de vínculos afectivos con sus figuras de apego (Ojeda, 2018) en este caso, con la pareja.

En los objetivos específicos, al relacionar entre la dimensión ansiedad y evitación y el tiempo de relación, se obtuvo una correlación positiva, lo cual se interpreta que, a mayor tiempo de relación, mayores es el predominio del apego ansioso y evitativo, ya que, en el transcurso de los meses o años, la pareja se va conociendo y mostrando sus temores o dificultades emocionales para afrontar los conflictos sentimentales. Este resultado es confirmado por el estudio de Haden et al., (2014) quienes señalan que el tiempo de relación influye en la satisfacción de la pareja y a su vez por la presencia de los estilos de apego ansioso y evitativo.

Asimismo, se relacionó el bienestar psicológico y el tiempo de relación, sólo se halló una relación positiva entre la dimensión proyectos y tiempo de relación, por lo que es posible que los estudiantes presenten mayor importancia en cumplir los aspectos de su vida

profesional que de su vida sentimental, sin embargo, se requiere realizar mayores investigaciones con respecto a esta variable sociodemográfica.

Como conclusión de la presente investigación, existe una relación inversa entre la dimensión ansiedad y la dimensión aceptación/control de situaciones, autonomía y vínculos sociales, faltando la dimensión proyectos. Al no hallar una correlación entre dimensión ansiedad y la dimensión proyectos es posible que la muestra obtenida, los jóvenes no presenten dificultades para cumplir con sus propósitos de vida y metas trazadas. A su vez, la correlación negativa que se encontró entre la dimensión evitación y las dimensiones aceptación/control de situaciones, proyectos y vínculos sociales, no se halló una asociación entre la dimensión evitación y la dimensión autonomía, el cual se esperaba que a mayor nivel de apego evitativo menor nivel de autonomía sin embargo el resultado obtenido es lo contrario, por lo que podría indicar que las personas con apego evitativo tienden a tener una imagen positiva sobre sí mismo, mostrando niveles altos de autonomía, el cual asumen que no requieren de las otras personas. Por otro lado, con respecto al tiempo de relación de las parejas universitarias, los estudiantes no tienden a ser conscientes que el tiempo de relación no es un indicador de calidad de pareja y que los constantes conflictos no son parte de una relación, sino que es unas de las características de las relaciones disfuncionales del cual impacta en el bienestar psicológico.

Las limitaciones del presente estudio fueron que actualmente se está viviendo una pandemia a nivel mundial por lo que en nuestro país tuvo impactos a nivel económico, psicológico y social, los cuales podrían haber afectado a los resultados. Asimismo, la muestra obtenida no es una muestra representativa de la población universitaria. Y la información de los participantes en cuestión a su relación de pareja, sólo se obtuvo información de un integrante por lo que no se estaría presentando mayores datos de ambas partes. A su vez, la aplicación de los instrumentos vía online es posible que hayan respondido de forma inmediata sin analizar la pregunta y la deseabilidad social de los participantes.

Se recomienda realizar el estudio con un mayor número de participantes porque permitiría obtener mejores resultados, asimismo sería pertinente que ambos integrantes de la relación sean partícipes para conocer los estilos de apego y los niveles de bienestar psicológico de la pareja.

Referencias

- Álvarez, E. (2016). *Estilos de apego materno y nivel de desarrollo psicomotor del niño* (Tesis de Posgrado). Universidad de Concepción, Chile.
- Alzugaray, C. & García, F. (2015). Relaciones de pareja y bienestar psicológico, en María de los Ángeles Bilbao, Darío Páez y Juan Carlos Oyanedel (eds.), *La felicidad de los chilenos. Revista Estudios sobre bienestar*, 1(1), 237-252.
- Asili, N. & Pinzón, B. (2003). Relación entre estilos parentales, estilos de apego y bienestar psicológico. *Psicología y salud*, 13(2), 215-225. Recuperado de: <http://psicologiaysalud.uv.mx/index.php/psicysalud/article/viewFile/893/1660>
- Ato, M., López, J. & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Revista Anales de psicología*, 29(3), 1038-1059.
- Avendaño, Z. (2019). *Estilos de apego adulto y sintomatología psicopatológica en estudiantes de una universidad pública de Cusco* (Tesis de pregrado). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima.
- Balluerka, N. Lacasa, F., Gorostiaga, A., Muela, A & Blaise, P. (2011). Versión reducida del cuestionario CaMir para la evaluación del apego. *Psicothema*, 23(3) 486-494.
- Barajas, M. & Cruz, C. (2017). Ruptura de la pareja en jóvenes: factores relacionados con su impacto. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 22(1), 342-352.
- Barroso, O. (2014). El apego adulto: La relación de los estilos de apego desarrollados en la infancia en la elección y las dinámicas de pareja. *Revista Digital de Medicina Psicosomática y Psicoterapia*, 4(1), 2-25.
- Bautista, L. (2019). *Influencia de la Dependencia Emocional sobre el Bienestar Psicológico en jóvenes universitarios* (Tesis de Pregrado). Universidad San Ignacio de Loyola, Lima-Perú.
- Blandón, A. & López, L. (2016). Comprensiones sobre pareja en la actualidad: Jóvenes en busca de estabilidad. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 14(1), 505-517.

- Bustamante, D. (2019). *Resiliencia y Bienestar Psicológico en mujeres internas por tráfico ilícito de drogas en un establecimiento penitenciario de Lima* (Tesis de Licenciatura). Universidad Señor de Sipán, Piura-Perú.
- Campos, S., Castillo, J. & Cifre, I. (2013). Apego y psicopatología en adolescentes y jóvenes que han sufrido maltrato: implicaciones clínicas. *Revista Clínica y Salud*, 25(2014) 67-74. Recuperado de: <http://dx.doi.org/10.5093/cl2014a6>
- Cárdenas, S., Martínez, A. Insfrán, T & Ovando, S. (2019). Correlación entre el bienestar psicológico y el rendimiento académico de estudiantes de medicina de la universidad nacional de asunción. *Revista Discover Medecine*, 3(2):37-4.
- Casullo, M. & Castro, A. (2000). Evaluación del bienestar psicológico. *Revista de Psicología*, 13(2), 37-68.
- Cevallos, F. (2020). *Estilos de apego adulto en consumidores y no consumidores de alcohol* (Tesis de pregrado). Universidad Técnica de Ambato, Ecuador.
- Cidoncha, A. (2017). *Satisfacción, Conflictos y Consecuencias Psicológicas en las relaciones de pareja una revisión bibliográfica* (Tesis de pregrado). Universidad Jaume, España. Recuperado de: http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/173374/TFG_2017_%20Cidoncha%20Roma_Aitana.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Contreras, F. (2016). Construcción y vivencia de las Relaciones de Pareja en los jóvenes estudiantes de las Facultades de Medicina, Arquitectura, y Administración de la Universidad Autónoma Benito Juárez de Oaxaca. *Revista de Investigación en Ciencias Sociales y Humanidades*, 3(2), 1-20.
- Cruz, N. & Lázaro, D. (2016). Construcción de la relación de pareja en estudiantes universitarios de Nuevo León, México, *Revista Ciencia y Tecnología*, 12(4), 51-67.
- Cubas, A. & Pozo, J. (2019). *Bienestar psicológico y afrontamientos al estrés en internos de ciencias de salud en un hospital de Minsa nivel II* (Tesis de licenciatura). Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo, Lambayeque- Perú.

- De Loayza, A. (2019). *Apego romántico y calidad percibida de la relación de pareja en adultos emergentes de Lima Metropolitana y California* (Tesis de licenciatura). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima.
- Díaz, M. (2016). El apego adulto y la amistad: Revisión bibliográfica. *Revista de Psiquiatría y Psicología del Niño y del Adolescente*, 11(1),11-23.
- Delgado, A. & Tejada, M. (2020). *Bienestar Psicológico en estudiantes universitarios latinoamericanos* (Tesis de pregrado). Universidad, Colombia.
- Delgado, I., Oliva, A., & Sánchez-Quejia, I. (2011). Apego a los iguales durante la adolescencia y la adultez emergente. *Anales de Psicología*, 27(1), 155-163.
- Delgado, C., Rodríguez, A., Lagunas, R. & Vásquez, F. (2020). Bienestar psicológico en médicos residentes de una universidad pública en México. *Universitas Médica*, 61(2), 1-9.
- Domínguez, S. (2014). Análisis psicométrico de la escala de bienestar psicológico para adultos en estudiantes universitarios de lima: un enfoque de ecuaciones estructurales. *Psychologia: avances de la disciplina*, 8(1), 23-31.
- Fernández, A., García-Viniegras, A. & Ruiz, A. (2014). Consideraciones acerca del bienestar psicológico, *Revista electrónica de Psicología Iztacala*, 17 (3),1108-1147.
- Fernández, I., Campos, M., Zubieta, E. & Casullo, M. (2009). Apego seguro, vínculos parentales, Clima Familiar e Inteligencia emocional: socialización, regulación y bienestar. *Revista Ansiedad y Estrés*.12(3) 319-341.
- Ferrel, F., Thomas, J., Solano, A., Redondo, E. & Ferrel, L. (2014). Bienestar psicológico en profesores de una universidad privada del distrito de Santa Marta. *Cultura, Educación y Sociedad*, 5(2), 61-76.
- Freire, C. (2014). *El Bienestar Psicológico en los estudiantes universitarios: Operativización del constructo y análisis de su relación con las estrategias de Afrontamiento* (Tesis Doctoral). Universidad de A Cortuña, España.

- Garrido, L., Guzmán, M., Santelices, M., Vitriol, V. & Baeza, E. (2015). Estudio comparativo de los estilos de apego adulto en un grupo de mujeres con y sin diagnóstico de depresión. *Terapia psicológica*, 33(3), 285-295.
- González-Fuentes, M. & Andrade, P. (2015). Escala de Bienestar Psicológico para Adolescentes. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, 2, 69-83.
- Guerrero, K. (2019). *Comparación de las dimensiones de apego según sexo en estudiantes de una universidad privada* (Tesis de licenciatura). Universidad San Ignacio de Loyola, Lima.
- Guzmán, M., Carrasco, N., Figueroa, P., Trabucco, C. & Vilca, D. (2016). Estilos de apego y dificultades de regulación emocional en estadística en estudiantes universitarios. *Psykhe*, 25(1),1-13. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/psykhe/v25n1/art01.pdf>
- Guzmán, M., & Contreras, P. (2012). Estilos de Apego en Relaciones de Pareja y su Asociación con la Satisfacción Marital. *Psykhe (Santiago)*, 21(1), 69-82
- Guzmán, M., García, R., Sandoval, B., Vásquez, N. & Villagrán, C. (2014). Violencia psicológica en el noviazgo en estudiantes universitarios chilenos: diferencias en el apego y la empatía diádica. *Revista Interamericana de Psicología* 48(2), 350-358
- Guzmán, M., Santelices, M & Trabucco, C. (2015). Apego y Perdón en el Contexto de las Relaciones de Pareja. *Terapia psicológica*, 33(1), 35-4.
- Haden, B., Smith, V. & Webster, G. (2014). Relationship duration moderates associations between attachment and relationship quality: meta-analytic support for the temporal adult romantic attachment model. *Personality and Social Psychology Review*, 18(1), 42-58. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24026179/>
- Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación*, México: Mc Graw-Hill/ Interamericana editores S.A.
- Hidalgo, B. (2017). *Dimensiones y estilos de apego adulto y diferenciación del self en adultos de Lima Metropolitana* (Tesis pregrado). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima.

- Iseda, L. & Pinzón, D. (2020). *Revisión bibliográfica sobre los tipos de apego en el adulto* (Tesis de licenciatura). Universidad Cooperativa de Colombia, Barrancabermeja-Colombia.
- Lastra, H. & Umbo, Y. (2016). Estilos de apego emocional y satisfacción marital en los padres de familia del distrito de Huachón de Pasco. *Revista de Investigación Apuntes Psicológicos*, 2 (1), pp.53-62
- Lira, A. (2017). *Alexitimia y dimensiones de apego en estudiantes de posgrado* (Tesis de pregrado) Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima.
- Lucariello, E. (2012). *Los tipos de amor y las dimensiones de apego en las mujeres víctimas del maltrato* (Tesis doctoral) Universidad de Extremadura, Badajoz-España.
- Marsollier, R. & Aparicio, M. (2011). El bienestar psicológico en el trabajo y su vinculación con el afrontamiento en situaciones conflictivas. *Psicoperspectivas*, 10 (1), 209-220.
- Martínez, C., & Santelices, M. (2005). Evaluación del Apego en el Adulto: Una Revisión. *Psykhe (Santiago)*, 14(1), 181-191
- 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* (Tesis de licenciatura). Universidad Ricardo de Palma, Lima.
- Medina, C., Rivera, L. & Aguasvivas, J. (2016). El apego adulto y la calidad percibida de las relaciones de pareja: evidencias a partir de una población adulta joven. *Salud y Sociedad*, 7(3), 306 – 318.
- Meza, S. (2011). *Bienestar Psicológico y nivel de Inversión en la relación de pareja en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana* (Tesis de licenciatura). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima-Perú.
- Moghadam, M., Rezaei, F., Ghaderi, E., & Rostamian, N. (2016). Relationship between attachment styles and happiness in medical students. *Journal of family medicine*

and primary care, 5(3), 593–599. Recuperado de:
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5290766/>

Mohand, L. & Herrera, L. (2014). Bienestar Psicológico, Autoconcepto y Relación de pareja en estudiantes universitarios. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 6(1), 475-484. Recuperado de:
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349851790054>

Molera, R., Sospedra, R., Sabater, Y. & Plá, L. (2011). La importancia de las experiencias tempranas de cuidado afectivo y responsable en los menores. *Revista Psicología*, 1(1), 511-520.

Moneta, M. (2014). Apego y pérdida: redescubriendo a John Bowlby. *Revista Chilena Pediatría*, 85(3), 265-268.

Montesano, A. (2015). Claves fundamentales en terapia de pareja: una guía de navegación para la práctica. *Revista de psicoterapia*, 26(19), 161-174.

Muratori, M., Zubieta, E., Bobowik, M., Ubillos, S. & Gonzáles, J. (2015). Felicidad y bienestar psicológico: Estudio Comparativo entre Argentina y España. *Psykhé*, 24(2), 1-18.

Nóblega, M., Núñez del Prado, J., Alcántara, N., Barreda, V., Cabrerizo, P., Castañeda, E. & Vásquez, L. (2018). Propiedades psicométricas de una versión en español del Experiences in Close Relationships-Revised (ECR-R). *Revista de Psicología*, 27(2), 1-13. <http://dx.doi.org/10.5354/0719-0581.2019.52308>

Ojeda, B. (2018). *Estilos de apego y bienestar psicológico en estudiantes de secundaria de un colegio de cono norte de Lima*. (Tesis de licenciatura). Universidad Privada del norte, Perú. Recuperado de:
<https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/13446/Blanca%20Anne%20Ojeda%20G%c3%a1lvez.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Páez, M. (2014). Vínculos afectivos juveniles: dilemas y convergencias entre padres e hijos. *Revista Latinoamericana de Estudios de Familia*, 6 (1), 114-129.

- Pappalardo, B. (2018). *Representaciones de apego y bienestar psicológico en adolescentes de un colegio de Lima* (Tesis de licenciatura). Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas, Lima.
https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/624038/Angeles_c_d.pdf?sequence=4
- Páramo, M., Straniero, C., García, C., Torrecilla, N. & Escalante, E. (2012). Bienestar psicológico, estilos de personalidad y objetivos de vida en estudiantes universitarios. *Pensamiento Psicológico*, 10 (1) 7-21.
- Pérez, G., Dávalos, M. & Rentería, J. (2016). Grado de satisfacción marital en relación con factores sociodemográficos. *Revista Digital Internacional de Psicología y Ciencia Social*, 2(2), 2448-8119.
- Picardi, A., Fagnani, C., Gigantesco, A., Toccaceli, V., Lega, I., & Stazi, M. A. (2011). Genetic Influences On Alexithymia And Their Relationship With Depressive Symptoms. *Journal of Psychosomatic Research*, 71 (4), 256-263.
- Pimentel, V. & Santelices, M. (2017). Apego adulto y mentalización en hombre que han ejercido violencia hacia su pareja. *Psyche*, 26 (2), 1-16.
- Puente, S. & Huertas, J. (2019). *Estilos de apego y Dependencia Emocional en parejas sentimentales de adultos jóvenes* (Tesis de licenciatura). Universidad Cooperativa de Colombia, Santa Marta-Colombia.
- Rodríguez, Y. & Quiñones, A. (2012). El bienestar psicológico en el proceso de ayuda con estudiantes universitarios. *Revista Griot*, 5(1), 7-17.
- Romo, J. (2008). Estudiantes universitarios y sus relaciones de pareja. De sus experiencias y proyectos de vida. *Revista Mexicana de investigación educativa*, 13(38), 801-823.
- Sánchez, M. (2011). *Apego en la infancia y apego adulto, influencia en las relaciones amorosas y sexuales* (Tesis de maestría). Universidad de Salamanca, Colombia.
- Spencer, R., Guzmán, M., Fresno, A., & Ramos, N. (2013). Validación Chilena del Cuestionario de Evaluación del Apego Romántico Experiences in Close

Relationships (ECR): Análisis de la Validez de Criterio. *Terapia psicológica*, 31(3), 313-324.

Tello, J. (2018). *Calidad de vida y Bienestar psicológico en estudiantes de psicología de una universidad Nacional de Lima Metropolitana* (Tesis de pregrado). Universidad Nacional Federico Villarreal, Lima-Perú.

Viramontes, D., Ávila, M., Lara, M. & Jiménez, M. (2018). Bienestar psicológico y noviazgo en universitarios del estado de Zacatecas. *Revistas Perspectivas Sociales*, 20(1), 37-51.

Yárnoz, S., Arbiol, I., Plazaola, M. & Sainz, L. (2001). Apego en adultos y percepción de los otros. *Anales de psicología*, 17(2), 159-170.

Yárnoz, S. & Comino, P. (2011). Evaluación del apego adulto: Análisis de la convergencia entre diferentes instrumentos. *Acción Psicológica*, 8 (2), 67-85. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=3440/344030766006>

Yárnoz, S. (2010). Bienestar Psicológico en Progenitores Divorciados: Estilo de Apego, Soledad Percibida y Preocupación por la Ex Pareja. *Clínica y Salud*, 21(1), 77-91. Recuperado de: <http://scielo.isciii.es/pdf/clinsa/v21n1/v21n1a07.pdf>

Zanabria, R. (2019). *Dimensiones de apego adulto e inversión en las relaciones de pareja de estudiantes universitarios* (Tesis de licenciatura). Universidad Pontificia Católica del Perú, Lima.

Apéndice

1. Consentimiento y cuestionario sociodemográfico.

Formulario de Consentimiento Informado

Título del proyecto: Apego adulto y Bienestar Psicológico en relaciones de parejas de universitarios de Lima Metropolitana.

Institución: Universidad San Ignacio de Loyola

Investigadora: Helga Victoria Córdova Huamán

Correo: helga.cordova@usil.pe

Dirección: Av. La Fontana 550, La Molina

El presente es un estudio de Psicología de la Universidad San Ignacio de Loyola que tiene como objetivo conocer la relación entre apego adulto y bienestar psicológico en relaciones de pareja en estudiantes universitario de una universidad de Lima Metropolitana. En este sentido, su participación es fundamental en este proceso y estaremos sumamente agradecidos si accede a participar.

La participación consiste en responder los cuestionarios que figuran a continuación. El proceso es completamente anónimo y puede interrumpir su participación cuando considere pertinente sin que tenga repercusiones negativas en sus calificaciones.

Esta actividad es voluntaria y no habrá algún tipo de beneficio.

Muchas gracias por su atención.

He leído el Formulario de Consentimiento Informado y acepto participar en esta actividad de investigación. Comprendo que puedo dejar de participar en esta actividad en algún momento. También entiendo que no recibiré algún pago o beneficio económico por esta participación.

Firma: _____

Cuestionario Sociodemográfico

Edad: _____ años

Sexo: M ___ F ___

Lugar de nacimiento: _____

Estado civil: () Soltero(a) () Casado(a) () Conviviente () Divorciado(a) () Viudo(a)

Grado de instrucción: _____

Distrito de residencia: _____

Trabaja actualmente: Si () No ()

Vive con:

() Padres

() Familiares

() Pareja

() Familia de su pareja

() Solo(a)

Otras: _____

Actualmente se encuentra en una relación amorosa: Si () No ()

Tiene hijos: Si () No ()

Si respondió SI a la pregunta anterior: Número de hijos: _____