

## EVALUACIÓN DEL APEGO ADULTO: ANÁLISIS DE LA CONVERGENCIA ENTRE DIFERENTES INSTRUMENTOS.

## ASSESSMENT OF ADULT ATTACHMENT: ANALYSIS OF THE CONVERGENCE BETWEEN DIFFERENT INSTRUMENTS

SAGRARIO YÁRNOZ-YABEN

PRISCILA COMINO

Facultad de Psicología. Universidad del País Vasco – Euskal Herriko Unibertsitatea

Dirección postal: Facultad de Psicología. Avda de Tolosa 70, 20018 San Sebastián

Tfno: 943 018346

e-mail: [sagrario.yarnoz@ehu.es](mailto:sagrario.yarnoz@ehu.es)

### Resumen

Este trabajo se centra en la evaluación del apego adulto. Presentamos una panorámica de los instrumentos utilizados en español para evaluar el apego adulto, con especial incidencia en dos cuestionarios de autoinforme traducidos al castellano, el RQ o Cuestionario de Relación (Bartholomew y Horowitz, 1991) y el CRP, Cuestionario de relaciones de Pareja (Brennan, Clark y Shaver, 1998). Asimismo, hemos realizado nuestra pequeña aportación a la polémica actual sobre la similitud o diferencia entre los instrumentos que evalúan el apego analizando la convergencia entre estos dos instrumentos.

Los resultados muestran diferencias debidas a la estructura de los instrumentos, correlaciones moderadamente altas entre los estilos de apego y correlaciones bastante elevadas entre las dimensiones de ansiedad y evitación evaluadas con ambos instrumentos. Finalmente, hemos encontrado bajas correlaciones entre los resultados de ambos instrumentos y Deseabilidad Social.

**Palabras clave:** Evaluación del apego adulto, RQ, CRP.

### Abstract

This work focuses on the evaluation of adult attachment. We present an overview of the instruments used in Spanish to assess adult attachment, with special emphasis on two self-report questionnaires that we translated into Spanish: the RQ, Relationship Questionnaire (Bartholomew y Horowitz, 1991) and the ECR, Experience in Close Relationships (Brennan, Clark y Shaver, 1998).

We have also made our small contribution to the debate about the similarity or difference between the instruments that assess attachment analyzing the convergence between these two instruments.

The results show differences due to the structure of the instruments, moderately high correlations between attachment styles and fairly high correlations between the anxiety and avoidance dimensions assessed with both instruments. Finally, we found low correlations between the results of both instruments and Social Desirability.

**Key words:** Assessment of attachment in adults, RQ, ECR.

**Agradecimientos:** Este trabajo es parte de un Proyecto de investigación subvencionado por la Universidad del País Vasco – Euskal Herriko Unibertsitatea, código GIU07/61

Artículo recibido: 10/07/2011

Artículo aceptado: 20/07/2011

No solamente para los psicólogos, sino también para cualquier persona con una mínima capacidad de observación, la importancia que las relaciones interpersonales tienen para el bienestar de las personas es un hecho innegable. En los años 50 el psiquiatra y psicoanalista John Bowlby observó los efectos negativos que tenía sobre los niños el haber sido separados de sus madres, y se planteó analizar qué está en la base de ese estrecho lazo madre-hijo.

La explicación psicodinámica clásica asume que el niño se apega a su madre porque ésta satisface sus necesidades libidinales. El descontento de Bowlby con esta explicación le empuja a buscar en ciencias afines como la etología, la cibernética y la psicología cognitiva. En 1969 publica el primer volumen de su trilogía *Attachment and Loss*, donde desarrolla la teoría de que el apego es una conducta instintiva, activada y modulada en la interacción con figuras específicas a lo largo del tiempo. La conducta de apego se forma en los niños (y otros animales) durante el primer año de vida, y puede ser observada de forma bastante típica a lo largo del segundo año. Durante la adolescencia y la vida de adulto ocurren diversos cambios en la conducta de apego, incluidas las personas a las que este tipo de conducta se dirige, pero la conducta en sí permanece activa a lo largo de toda la vida del individuo (Bowlby, 1980, 1982).

Bowlby define el apego como un sistema de control, es decir, un mecanismo que adapta la conducta a la consecución de fines determinados por las necesidades del momento. Este término, tomado prestado de la Etología, se refiere a conductas prefijadas -tiene algunas connotaciones del término instinto- y organizadas de tal forma que funcionan como programas de un ordenador. Dentro de un sistema de conducta algunas de ellas son concurrentes con otras, otras alternativas. Así, el deseo del niño de proximidad o contacto con la figura de apego no es constante, sino que depende de factores tanto endógenos como exógenos (miedo del niño, o percepción de situaciones potencialmente peligrosas). Si el niño se siente amenazado, buscará la seguridad que le brinda la proximidad de su figura de apego; si no, se dedicará a explorar el ambiente.

## La importancia de los Modelos Operativos del Apego en niños y en adultos

Para poder activar y desactivar de manera eficiente el sistema de apego, el niño debe crear un modelo de las figuras de apego y de sí mismo. Gracias a ese modelo, podrá evaluar el nivel aceptable de lejanía o cercanía con la figura de apego, su disponibilidad y, en general, la predisposición a ayudarle que presenta.

A través de contactos sucesivos con el mundo exterior y de una percepción repetida sobre la capacidad de respuesta o disponibilidad presentada por las figuras de apego, el niño construye modelos (conocidos como *internal working models* o modelos operativos internos) del mundo y de las personas significativas dentro de él, incluido él mismo, cada vez más complejos (Bowlby, 1982; Main, Kaplan, y Cassidy, 1985). Los modelos operativos internos, una vez organizados, tienen tendencia a operar de forma automática, es decir, fuera de la conciencia. Además, toda nueva información recibida es asimilada a estos modelos preexistentes. Por estas dos razones, los modelos internos tienen tendencia a la estabilidad, es decir, es probable que se mantengan desde la infancia hasta la edad adulta, aunque pueden ser modificados en determinadas circunstancias.

Estos modelos se concretan en unos patrones de conducta observados por Ainsworth y sus colegas (Ainsworth, Blehar, Waters, y Wall, 1978) en base a una situación de observación controlada llamada *Strange Situation*, o *Situación Extraña* (Ainsworth et al, 1978; para más información, Yárnoz-Yaben, 2008a).

Los modelos operativos del apego se hacen también evidentes en la Entrevista de Apego Adulto o *Adult Attachment Interview* (AAI, George, Caplan, y Main, 1985). Se trata de una entrevista semiestructurada, de una hora aproximada de duración, que evalúa la narrativa que los adultos hacen de sus relaciones con las figuras de apego en la infancia (ver Yárnoz-Yaben, 2008a). La AAI fue el primer instrumento concebido para evaluar el apego en adultos, y uno de sus hallazgos más llamativos fue la correspondencia encontrada entre el estilo de apego del niño evaluado con la *Strange Situation* y

el estado mental de los progenitores con respecto al apego evaluado con la AAI (Hesse, 1999). Por ejemplo, los progenitores clasificados como *desvalorizadores* en la AAI tendían a tener hijos *evitantes* en la *Strange Situation*, y los progenitores *seguros*, hijos *seguros*.

## Estilo de apego y regulación emocional

A partir del nacimiento, los niños desarrollan rápidamente una amplia gama de habilidades motoras, cognitivas y de comunicación (desarrollo del lenguaje), así como la habilidad de experimentar, expresar y modular diferentes emociones y sentimientos. Conforme las personas avanzan hacia el estado adulto, estas habilidades sociales son esenciales para la formación de amistades duraderas, relaciones íntimas interpersonales satisfactorias, el ejercicio de una parentalidad adecuada y la habilidad para mantener un empleo, ser capaz de trabajar junto con otras personas o integrarse, de manera productiva, en la comunidad.

Según la teoría del apego (Bowlby, 1988), las representaciones cognitivo – afectivas de uno mismo y los demás en contextos relacionales, las expectativas sobre las relaciones sociales, así como las emociones experimentadas en ese contexto están basadas, en parte, en representaciones de experiencias relacionales que ocurrieron en el pasado. El estilo de apego refleja una estrategia para organizar y regular las emociones y las cogniciones sobre uno mismo y los otros. Las personas con un *estilo seguro* tienen típicamente acceso a emociones y memorias tanto positivas como negativas sobre las relaciones, y por tanto, el nivel de distorsión de la experiencia real es pequeño. Además, las representaciones sobre uno mismo y los otros tienden a ser positivas. Por el contrario, las personas con un estilo de apego *inseguro – desvalorizador* tienen una experiencia típica de sus figuras de apego como inaccesibles, y han adoptado una estrategia de “desactivación” del sistema de apego (Carvallo y Gabriel, 2006) como forma de minimizar sus necesidades de apego y afiliación. Las personas con un estilo *inseguro – preocupado* han experimentado, de una forma típica, una asequebilidad impredecible de las figuras de apego, debido a lo cual, han adoptado

una estrategia basada en la “hiperactivación” del sistema de apego (Cassidy y Berlin, 1994). Esta estrategia se basa en la hipervigilancia, puesto que la accesibilidad inconsistente que caracteriza a sus figuras de apego hace necesario que la persona procure tenerlas permanentemente bajo control.

Autores como Bartholomew y Horowitz (1991) propusieron una categorización cuatripartita de los estilos de apego en adultos: apego seguro, preocupado y, entre aquellos que evitan la intimidad y desactivan el sistema de apego como una forma de defensa, distinguieron entre apego *desvalorizador* y *temeroso*. Ambos evitan la intimidad con los otros y desactivan sus sistemas de apego, pero lo hacen por diferentes razones y utilizando medios diferentes (Bartholomew, 1990; ver Yárnoz-Yaben 2008a).

Actualmente, es algo totalmente admitido por los autores que trabajan en el campo del apego adulto que los diferentes estilos y prototipos de apego pueden ser alineados a lo largo de un continuo de dos dimensiones conceptuales, que los investigadores han bautizado como *ansiedad* y *evitación*. La primera dimensión, *ansiedad*, se refiere a variaciones individuales respecto al nivel en que las personas se muestran hipervigilantes en temas relacionados con el apego. Una persona alta en la dimensión de *ansiedad* se mostrará preocupada, por ejemplo, sobre la posibilidad de que su figura de apego no responda adecuadamente a sus necesidades, mientras que una persona menos ansiosa se sentirá relativamente segura sobre cuestiones relacionadas con el apego. La segunda dimensión, *evitación*, se refiere a la tendencia a usar estrategias de *evitación versus* estrategias de búsqueda de proximidad para regular las conductas, pensamientos y sentimientos relacionados con el apego. Las personas situadas en el extremo alto de este constructo tienden a desconectar de sus relaciones interpersonales, mientras que las personas situadas en el extremo bajo de la dimensión se sienten cómodas abriéndose a los demás y confiando en ellos como base segura.

Los estilos de apego pueden ser vistos como combinaciones lineales de estas dos dimensiones (Yárnoz-Yaben, 2008a). Por ejemplo, una persona prototípicamente preocupada se muestra atenta a cuestiones relacionadas con el ape-

go (es decir, se sitúa en la parte alta de la dimensión ansiedad) y no utiliza estrategias evitantes para regular sus comportamientos y sentimientos (es decir, puntúa bajo en la dimensión evitación); una persona prototípicamente temerosa, se muestra relativamente atenta a cuestiones relacionadas con el apego (es decir, se sitúa en la parte alta de la dimensión ansiedad) y utiliza de manera típica estrategias evitantes para regular sus comportamientos y sentimientos (es decir, puntúa alto en la dimensión evitación). Por el contrario, una persona prototípicamente desvalorizadora también emplea estrategias evitantes, pero está menos atenta a cuestiones relacionadas con el apego (es decir, se situaría en la parte baja de la dimensión ansiedad). Una persona prototípicamente segura puntuaría bajo en ambas dimensiones.

A pesar de que desde sus primeros trabajos, Bowlby mantuvo que el apego era un aspecto fundamental en las relaciones interpersonales que se mantenía *de la cuna a la tumba* (Bowlby, 1982), justo es reconocer que durante mucho tiempo la Teoría del Apego fue considerada como una teoría cuyo objetivo fundamental era la comprensión de la dinámica infantil. Hoy en día, se considera sin ninguna duda que tanto en los niños, como en los adultos, los estilos de apego reflejan la percepción que tiene la persona sobre la accesibilidad y la capacidad de respuesta de la figura de apego, así como de otros aspectos complementarios del self dentro del modelo operativo interno del apego (Bowlby, 1988). Por ejemplo, su capacidad para atraer la atención del otro, o si es merecedor (o no) de dicha atención (Yárnoz-Yaben, 2008b).

## Cuestionarios de Autoinforme para la Evaluación del Apego en Adultos

Una panorámica bastante completa de los instrumentos que evalúan el apego, tanto en la infancia como en la edad adulta puede encontrarse en Yárnoz-Yaben (2008a). El capítulo incluye una descripción de los instrumentos utilizados para evaluar el apego, en niños y en adultos, y una panorámica de las diferentes técnicas empleadas para evaluarlo: técnicas de observación, técnicas que utilizan narrativas, así

como cuestionarios de autoinforme y técnicas proyectivas.

En este artículo nos detendremos en la descripción de tres instrumentos de autoinforme que Yárnoz-Yaben y su grupo han traducido y validado al español: el cuestionario de Hazan y Shaver (1987), el RQ, *Relationship Questionnaire* (Bartholomew y Horowitz, 1991) y el CRP, Cuestionario de Experiencia en las relaciones de pareja de Brennam, Clark y Shaver (1998).

### El Autoinforme de Hazan y Shaver (1987)

Hazan y Shaver (1987) fueron los primeros que conceptualizaron las relaciones adultas como un proceso de apego. *Tradujeron* los modelos de apego encontrados en la infancia por Ainsworth y su grupo y describieron de forma prototípica las características de cada uno de ellos. Se pidió a las personas que participaron en la investigación que eligieran el modelo que mejor describiera su forma de sentir y comportarse en una relación de pareja. Posteriormente, en 1990, Shaver mejoró el instrumento, solicitando a los participantes que indicaran en una escala de 7 puntos en que medida se sienten reflejados en las descripciones prototípicas de cada uno de los tres estilos de apego que se habían observado en los niños por medio de la Starngé Situation: seguros, evitantes y ambivalentes, además de pedirles que seleccionaran aquel con el que se sentían más representados.

Hazan y Shaver encontraron que los adultos que se habían descrito a sí mismos como seguros, evitantes o ambivalentes en relación a su pareja mantenían, en una proporción importante, la misma clasificación - retrospectiva- con respecto a sus progenitores en la infancia. Sus datos corroboraron la existencia de un estilo relacional que se mantiene desde la infancia hasta la edad adulta. Este estilo relacional refleja las creencias de los individuos sobre la relación amorosa y sobre su propia valía, y está estrechamente relacionada con el estilo de apego, tal y como podemos ver en las descripciones siguientes:

- *Apego Seguro*: experiencia amorosa caracterizada por confianza, amistad y emociones positivas.

- *Apego Ambivalente*: caracterizado por la vivencia de la experiencia amorosa como obsesiva, con un gran deseo de reciprocidad y unión con el amado, y la impresión de que esto puede asustar a las otras personas.
- *Apego Evitante*: miedo a la intimidad, altibajos emocionales y falta de confianza en los demás.

En sus investigaciones Hazan y Shaver (1987) encontraron que los modelos de apego romántico de los que informaban los sujetos están relacionados con un número de variables de importancia teórica (o coherentes con la teoría) como son creencias sobre el amor y las relaciones, o modelos operativos de las relaciones y recuerdos de la experiencia temprana con los padres (Crowell, Fraley y Shaver, 1999).

Yáñez-Yaben (1989), realizó una adaptación al castellano del cuestionario de Hazan y Shaver (1987), cuya versión adaptada al castellano aparece en el Anexo 1. Como es habitual, se comenzó con una traducción doble inglés-castellano-inglés. Trabajando con una muestra de 93 personas, estudiantes universitarios, y utilizando este y otros instrumentos, se analizó la imagen retrospectiva que los participantes tenían sobre sus progenitores y sobre sí mismos. Se encontraron asociaciones entre su evaluación del apego en la infancia y formas de percepción de la amistad y del amor en la edad adulta, así como diferencias en el conocimiento social sobre los estereotipos de las emociones basados en el estilo de apego. Los resultados, que han sido expuestos en otras publicaciones (Yáñez Yaben, 1989; Yáñez Yaben, 1992; Yáñez y Páez, 1993 y 1994), muestran en conjunto la existencia de patrones característicos y consistentes en la percepción retrospectiva de la figura materna, el conocimiento y las expectativas sobre uno mismo y los otros, la experiencia amorosa y la relación con los demás según el estilo de apego (seguro, evitante y ambivalente) al que se han autoadscrito los sujetos utilizando los descriptores de Hazan y Shaver.

Nuestra investigación reflejó también cómo las diferencias en el estilo de apego están asociadas con variaciones de la expresión emocional y la regulación de la emoción en personas adultas. Demuestra que las distintas estrategias

para regular y expresar emociones, se evocan automáticamente según el estilo de apego de las personas. Es decir, que las personas muestran diferencias en la apreciación e interpretación de eventos con componentes emocionales según su estilo de apego.

## El RQ, Cuestionario de Relación (Relationship Questionnaire)

El RQ (Bartholomew y Horowitz, 1991) evalúa sobre una escala de 7 puntos en que medida se ven reflejados los respondientes en los prototipos de cuatro estilos de apego: seguros, preocupados, temerosos y desvalorizadores. Ofrece también la posibilidad de obtener las dos dimensiones, ansiedad y evitación, subyacentes a los instrumentos de autoinforme que evalúan el apego en adultos (Griffin y Bartholomew, 1994a), así como información sobre el modelo de sí y el modelo de los otros de los participantes (Griffin y Bartholomew, 1994b). Puede accederse a más información sobre este instrumento en la página web de Kim Bartholomew <http://www.sfu.ca/psyc/faculty/bartholomew/self-reports.htm> y también en Yáñez-Yaben (2008a).

Este instrumento permite una evaluación categórica de la seguridad de los participantes (seguros vs. no seguros) si la puntuación máxima de los cuatro ítems está en el ítem que refleja seguridad, o bien si la puntuación máxima de los cuatro ítems reflejaba un empate entre un ítem seguro y otro inseguro (Griffin y Bartholomew, 1994a). En caso contrario, se les clasifica como inseguros. También puede, evidentemente, identificarse el estilo de apego de las personas evaluadas teniendo en cuenta la autoadscripción que ellos mismos han realizado. Aunque existen trabajos publicados basados en esta medida, debemos tener en cuenta que, por definición, algunas características relacionales aparecen como más *apetecibles* que otras, y serían, por tanto, susceptibles de verse afectadas por la *deseabilidad social*. Más adelante analizaremos más profundamente este tema.

Pueden asimismo obtenerse medidas continuas del estilo de apego. Teniendo en cuenta las puntuaciones obtenidas por cada persona según

el grado de acuerdo que ha mostrado en las descripciones prototípicas de cada uno de los cuatro modelos -seguro, desvalorizador, preocupado y temeroso-, se obtienen puntuaciones que reflejan cuanto hay de cada estilo de apego en las respuestas individuales.

Este instrumento permite asimismo una estimación de la posición del sujeto respecto a las dos dimensiones de *ansiedad* (modelo de sí) y *evitación* (modelo de otros). La puntuación en la dimensión de ansiedad corresponde a la suma de las puntuaciones obtenidas en los estilos que reflejan una alta ansiedad hacia las relaciones (temeroso y preocupado) a la que se resta la suma de las puntuaciones obtenidas en los estilos que reflejan una baja ansiedad hacia las relaciones (seguro y desvalorizador). La puntuación en la dimensión de evitación, por su parte, corresponde a la suma de las puntuaciones obtenidas en los estilos que reflejan un alto nivel de evitación de las relaciones (desvalorizador y temeroso) a la que se resta la suma de las puntuaciones obtenidas en los estilos que reflejan un nivel bajo de evitación de las relaciones (seguro y preocupado). Pueden consultarse más detalles en el capítulo mencionado anteriormente (Yáñez-Yaben, 2008a).

La validación al castellano del RQ comenzó con una doble traducción inglés-castellano-inglés, lo cual permitió corregir expresiones difíciles de comprender en su traducción directa desde el inglés. El cuestionario, junto con otras medidas, se pasó a 602 personas, 311 hombres y 291 mujeres, estudiantes de diversas facultades de la Universidad del País Vasco, en el marco de una tesis doctoral (Alonso-Arbiol, 2000) dirigida por la primera de las autoras de este artículo.

El análisis factorial de componentes principales encontró dos factores: *evitación* y *ansiedad*, que se corresponden con los encontrados en la versión inglesa del instrumento (Bartholomew, 1990), y al igual que en ella, son independientes ( $r = -0.01$ ).

Una de las principales ventajas de este instrumento es su brevedad. No es la única, ya que ha sido utilizado con éxito en numerosas investigaciones y ha demostrado ser útil en el examen de las relaciones entre los modelos internos activos del apego y criterios culturales externos (Griffin y Bartholomew, 1994a). Schmitt et al.,

(2004) utilizaron este instrumento, entre otros, en un macro proyecto (el *International Sexuality Description Project*) realizado con un total de 17.804 participantes procedentes de 62 regiones culturales distintas y utilizando 30 idiomas. Encontraron que las escalas referentes al Modelo de sí/ Modelo de otros eran válidas *dentro* de la mayoría de las culturas analizadas, aunque había importantes diferencias *entre* culturas en la manera en que los cuatro estilos de apego se distribuyen a lo largo de estas dimensiones. Además, Leak y Parsons, (2001) han demostrado que el RQ es la única entre las medidas más extendidas para evaluar el apego en adultos que no es sensible a sesgos de autoengaño.

Nuestro grupo lo ha aplicado con éxito al análisis del rol jugado por el estilo de apego en diversos aspectos de las relaciones interpersonales, como la relación entre estilos de apego y percepción de lo demás (Yáñez-Yaben, Alonso-Arbiol, Plazaola, y Sainz de Murieta, 2001), la dependencia en las relaciones (Alonso-Arbiol, Shaver, y Yáñez, 2002) y el sentimiento de soledad (Yáñez-Yaben, 2008c). También en el marco de una línea de investigación relacionada con el divorcio y la separación analizados desde la teoría del apego (Yáñez-Yaben, 2008d): hemos utilizado este instrumento para evaluar el efecto del estilo de apego en la adaptación a la situación de divorcio (Yáñez-Yaben, 2010a) y en una amplia gama de temas relacionados: intervenciones para facilitar la adaptación al divorcio (Yáñez-Yaben y Plazaola, 2007; Yáñez, Plazaola y Etxeberria, 2008); relación entre estilo de apego y perdón (Yáñez Yaben, 2009), aspectos del bienestar psicológico de progenitores divorciados (Yáñez Yaben, 2010b) o la posibilidad de ejercer la coparentalidad post-divorcio (Yáñez Yaben, 2010c).

### **El Cuestionario de Experiencia en las relaciones de pareja (CRP). Brenam, Clark y Shaver (1998).**

En 1998 Brenam, Clark y Shaver crearon el *Cuestionario de Experiencia en las Relaciones de Pareja* o *Experiences in Close Relationships*. Este cuestionario incluye ítems tomados de los instrumentos más utilizados para evaluar el apego en adultos, publicados o no publicados. Con todos

ellos se realizó un banco de ítems compuesto por 323 preguntas con el objetivo de evaluar la organización del apego en los participantes, de los cuales 36 componen la presente escala, a la que se responde mostrando el grado de acuerdo con el enunciado, acuerdo que abarca desde 7 (*totalmente de acuerdo*) a 1 (*totalmente en desacuerdo*).

Un total de 1086 estudiantes (682 mujeres y 403 hombres) tomaron parte en el estudio destinado a crear y validar el instrumento. Los análisis que se llevaron a cabo revelaron la existencia de las dos dimensiones subyacentes a la mayoría de las medidas de apego: ansiedad y evitación. De los 36 ítems que componen la ECR (siglas inglesas de la CRP), 18 están destinados a evaluar la ansiedad y otros 18 a medir la evitación.

Recientemente se ha elaborado la ECR-R (Fraley, Waller, y Brennan, 2000), una versión revisada de la ECR. Los ítems de esta nueva escala fueron propuestos utilizando técnicas basadas en la Teoría de Respuesta al Ítem. Al ser preguntado sobre las ventajas de la utilización de esta nueva medida, Fraley responde en su página web, que es donde aparece el instrumento (<http://www.psych.uiuc.edu/~rcfraley/measures/ecrr.htm>), que la utilización de la IRT puede mejorar el instrumento, aunque lo hace en un grado mínimo, ya que la ECR-R y la ECR proceden del mismo banco de ítems. Confía en que la investigación ulterior ayude a evaluar la zona *segura* con mayor precisión, lo cual sí mejoraría el instrumento. Mientras tanto, su opinión es que tanto el ECR como el ECR-R son instrumentos prácticamente iguales.

La adaptación de esta escala al castellano (ver Alonso-Arbiol, Balluerka y Shaver, 2007) comenzó con una traducción doble inglés-castellano-inglés. Utilizando la misma muestra mencionada anteriormente en la adaptación del cuestionario de Bartholomew, se procedió al análisis factorial de componentes principales, rotación varimax. Emergieron dos factores, que representaban el 31.5 de la varianza. El primer factor, era idéntico al factor *evitación* de la versión inglesa original. El segundo factor era similar al factor *ansiedad* de la versión original. Ambos factores eran independientes ( $r = 0.01$ ), al igual que en la versión inglesa.

Los autores (Brennam, Clark, y Shaver, 1998) explicitan la manera de corregir este instrumento

con la ayuda del paquete estadístico SPSS, de utilidad para muestras grandes. El procedimiento está descrito en el libro editado por Simpson y Rholes *Attachment theory and close relationships* (Teoría del Apego y Relaciones íntimas). Otra forma de corrección más simplificada y sin duda alguna, más práctica cuando se trata de muestras pequeñas, o incluso estudios de caso único, está tomada de la página web *Self Report Measures of Adult Attachment*, de C. Fraley y P. Shaver, accesible en: <http://www.psych.uiuc.edu/~rcfraley/measures/measures.html>. Se encuentra también en Yárnoz-Yaben (2008a).

### ¿Evalúan lo mismo los diferentes instrumentos utilizados en la evaluación del Apego Adulto?

En los últimos veinte años se ha hecho evidente en el campo, cada vez más amplio, de clínicos e investigadores que trabajan desde la teoría del apego aplicada a todo el ciclo vital, la existencia de dos tradiciones, o dos líneas de investigación que, aunque partiendo de los mismos principios de Bowlby, trabajan de manera diferente y utilizan diferentes instrumentos de evaluación (ver Yárnoz-Yaben 2008a).

La primera línea de investigación, compuesta por psicólogos clínicos y del desarrollo, tiene el objetivo de analizar los estilos de apego en la infancia (Ainsworth y Bowlby, 1991) y de mostrar la influencia del estado mental de los progenitores con respecto al apego en la seguridad mostrada por los niños (Main, Kaplan y Cassidy, 1985; Hesse, 1999). Sus métodos principales de evaluación son la observación sistemática de los niños, tanto en situaciones naturales como de laboratorio (por ejemplo, la conocida *Strange Situation*) y entrevistas como la Adult Attachment Interview, AAI, aunque también utilizan ocasionalmente otro tipo de autoinformes, basados en las teorizaciones y las observaciones clínicas de Bowlby.

La segunda línea de investigación, ésta centrada en el apego adulto, fue iniciada a mediados de la década de los 80 por psicólogos que provenían del área de la psicología social y de la personalidad. Extendieron la aplicación de las ideas de Bowlby y las tipologías de Ainsworth al estudio de las relaciones amorosas y de pareja. Encon-

traron paralelismos entre los estilos de apego infantiles y los patrones de conducta, sentimientos y emociones en las relaciones de pareja de adolescentes y adultos. Esta activa línea de investigación ha desarrollado varios cuestionarios y escalas de autoinforme para evaluar el apego en adultos (ver Yáñez-Yaben, 2008a).

Hasta hace pocos años, estas dos tradiciones han vivido de espaldas la una a la otra (Shaver y Mikulincer, 2002). En los últimos años se ha producido una mayor interacción, no exenta de polémica, entre ambos enfoques, plasmada en monográficos de publicaciones como *Attachment y Human Development* (Septiembre de 2002).

Como es evidente, en el fondo de este debate se encuentra el tema de la mayor o menor adecuación y de la posible convergencia o divergencia entre diversas maneras de evaluar el apego: entrevistas versus cuestionarios, por un lado, pero también entre diferentes tipos de cuestionarios que dan los resultados en unidades diferentes, por decirlo de una forma sencilla: categorías, dimensiones o prototipos. Shaver y Mikulincer (2002) opinan que la AAI y las escalas que evalúan el estilo de apego, aunque basadas en una estructura y un funcionamiento muy diferente, miden constructos similares desde un punto de vista psicodinámico. Otros, en cambio (Crowell y Treboux, 1995; Waters, Crowell, Elliot, Corcoran, y Treboux, 2002) piensan que no es en absoluto tan sencillo, y aportan correlaciones muy modestas encontradas entre estos dos tipos de instrumentos –concretamente, entre la AAI y el CRP.

Algunos autores como Bartholomew y Shaver (1998) consideran que las medidas que evalúan el apego adulto convergen, especialmente cuando la estabilidad y el poder estadístico de la medida son lo suficientemente altos. Con estas ideas como referencia, planteamos la siguiente investigación.

## Nuestra investigación

La investigación que aquí presentamos tiene como objetivo analizar la convergencia entre las versiones en español de dos medidas utilizadas para evaluar el apego adulto: el RQ, *Relationship Questionnaire* (Bartholomew y Horowitz, 1991) y el CRP, *Cuestionario de experiencia en las Relacio-*

*nes de Pareja* (Brennan, Clark, y Shaver, 1998). Ambas evalúan el apego adulto desde un modelo que reconoce la existencia de cuatro estilos de apego: seguro, preocupado, evitante-desvalorizador y evitante-temeroso. Sin embargo como hemos visto en la sección destinada a ofrecer una descripción de estos instrumentos, tienen una estructura y una organización diferente.

Nuestro segundo objetivo es analizar el efecto de la Deseabilidad Social sobre los resultados conseguidos mediante estas dos medidas. Una relación alta entre las medidas obtenidas mediante cualquier test y la Deseabilidad Social significa que las personas que responden al test lo hacen pensando en si los rasgos evaluados son socialmente convenientes o deseables, y no tanto en si son o no aplicables a ellos mismos. Con este objetivo pretendemos, pues, detectar si las características de los tests analizados, el RQ y el CRP, invitan a la simulación, y en qué medida.

## Participantes y Procedimiento

La participación en este estudio fue voluntaria y no remunerada. Los participantes completaron una batería que contenía los autoinformes que describimos a continuación. Se les solicitó que respondieran sinceramente a las preguntas, asegurándoles la confidencialidad de los datos. No hubo límite de tiempo para responder a las preguntas.

La muestra estaba compuesta por 1124 personas. Sus edades oscilaban entre los 16 y los 79 años, siendo su media de edad 29,39 ( $DT = 11,38$ ). El 62,8% eran mujeres, y el 37,2% hombres. Un 53,7% tenía pareja estable, un 32,8% no y el 13,4% no contestó a la pregunta. La duración de la relación oscilaba entre 2 y 668 meses, con una media de 9,52 años.

## Variables evaluadas e Instrumentos utilizados

### Medidas del estilo de apego.

Como medida de evaluación del estilo de apego hemos utilizado los cuestionarios RQ y CRP descritos en la sección anterior.



## *Deseabilidad Social.*

Hemos utilizado la escala D.S. o *Cuestionario de Reacciones Personales* (Crowne y Marlowe, 1960; versión en castellano de Ávila Espada y Tomé, 1989). Esta escala evalúa la deseabilidad social o defensividad, es decir, la necesidad de los sujetos de obtener aprobación respondiendo de un modo culturalmente aceptable y apropiado. Consta de 33 ítems a los que se debe responder como *verdadero* o *falso*, según sean aplicables a la persona que responde. Las respuestas del sujeto que correspondan con la clave de corrección se puntúan con un punto, y la puntuación total será la suma de los puntos obtenidos. La escala ha sido ampliamente utilizada en diversas áreas de investigación en Medicina y Psicología para evaluar los sesgos de respuestas en un sentido socialmente deseable. En nuestra muestra, el índice de fiabilidad de la escala (alfa de Cronbach) ha sido de 0,76, muy similar al encontrado en otros trabajos que analizaban versiones en castellano de este instrumento.

## **Resultados**

### *Estadísticos Descriptivos*

#### *Test RQ*

Las autoadscripción del estilo de apego de los participantes en esta investigación refleja un 63,4% de personas seguras, un 13,2% de evitantes-desvalorizadores, un 13,6% de preocupados y un 9,8% de evitantes-temerosos. Sumando la autoadscripción de los participantes, encontramos que un 63,4% de los respondientes serían seguros y un 36,6% inseguros. Los porcentajes de seguros son muy similares a los encontrados por Mickelson, Kessler, y Shaver (1997) en una muestra representativa de personas casadas o conviviendo juntas en U.S.A, aunque más bajo que el 72% encontrado en Alemania (Banse, 2004) en una población de parejas casadas. En un estudio anterior con personas divorciadas (Yáñez-Yaben, 2010a), encontramos que un 52,5% de las personas participantes fueron clasificadas como seguras y un 45% como inseguras. Este dato apunta a que, tal y como otros estudios también insinúan, en una muestra de

personas divorciadas el tipo de apego seguro se encuentra infrarrepresentado.

Utilizando criterios de corrección diferentes de la simple autoadscripción, basados en las respuestas numéricas dadas a cada uno de los prototipos y las dimensiones que éstas generan (Griffin y Bartholomew, 1994a), clasificaríamos a un 64,4% como globalmente seguros y a un 35,6% como globalmente inseguros.

#### *Dimensiones RQ*

La dimensión de ansiedad presenta, en nuestra muestra, una media de 1,82 ( $D.T = 3,40$ ). La dimensión de evitación una media de 2,71 ( $D.T = 4,08$ ).

#### *Test CRP*

El test CRP dio como resultado un 27,3% de personas seguras, un 6,6% de evitantes-desvalorizadores, un 44,2% de preocupados y un 21,8% de evitantes temerosos. Según este test un 27,3% de personas serían clasificadas como globalmente seguras y un 72,6% como globalmente inseguras.

#### *Dimensiones CRP*

La dimensión de ansiedad evaluada con el CRP presenta, en nuestra muestra, una media de 3,91 ( $D.T = 0,94$ ). La dimensión de evitación una media de 2,63 ( $D.T = 0,93$ ).

#### *Escala de Crowne y Marlowe o de Deseabilidad Social*

La media obtenida en la escala de Deseabilidad Social ha sido 15,54 ( $D.T = 5,17$ ). Al igual que en otros estudios, no hemos encontrado diferencias significativas en las respuestas dadas en función del género, masculino o femenino, de los respondientes [ $F(1, 1116) = 1,83; p = .18$ ].

#### *Correlaciones entre RQ y CRP.*

La Tabla 1 muestra las correlaciones encontradas entre los distintos estilos de apego eva-

luados por medio de los autoinformes RQ y CRP. Como puede observarse, la evaluación de los estilos de apego mediante el RQ presenta un patrón de correlación más acorde con la teoría: los apegos seguro y desvalorizador son independientes, y existe una correlación negativa entre los estilos seguro y preocupado, así como entre seguro y temeroso. No hemos encontrado co-

rrelación entre los estilos desvalorizador y preocupado. Finalmente, los estilos preocupado y temeroso están correlacionados.

Por su parte, los diferentes estilos de apego evaluados mediante el CRP presentan un patrón de correlaciones donde podemos observar la alta correlación positiva entre los cuatro estilos de apego.

**Tabla 1.** Correlaciones entre los cuatro estilos de apego evaluados por medio del RQ y el CRP.

	Seguro RQ	Desvalor. RQ	Preocup. RQ	Temer. RQ	Seguro CRP	Desval. CRP	Preoc. CRP	Temer. CRP
Seguro RQ,	1	.039	-.167**	-.358**	-.220**	-.232**	-.207**	-.230**
Desvalorizador RQ			-.055	.107**	.033	.129**	-.004	.074*
Preocupado RQ			1	.336**	.339**	.232**	.363**	.300**
Temeroso RQ				1	.351**	.384**	.324**	.372**
Seguro CRP					1	.913**	.989**	.985**
Desvalorizador CRP						1	.842**	.970**
Preocupado CRP							1	.948**
Temeroso CRP								1

Nota:  $N = 1124$  para el RQ y  $1117$  para el CRP. \* $p < .01$ \*\* $p < .001$

La Tabla 2 analiza las correlaciones encontradas en las Dimensiones del Apego de estos instrumentos. Como puede apreciarse, en cada uno de los test hay una correlación muy baja –esperable según la teoría– entre las dimensio-

nes de ansiedad y evitación, teóricamente independientes. Además las correlaciones encontradas entre las dimensiones de ansiedad y de evitación de ambos cuestionarios son bastante elevadas.

**Tabla 2.** Correlaciones entre las dos dimensiones de apego evaluadas por medio del RQ y el CRP.

	Ansiedad RQ	Evitación RQ	Ansiedad CRP	Evitación CRP
Ansiedad RQ	1	.078**	.364**	.121**
Evitación RQ		1	-.060*	.354**
Ansiedad CRP			1	.046
Evitación CRP				1

Nota:  $N = 1124$  para el RQ y  $1117$  para el CRP. \* $p < .01$ \*\* $p < .001$

### Correlaciones con Deseabilidad Social

Las correlaciones con el test de Crowne y Marlowe, reflejadas en la Tabla 3, muestran un patrón bajo de correlación. La correlación más elevada, bastante baja ( $r = .18$ ) corresponde al

estilo de apego seguro evaluado con el RQ. El resto de correlaciones son de signo negativo, como puede apreciarse en la Tabla 3, dato que puede muy bien interpretarse como que los tests aquí analizados no son sensibles a sesgos de aut-presentación.

**Tabla 3.** Correlaciones entre estilos y dimensiones del Apego evaluadas por medio del RQ y el CRP y Deseabilidad Social.

Estilos y Dimensiones del Apego (RQ y CRP)	Deseabilidad Social
Tipo de apego seguro RQ	.179**
Tipo de apego desvalorizador RQ	-.006
Tipo de apego preocupado RQ	-.071*
Tipo de apego temeroso RQ	-.149**
Tipo de apego seguro CRP	-.170**
Tipo de apego desvalorizador CRP	-.184**
Tipo de apego preocupado CRP	-.157**
Tipo de apego temeroso CRP	-.180**
Dimensión Ansiedad RQ	-.162**
Dimensión Evitación RQ	-.128**
Dimensión Ansiedad CRP	-.112**
Dimensión Evitación CRP	-.152**
Deseabilidad social	1

Nota:  $N = 1118$ . \* $p < .01$  \*\* $p < .001$

### Discusión

El objetivo de este trabajo ha sido presentar una panorámica de los instrumentos utilizados en español para evaluar el apego adulto, y aportar nuestro granito de arena a la polémica actual sobre la similitud o diferencia entre los instrumentos que evalúan el apego. Hemos analizado la convergencia entre dos instrumentos, el RQ o Cuestionario de Relación (Bartholomew y Horowitz, 1991) y el CRP, Cuestionario de relaciones de Pareja (Brennan, Clark y Shaver, 1998).

Los resultados muestran, por una parte, diferencias debidas a la estructura de los instrumentos. El RQ representa una aproximación a

la evaluación del apego basada en prototipos que integra las visiones categorial y dimensional. El patrón de correlaciones que presentan los cuatro prototipos de apego es altamente coherente con la teoría: los apegos seguro y desvalorizador son independientes (estilos ambos bajos en ansiedad, bajos y altos en evitación, respectivamente) al igual que los estilos preocupado y desvalorizador (alto en ansiedad, bajo en evitación el primero; bajo en ansiedad, alto en evitación el segundo). Hay una correlación negativa del estilo seguro con preocupado y temeroso, y una correlación positiva del estilo temeroso con preocupado y desvalorizador.

Fue una (grata) sorpresa para nosotras constatar la escasa diferencia encontrada entre la

autoadscripción y la valoración de los estilos de apego realizada con este instrumento. La autoadscripción se concretaba en un 63,4% de personas seguras y un 36,6% de inseguras como suma de las autoadscripciones a otros estilos de apego que no fueran el seguro. La adscripción basada en las puntuaciones de ansiedad y evitación, fue de un 64,4% de personas seguras y un 35,6% de inseguras. Una pequeña diferencia que, junto con el pequeño tamaño de las correlaciones encontradas entre los estilos de apego evaluados con este test y la deseabilidad social, nos permite afirmar junto con Leak y Parsons (2001) que el RQ es una medida que no es sensible a sesgos de autoengaño.

La alta correlación positiva encontrada entre los cuatro estilos de apego evaluados mediante el CRP puede ser debida a la propia estructura y modo de corrección del instrumento. No olvidemos que a partir de las respuestas dadas a los diferentes ítems se derivan las puntuaciones de ansiedad y evitación, el objetivo evaluador fundamental de este test, y que es a partir de estas dimensiones que los sujetos son clasificados en el estilo de apego que corresponda.

Las dimensiones ansiedad y evitación correlacionan, en los dos instrumentos, en la forma teóricamente esperable, de tal forma que podemos decir que tanto en el RQ como en el CRP son independientes. Además, hemos encontrado correlaciones bastante elevadas entre las dos dimensiones evaluadas con ambos instrumentos. Por otra parte, las correlaciones encontradas entre los estilos de apego evaluados con el RQ y el CRP son moderadamente altas, aunque en el caso del apego seguro éstas sean, sorprendentemente, de signo negativo. En cualquier caso, varios autores (por ejemplo, Griffin y Bartholomew, 1994a ; Fraley y Waller, 1998) han expresado su opinión de que la evaluación en base a las dimensiones de ansiedad y evitación es más fiable que la categorial, es decir, la adscripción a uno de los cuatro estilos de apego.

Finalmente, las bajas correlaciones encontradas en ambos instrumentos con el constructo Deseabilidad Social permiten afirmar que ninguna de las alternativas de respuesta de los cuestionarios analizados, con la posible excepción del estilo seguro evaluado con el RQ, son consideradas socialmente más convenientes o

deseables que otras. E incluso en este caso, la correlación con la DS, aunque positiva, es bastante baja. En el resto de los estilos o dimensiones del apego la correlación es negativa. Esto nos permite suponer, por tanto, que las respuestas dadas por las personas que han respondido a ellos reflejan sus auténticas características, es decir, que han sido sinceros. Esto es especialmente relevante en el caso del RQ, ya que su descripción de los prototipos de apego está menos *enmascarada* que los ítems que componen el CRP.

## Referencias

- Ainsworth, M., Blehar, M., Waters, E., & Wall, S. (1978): *Patterns of Attachment*. Hillsdale, N.J: Erlbaum.
- Ainsworth, M. D. S., & Bowlby, J. (1991). An Ethological approach to Personality Development. *American Psychologist*, 46, 333-341.
- 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, 45-63.
- Alonso-Arbiol, I., Shaver, P. R., & Yárnoz, S. (2002) Insecure attachment, gender roles, and interpersonal dependency in the Basque Country. *Personal Relationships*, 9, 479-490.
- Avila Espada, A. & Tomé Rodríguez, M.C. (1989). Evaluación de la deseabilidad social y correlatos defensivos emocionales. Adaptación castellana de la Escala de Crowne y Marlowe. En A. Echevarría & D. Páez (Eds.), *Emociones: perspectivas psico-sociales* (pp.- 505- 513). Madrid: Fundamentos.
- Banase, R. (2004). Adult attachment and marital satisfaction: evidence for diadic configuration effects. *J. of Social and Personal Relationships*, 21, 273-282.
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 147-178.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-244.

- Bartholomew, K., & Shaver, P. R. (1998). Methods of assessing adult attachment: Do they converge? In J. A. Simpson y W. S. Rholes (Eds.), *Attachment Theory and Close Relationships* (pp. 25-45). New York: Guilford.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and Loss. vol II. Separation*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and Loss. vol. I. Attachment*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1988). *Una Base Segura*. Buenos Aires: Paidós.
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrative review. In J. A. Simpson y S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 46-76). New York: Guilford Press.
- Carvalho, M., & Gabriel, S. (2006). No Man Is an Island: The Need to Belong and Dismissing Avoidant Attachment Style. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32, 697-709.
- Cassidy, J., & Berlin, L. J. (1994). The Insecure/Ambivalent Pattern of Attachment: Theory and Research. *Child Development*, 65, 971-991.
- Crowell, J. A., & Treboux, D. (1995). A review of adult attachment measures: implications for theory and research. *Social Development*, 4, 294-327.
- Crowell, J. A., Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (1999). Measurement of individual differences in adolescent and adult attachment. In J. Cassidy y P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of Attachment: Theory, research and clinical applications* (pp. 434-465). New York-London: The Guilford Press.
- Crowne, D.P. & Marlowe, D. (1960). A new scale of social desirability independent of psychopathology. *Journal of Consulting Psychology*, 24, 349-354.
- Fraley, R. C., & Waller, N. G. (1998). Adult attachment patterns: A test of the typological model. In J. A. Simpson y W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 350-365). New York: Guilford.
- Fraley, R.C., Waller, N.G., & Brennan, K.A. (2000). An item-response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 350-365.
- George, C., Caplan, N., & Main, M. (1985). Attachment Interview for Adults, Unpublished manuscript. Berkeley: University of California.
- Griffin, D. W., & Bartholomew, K. (1994a). The metaphysics of measurement: the case of adult attachment. In K. Bartholomew y D. Perlman (Eds.), *Advances in Personal Relationships* (Vol. 5: Adult Attachment Relationships, pp. 17-52). London: Jessica Kingsley.
- Griffin, D. W., & Bartholomew, K. (1994b). Models of the self and other: Fundamental dimensions underlying measures of Adult Attachment. *J. of Personality and Social Psychology*, 67(3), 430-445.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an Attachment Process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.
- Hesse, E. (1999). The adult Attachment Interview: Historical and current perspectives. In J. Cassidy y P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of Attachment: Theory, research and clinical applications* (pp. 395-433). New York-London: The Guilford Press.
- Leak, G. K., & Parsons, C. J. (2001). The susceptibility of three attachment style measures to socially desirable responding. *Social Behavior and Personality*, 29, 21-30.
- Main, M., Caplan, N., & Cassidy, J. (1985). Security in infancy, childhood and adulthood: A move to the level of representation. In I. Bretherton & E. Waters (Eds.), *Growing points of Attachment Theory and research. Monographs of the Society for Research in Child Development*, 50 (1-2, serial no. 209)
- Mickelson, K. D., Kessler, R. C., & Shaver, P. R. (1997). Adult attachment in a nationally representative sample. *Journal of Personality y Social Psychology*, 73, 1092-1106.
- Schmitt, D. P., et al.. (2004). Patterns and universals of adult romantic attachment across 62 cultural regions. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 35, 367-402.
- Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2002). Dialogue on adult attachment: diversity and integration. *Attachment and Human Development*, 4, 243-257.
- Waters, E., Crowell, J., Elliot, M., Corcoran, D., & Treboux, D. (2002). Bowlby's secure base theory and the social/personality psychology of attach-

- ment styles: work(s) in progress. *Attachment and Human Development*, 4, 230-242.
- Yáñez-Yaben, S. (1989). El amor romántico a la luz de la teoría del apego. In A. Echebarría y D. Páez (Eds.), *Emociones: Perspectivas Psicosociales* (pp. 343-366). Valencia: Promolibro.
- Yáñez-Yaben, S. (1992). La teoría del apego en la evaluación de las relaciones afectivas: Un enfoque sociocognitivo. *Boletín de Psicología* 36, 85-101.
- Yáñez-Yaben, S. (2008a). La Evaluación desde la Teoría del Apego: El lugar de los autoinformes y otros instrumentos en la evaluación del apego en niños, adolescentes y adultos. En S. Yáñez-Yaben (comp.), *La Teoría del Apego en la clínica I: Evaluación y clínica*. pp. 95-162. Madrid: Psimática.
- Yáñez-Yaben, S. (2008b). La Teoría del Apego como marco de referencia en clínica: Aplicaciones clínicas de la Teoría del Apego En S. Yáñez-Yaben (comp.), *La Teoría del Apego en la clínica I: Evaluación y clínica* (pp. 55-94). Madrid: Psimática.
- Yáñez-Yaben, S. (2008c). Adaptación al castellano de *SESLA-S*, una escala para la evaluación de la soledad social y emocional en adultos. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 8, 103-116
- Yáñez-Yaben, S. (2008d). El divorcio como un proceso de pérdida y duelo. Aportaciones de la Teoría del Apego. En S. Yáñez-Yaben (comp.) *La Teoría del Apego en la clínica I: Evaluación y clínica*. pp. 187-212. Madrid: Psimática.
- Yáñez-Yaben, S. (2009). Forgiveness, Attachment and Divorce. *Journal of Divorce & Remarriage* 50, 282 – 294.
- Yáñez-Yaben, S. (2010a). Attachment Style and Adjustment to Divorce. *Spanish Journal of Psychology*, 13, 210-219.
- Yáñez-Yaben, S. (2010b). Bienestar psicológico en progenitores divorciados: estilo de apego, soledad percibida y preocupación por la ex pareja. *Clínica y Salud*, 21, 77-91.
- Yáñez-Yaben, S. (2010c). Hacia la coparentalidad post - divorcio: percepción del apoyo recibido de la ex pareja en progenitores divorciados españoles. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 10, 295-307.
- Yáñez-Yaben, S., Alonso-Arbiol, I., Plazaola, M., & Sainz de Murieta, L. (2001). Apego en adultos y percepción de los otros. *Anales de Psicología* 17, 159-170.
- Yáñez-Yaben, S. & Páez, D. (1993). Una aproximación a los Modelos Internos Activos (IWM) de la Teoría del Apego como constructos Sociocognitivos. *Boletín de Psicología* 41, 91-102.
- Yáñez-Yaben, S. & Páez, D. (1994). Los Modelos Internos Activos (IWM) en la autoevaluación, la evaluación de las relaciones afectivas y el procesamiento de la información. *Boletín de Psicología*. 42, 7-21.
- Yáñez-Yaben, S, & Plazaola, M (2007). Una intervención grupal enfocada desde la Teoría del Apego con personas divorciadas: evaluación subjetiva de los participantes post intervención y un año después. *Aperturas Psicoanalíticas* 27, diciembre (www.aperturas.org ).
- Yáñez-Yaben, S, Plazaola, M., & Etxeberria, J. (2008). Adaptation to divorce: An attachment-based intervention with long-term divorced parents. *Journal of Divorce & Remarriage*, 49, 291-307.

**Anexo 1****CUESTIONARIO DE APEGO ADULTO****Hazan y Shaver, 1987. Adaptación al castellano, S. Yárnoz Yaben, 1988**

A continuación presentamos una serie de descripciones sobre cómo se comportan las personas en sus relaciones con los otros. Léelas con atención, y elige **sólo una de ellas**, aquella que creas que mejor describe tu forma de ser, la que más se parezca a lo que tú eres:

Además, por favor, deberá rodear con un círculo el número que refleje mejor su grado de acuerdo con la idea que se expresa en cada párrafo, según la siguiente escala:

<b>Total desacuerdo</b>	<b>Bastante en desacuerdo</b>	<b>Un poco en desacuerdo</b>	<b>Ni desacuerdo ni acuerdo</b>	<b>Un poco de acuerdo</b>	<b>Bastante de acuerdo</b>	<b>Totalmente de acuerdo</b>
1	2	3	4	5	6	7

1. • Encuentro bastante fácil intimar con la gente. No me siento mal cuando necesito mucho a algunas personas, o cuando siento que algunas personas me necesitan mucho a mí. No me preocupo a menudo porque alguien me abandonó en el pasado, o me vaya a abandonar ahora. Tampoco me agobia que las demás personas se me acerquen demasiado, afectivamente hablando.

2. • A veces me siento mal al intimar con la gente. Me es difícil confiar en los demás completamente, y también me siento mal cuando necesito mucho a los demás. Me pongo nervioso cuando alguien quiere intimar demasiado conmigo. Con bastante frecuencia mis amigos/as y novio/a quieren tener una relación más cercana a mí que la que a mí me gustaría que tuvieran, y eso me hace sentirme incómodo/a.

3. • Encuentro que las demás personas no están dispuestas a intimar conmigo todo lo que yo quisiera. A menudo estoy preocupado/a porque pienso que mis amigos/as y mi novio/a no me quieren realmente, o tal vez quieran romper su relación conmigo. Quisiera una relación más cercana con mis amigos/as y novio/a, pero creo que eso les asusta.

## Anexo 2

### CUESTIONARIO DE RELACIÓN

Bartholomew y Horowitz, 1991

Adaptación al castellano de I. Alonso-Arbiol y S. Yáñez-Yaben, 2000.

---

Seguidamente aparecen varios párrafos referidos a nuestra forma de relacionarnos con los demás. Por favor, rodee con un círculo el párrafo que mejor se adecue a su forma de relacionarse afectivamente de entre los cuatro siguientes:

1. Me resulta fácil acercarme emocionalmente a los demás. Me siento cómodo tanto en las situaciones en que tengo que confiar en los demás como en aquellas en que otros han depositado su confianza en mí. El hecho de estar sólo/a o de que los demás no me acepten no me trastorna.
2. Me siento bien cuando no tengo una relación afectiva. Es muy importante para mí sentirme independiente y autosuficiente, y prefiero no depender de otros o que otros dependan de mí.
3. Quiero establecer un mayor grado de intimidad afectiva con los demás, pero a menudo encuentro que los demás marcan más distancias de lo que a mí me gustaría. Me siento perdido/a cuando no estoy en una relación afectiva, pero a veces me altera que los demás no me valoren tanto como yo les valoro a ellos.
4. Me siento mal cuando me acerco emocionalmente a los otros. Quiero mantener relaciones afectivas, pero encuentro difícil confiar totalmente, o depender de los demás. Me preocupa que pueda sufrir si no guardo las distancias con los demás.



Ahora, por favor, deberá rodear con un círculo el número que refleje mejor su grado de acuerdo con la idea que se expresa en cada párrafo, según la siguiente escala:

<b>Total desacuerdo</b>	<b>Bastante en desacuerdo</b>	<b>Un poco en desacuerdo</b>	<b>Ni desacuerdo ni acuerdo</b>	<b>Un poco de acuerdo</b>	<b>Bastante de acuerdo</b>	<b>Totalmente de acuerdo</b>
1	2	3	4	5	6	7

1. Me resulta fácil acercarme emocionalmente a los demás. Me siento cómodo tanto en las situaciones en que tengo que confiar en los demás como en aquellas en que otros han depositado su confianza en mí. El hecho de estar sólo/a o de que los demás no me acepten no me trastorna.
2. Me siento bien cuando no tengo una relación afectiva. Es muy importante para mí sentirme independiente y autosuficiente, y prefiero no depender de otros o que otros dependan de mí.
3. Quiero establecer un mayor grado de intimidad afectiva con los demás, pero a menudo encuentro que los demás marcan más distancias de lo que a mí me gustaría. Me siento perdido/a cuando no estoy en una relación afectiva, pero a veces me altera que los demás no me valoren tanto como yo les valoro a ellos.
4. Me siento mal cuando me acerco emocionalmente a los otros. Quiero mantener relaciones afectivas, pero encuentro difícil confiar totalmente, o depender de los demás. Me preocupa que pueda sufrir si no guardo las distancias con los demás.

**Anexo 3**

**CRP. Cuestionario de experiencia en las Relaciones de Pareja**  
**K.A. Brennan, C.L. Clark y P.R. Shaver, (1998)**  
**Adaptación al castellano de I. Alonso-Arbiol y S. Yáñez-Yaben, 2000**

Las siguientes frases se refieren a cómo se siente usted en las relaciones de pareja. Nos interesa saber cómo vive usted las relaciones de pareja en general, no cómo se está sintiendo en una relación actual. Responda a cada frase indicando en qué grado está de acuerdo o en desacuerdo con cada una de ellas según el siguiente criterio:

<b>Total desacuerdo</b>	<b>Bastante en desacuerdo</b>	<b>Un poco en desacuerdo</b>	<b>Ni desacuerdo ni acuerdo</b>	<b>Un poco de acuerdo</b>	<b>Bastante de acuerdo</b>	<b>Totalmente de acuerdo</b>
1	2	3	4	5	6	7

1. Prefiero no mostrar a mi pareja cómo me siento por dentro.
2. Me preocupa que me abandonen.
3. Me siento muy cómodo/a teniendo un alto grado de intimidad con mi pareja.
4. Me preocupo mucho por mis relaciones.
5. Cuando mi pareja comienza a establecer mayor intimidad conmigo, me doy cuenta que me suelo cerrar.
6. Me preocupa que mi pareja no se interese por mí tanto como me intereso yo por ella.
7. Me siento violento/a cuando mi pareja quiere demasiada intimidad afectiva.
8. Me preocupa bastante el hecho de perder a mi pareja.
9. No me siento cómodo/a abriéndome a mi pareja.
10. A menudo deseo que los sentimientos de mi pareja hacia mí fueran tan fuertes como mis sentimientos hacia él/ella.
11. Quiero acercarme afectivamente a mi pareja, pero a la vez marco las distancias con él/ella.
12. A menudo quiero fusionarme completamente con mi pareja, pero me doy cuenta de que esto a veces le asusta.
13. Me pongo nervioso/a cuando mi pareja consigue demasiada intimidad afectiva conmigo.
14. Me preocupa estar sólo/a.
15. Me siento a gusto compartiendo mis sentimientos y pensamientos íntimos con mi pareja.
16. A veces mi deseo de demasiada intimidad asusta a la gente.
17. Intento evitar establecer un grado de intimidad muy elevado con mi pareja.
18. Necesito que mi pareja me confirme constantemente que me ama.

19. Encuentro relativamente fácil establecer intimidad afectiva con mi pareja.
20. A veces siento que presiono a mi pareja para que muestre más sentimientos, más compromiso.
21. Encuentro difícil permitirme depender de mi pareja.
22. No me preocupa a menudo la idea de ser abandonado/a.
23. Prefiero no tener demasiada intimidad afectiva con mi pareja.
24. Si no puedo hacer que mi pareja muestre interés por mí, me siento a disgusto o me enfado.
25. Se lo cuento todo a mi pareja.
26. Creo que mi pareja no quiere tener tanta intimidad afectiva conmigo como a mí me gustaría.
27. Normalmente discuto mis problemas y preocupaciones con mi pareja.
28. Cuando no tengo una relación, me siento un poco ansioso/a e inseguro/a.
29. Me siento bien dependiendo de mi pareja.
30. Me siento frustrado/a cuando mi pareja no me hace tanto caso como a mí me gustaría.
31. No me importa pedirle a mi pareja consuelo, consejo o ayuda.
32. Me siento frustrado/a si mi pareja no está disponible cuando la necesito.
33. Ayuda mucho recurrir a la pareja en épocas de crisis.
34. Cuando mi pareja me critica, me siento muy mal.
35. Recorro a mi pareja para muchas cosas, entre otras, consuelo y tranquilidad.
36. Me tomo a mal que mi pareja pase tiempo lejos de mí.

