



**Apego en la infancia y relaciones románticas en la vida adulta: una  
aproximación desde la investigación social**

Kautar Jiménez Malki y Lucía Poggio Pérez

Facultad de Ciencias Sociales y de la Comunicación, Universidad de La Laguna

Trabajo de Fin de Grado

Tutoriza: Míriam Álvarez Lorenzo

Junio de 2022

## Resumen

En el presente Trabajo de Fin de Grado se ha elaborado una investigación cuantitativa para conocer la relación entre las primeras experiencias familiares y las relaciones románticas en la vida adulta. Se empleó una muestra de 298 personas con edades comprendidas entre los 18 y 35 años. Los instrumentos empleados fueron: “Cuestionario Sociodemográfico”, “Cuestionario Modelo Relacional”, “Cuestionario CaMir-R” y “Escala Triangular del Amor”. Los datos obtenidos se codificaron y analizaron con los programas informáticos Microsoft Excel y SPSS Statistics. Los principales resultados obtenidos mostraron la relación entre el estilo de apego y algunas variables sociodemográficas (género, tipología familiar e ingresos mensuales de la unidad familiar de origen) así como con la disposición a mantener relaciones monógamas o no-monógamas. No obstante, no se pudo establecer relación entre el estilo de apego y los componentes de las relaciones románticas (intimidad, pasión y compromiso). Desde el Trabajo Social resulta relevante incorporar y/o aportar una perspectiva social a los elementos intrínsecos de esta investigación, profundizando así en el conocimiento de las diversas realidades sociales existentes que conforman el desarrollo de las personas en diferentes etapas vitales, para mejorar el desempeño en la práctica profesional orientada a la investigación, intervención y/o prevención social.

**Palabras clave:** estilo de apego, relaciones románticas, no-monogamia, triangulación del amor.

### **Abstract**

In this Final Degree Project, a quantitative research has been made to study the relation between the childhood attachment and romantic relationships in adulthood. A sample of 298 people aged between 18 and 35 years old was used. The instruments were: "Sociodemographic Questionnaire", "Relational Model Questionnaire", "CaMir-R Questionnaire" and "Triangular Scale of Love". The collected data was coded and analyzed with Microsoft Excel and SPSS Statistics. The main results showed a relation between attachment style and some of the sociodemographic variables (gender, family type and monthly income of the original family unit) as well as the willingness to maintain monogamous or non-monogamous relationships. However, no relation could be established between attachment style and the components of romantic relationships (intimacy, passion, and commitment). From Social Work it is relevant to incorporate and/or provide a social perspective to the main themes of the investigation, allowing us to dive deeper into the different social realities which take place in the growth of people in various life stages, so it is possible to improve the professional practice oriented towards social investigation, intervention and/or prevention.

**Keywords:** attachment style, romantic relationships, non-monogamy, triangulation of love.

## Índice

|  |    |
|--|----|
| Introducción.....                              | 5  |
| Marco teórico.....                             | 6  |
| <i>El apego como base del desarrollo</i> ..... | 11 |
| <i>Apego y relaciones afectivas</i> .....      | 12 |
| Objetivos.....                                 | 16 |
| Objetivo general .....                         | 16 |
| Objetivos específicos .....                    | 16 |
| Método.....                                    | 16 |
| Diseño.....                                    | 16 |
| Instrumento.....                               | 17 |
| Participantes.....                             | 19 |
| Procedimiento.....                             | 20 |
| Análisis de datos.....                         | 20 |
| Resultados.....                                | 21 |
| Discusión .....                                | 27 |
| Conclusiones.....                              | 33 |
| Referencias .....                              | 34 |

## Introducción

Este documento constituye el Trabajo de Fin de Grado (TFG) del Grado en Trabajo Social de la Universidad de La Laguna. Para ello, se ha procedido a elaborar un informe de investigación el cual se centra en las primeras experiencias familiares y las relaciones románticas en la vida adulta. La finalidad de este estudio es conocer la relación existente entre estas dos variables.

La elección de esta temática responde a la necesidad de comprender los nuevos modelos relaciones y variables que influyen, las cuales se desarrollan a la par que las transformaciones sociales, pues como profesionales del Trabajo Social, resulta indispensable adaptarse a las nuevas circunstancias para mejorar la calidad de la investigación e intervención. En este sentido, y al tratarse de un campo con limitadas investigaciones sociales, se considera esencial indagar en cómo afectan diversos factores, como el apego, en la elección de las relaciones que establecen las personas en la vida adulta. Así, se considera el apego como un factor influyente en la consolidación y calidad de dichas relaciones románticas (Madey y Rodgers, 2009), así como en la elección de modelos más tradicionales (monogamia) o no (no-monogamia) (Moors et al. 2015; Moors et al. 2017). De este modo, desde el Trabajo Social se podrá contribuir a la mejorar de la calidad de la intervención familiar mediante la promoción de la parentalidad positiva, potenciando las fortalezas y dotando de las herramientas necesarias a las familias para la construcción de una base relacional segura entre cuidador/a e hijo/a, la cual resulta crucial para establecer vínculos saludables en las siguientes etapas vitales.

La presente investigación se estructura en diferentes apartados, en primer lugar, un marco teórico en el que se realiza una revisión bibliográfica sobre los aspectos más

relevantes de la temática expuesta, por otro lado, el objetivo general y los específicos, así como el método empleado en la elaboración de la investigación donde se especifican los participantes, instrumentos, procedimientos y diseño utilizados. Posteriormente, se exponen los resultados obtenidos y la consecuente discusión. Por último, se realiza una conclusión sobre el desarrollo y la información adquirida en la investigación.

### **Marco teórico**

Son muchos los factores sociales y culturales que influyen en las relaciones sentimentales, repercutiendo en la forma en la que los individuos comprenden y experimentan dichos vínculos. Con el tiempo, y a la par que las diferentes transformaciones que ha experimentado la sociedad, las relaciones sexoafectivas también han ido evolucionando hacia modelos diferentes. Es por ello por lo que las relaciones románticas en la etapa adulta se presentan actualmente con variedad de alternativas y configuraciones según variables como el nivel de compromiso del individuo, la exclusividad o el involucramiento emocional deseado (Ferrer et al., 2008).

En la actualidad, las relaciones interpersonales son consideradas como una de las bases principales de la calidad de vida de las personas (Schalock y Verdugo, 2011). Las funciones que cumplen las relaciones románticas respecto al bienestar del individuo son varias, según Arenas (2014), por un lado, contribuyen al desarrollo del sentido de pertenencia e identidad, por otro lado, adoptan el papel de soporte emocional. Además, Matud et al. (2002) aseguran que aquellos individuos que cuentan con la ayuda de sus parejas se verán favorecidos por dicho apoyo social y esto tendrá un gran impacto positivo en su salud, pues harán una valoración más positiva de sí mismos, afianzarán su autoconcepto y verán sus necesidades, en cierta forma, respondidas.

Esta idea de apoyo social, así como el bienestar y calidad de vida que experimentan las personas a través de sus relaciones románticas resultan importantes en el ámbito del Trabajo Social, pues desde la disciplina, se interviene activamente con las personas y su contexto para promover el desarrollo de estas y potenciar, entre otras, su autonomía, habilidades sociales y empoderamiento (Barranco, 2004). Por ello, cabe destacar la importancia que tiene la promoción de relaciones románticas sanas y satisfactorias desde el presente ámbito, pues estas son una de las bases fundamentales del bienestar social de los individuos.

Para comprender mejor qué papel tienen las relaciones románticas en la vida adulta, será necesario tener en cuenta el contexto histórico, social y cultural en el que se desarrollan. El concepto de relación de pareja varía, por ejemplo, según países o zonas. Sin embargo, y como queda reflejado en la mayoría de las investigaciones y literatura científica, sólo se suele tener en cuenta como objeto de estudio aquellas relaciones afectivas configuradas en base a la heteronormatividad, es decir, vínculos heterosexuales, la mononormatividad, pues la mayoría son basadas en un modelo monógamo (Sizemore y Olmstead, 2017), y el alocentrismo, pues no se toma en consideración a aquellas personas que no experimentan atracción sexual (Gressgård, 2013).

En este sentido, es importante pues, mencionar, cómo la realidad de las relaciones de pareja o románticas en la actualidad es plural y diversa, pues el espectro sobre el que se configuran los vínculos afectivos es extenso. Así, en el último tiempo, comienzan a tener más visibilidad otros estilos relacionales que difieren de la monogamia tradicional, creándose de esta forma el término “no-monogamias” para dar englobar dicha heterogeneidad de modelos (De las Heras, 2019). Asimismo, resulta necesario mencionar que no existe una única forma de relación no monógama, sino que,

dentro de dicho concepto, existen diversidad de configuraciones (Sheff, 2011). Sin embargo, sí existe un punto de partida común respecto a todas las relaciones que se configuran en base a este modelo; por un lado, fomentar la sinceridad, compromiso y libertad de todas las partes, y por otro, la no exclusividad afectiva y/o sexual, pues según Haritaworn et al. (2006), la idea de amar a una única persona a lo largo del ciclo vital resulta incomprensible.

Así, dentro del concepto de las no-monogamias se encuentra el *swinging* de parejas o *swingers*, una práctica que tiene lugar cuando una pareja acuerda realizar intercambios con otras parejas con un fin sexual, este acto puede implicar a las parejas juntas, o separadas; sin embargo, sí existe exclusividad afectiva entre las partes. Por otro lado, las relaciones poliamorosas, cuya base relacional parte de que las personas implicadas mantienen otros vínculos sexoafectivos simultáneamente. Dentro de las relaciones poliamorosas existen, también, diferentes configuraciones, como por ejemplo el poliamor jerárquico (existe un vínculo principal) o la polifidelidad (el vínculo es exclusivo entre las partes implicadas) (Sheff y Tenese, 2015).

Por último, y como modelo de relación más reciente, la anarquía relacional entiende las relaciones como “redes afectivas en las que existen multitud de vínculos de diferente índole afectiva y sexual sin exclusividad o etiquetas” (Tamarit et al., 2021, p. 4). Las no-monogamias, por tanto, comprenden una diversidad relacional real y actual aún desconocida para muchos, que intentan dar respuesta a las nuevas necesidades afectivas de la población.

Sin embargo, si algo tienen en común las relaciones románticas, sean monógamas o no, es el concepto de amor presente en cada uno de los ámbitos que conforman dichos vínculos. El amor en sí mismo y las relaciones de pareja en

general han estado presentes en todos los ámbitos de la vida humana a lo largo de la historia. En este sentido, el amor ha sido siempre sujeto de interés en el arte y la literatura, pero, además, y desde hace varias décadas, comienza a tomar protagonismo dentro de la investigación científica. En esta línea, diversos autores como Rusbult (1980) o Lee (1973) han elaborado varias teorías sobre el amor y las relaciones de pareja, así como sobre sus componentes, con la finalidad de explicar este fenómeno tan complejo.

Una de las teorías más conocidas y populares es la Teoría Triangular del Amor propuesta por Sternberg en 1986. Sternberg planteó sus hipótesis a raíz de la observación de diferentes dinámicas relacionales y de otros componentes del mismo. De esta forma, postuló la existencia de tres variables diferenciadas que componen el amor o las relaciones de pareja: compromiso, pasión e intimidad. Cada componente se encuentra en los extremos de un triángulo, y según el nivel o puntuación de cada uno de ellos, la forma geométrica del mismo varía, expresando una mayor sintonía entre todas las variables o no. Por ello, un amor “equilibrado” estaría representado por un triángulo equilátero (Sternberg, 1997). A continuación, se explica cada concepto de forma más detallada.

## Figura 1

### *Componentes Teoría Triangular del Amor*



*Nota.* Elaboración propia a partir de Sternberg (1997).

El compromiso hace referencia a la decisión que toma un individuo de estar con otra persona, y a largo plazo, de mantener dicha decisión, a pesar de existir otras potenciales parejas. Por otro lado, la pasión hace referencia a todos aquellos estímulos que impulsan al individuo a buscar la cercanía física con el otro, la atracción física o la consumación sexual. Por último, la intimidad hace referencia a la condición de mostrarse vulnerable con la pareja, al estado de cercanía emocional o conexión que se desarrolla en las relaciones; por ejemplo, contar con la pareja en momentos difíciles, recibir y dar apoyo emocional o buscar el bienestar del otro (Sternberg, 1997).

Es importante destacar que el nivel de variabilidad de cada uno de los componentes que forman esta teoría dependerá de muchos factores. Así, existen diversidad de cuestiones que no sólo afectan a la intimidad, pasión o compromiso de una relación, sino que muchas determinan la calidad y satisfacción de las mismas. Una de las cuestiones más influyentes es el estilo apego, pues como Madey y Rodgers

(2009) aseguran, un apego saludable hará que los individuos tengan mejor destreza a la hora de establecer intimidad, pasión y compromiso en alguna relación, sino que, además, mostrarán más satisfacción con la propia relación y la calidad percibida de esta. Sin embargo, los apegos más negativos provocarán lo contrario. Tal es así, que un estilo de apego seguro se relaciona con puntuaciones más altas en la intimidad y compromiso dentro de una relación.

### *El apego como base del desarrollo*

La teoría del apego constituye una de las bases más consolidadas de la psicología en lo referente a la comprensión de las relaciones emocionales. Esta teoría hace alusión a los vínculos afectivos y/o emocionales que se conforman entre los/as niños/as y sus progenitores/as y, en su defecto, sus cuidadores/as más cercanos/as, a lo largo de la primera etapa vital (Olivia, 2004). Estos vínculos surgen de la necesidad humana de satisfacer las necesidades básicas a través de la búsqueda de protección, seguridad y afecto (Bowlby, 1995). De esta forma, se va configurando el apego, a través de un sistema conductual fruto de esos vínculos, en el que los/as niños/as realizan conductas que les aproximan a aquellos/as que perciben como capaces de afrontar el mundo, es decir, a sus figuras de apego (Bowlby, 1989).

Asimismo, esta teoría identifica cuatro tipos de apego en la infancia: seguro, ansioso-ambivalente, evitativo y desorganizado (Olivia, 2004). No obstante, en este estudio, se podrá mayor énfasis en los tres primeros. Las personas con un apego seguro tienen niveles bajos de ansiedad y evitación, se sienten cómodos/as con la cercanía y la interdependencia, poseen seguridad en la búsqueda de apoyo y/o otros recursos para afrontar el estrés. Por otro lado, el apego ansioso-ambivalente, mantiene altos niveles de ansiedad y bajos de evitación, dando lugar a carencias en la seguridad del apego:

necesidad excesiva de cercanía, preocupación por las relaciones y temor al rechazo. En el apego ansioso-evitativo, como su nombre indica, se perciben altos niveles de evitación y, como consecuencia, una falta de seguridad en el apego caracterizada por autosuficiencia impulsiva y distanciamiento emocional (Mikulincer et al. 2003).

Sin embargo, la teoría del apego también fue extendida a adolescentes y adultos, en cual se incorporan otras figuras relevantes, como los/as amigos/as y/o parejas, aunque sigue persistiendo la influencia de sus cuidadores/as (Bowlby, 2014).

### *Apego y relaciones afectivas*

El apego resulta el componente principal en el desarrollo de un individuo, por el cual se adquiere un sistema básico relacional que podrá ser aplicado en cualquier contexto y/o circunstancia relacional existente (Galán, 2016). Esto es debido a que, la capacidad de establecer vínculos emocionales con otras personas tiene su origen en las experiencias de la infancia, protagonizadas por el/la niño/a y su figura de apego (Garrido-Rojas, 2006).

No obstante, para comprender la relación existente entre el apego y las relaciones afectivas en la trayectoria vital de un sujeto, se debe hacer alusión a los modelos representacionales u operantes internos. De esta forma, los/as niños/as adquieren su propio sistema relacional en base a las experiencias sobre las reacciones y/o los comportamientos de sus cuidadores/as, lo cual interfiere en la consolidación de modelos que orientan la percepción, las emociones y los sentimientos del/de la menor. Estas experiencias conforman los recuerdos que tendrán los/as niños/as de su infancia, donde habrán establecido un sistema propio de sentimientos, emociones, expectativas, creencias y/o conductas, entre otros, sobre sí mismos/as y los demás (Bowlby, 2014). Por lo tanto, el/la niño/a profundiza ciertos conocimientos y/o ideales sobre cómo

espera ser tratado y, del mismo modo, de cómo tratará o reaccionará ante los demás (Pinedo y Santelices, 2006).

Los modelos operantes internos permiten identificar contextos y/o acontecimientos, pronosticar el futuro y elaborar planes, operando inconscientemente de forma permanente en el tiempo, como un elemento innato e inherente al individuo tras su consolidación (Marrone, 2001; Bowlby, 1995). Asimismo, estos modelos que se adquieren a través de las competencias emocionales y/o afectivas, influirán en la elección y consolidación de las relaciones socioafectivas que el individuo mantenga, como, por ejemplo, las relaciones de pareja (Barroso, 2014). Esto puede observarse en el estudio realizado por Ortiz et al. (2002), el cual refleja que el estilo de apego es una variable elevadamente influyente en la armonía, afianzamiento y satisfacción de la pareja, tanto en hombres como en mujeres.

La pareja puede ser comprendida como una figura de apego que favorece la interacción en elementos como la intimidad, el cuidado mutuo, el deseo de proximidad, la confianza y el apoyo. No obstante, a diferencia del apego de la infancia, la pareja se consolida a través de la reciprocidad en el cuidado y la atención de la relación, puesto que se desarrollan y/o demuestran lazos afectivos que cobran importancia a través de la afectividad (Hazan y Shaver, 1987). Además, este último elemento resulta un factor de protección que potencia el bienestar psicosocial en relación a la calidad de vida y salud, puesto que se entiende que la pareja traspasa la individualidad, fomentando así la construcción conjunta de proyectos y sentido de vida para la búsqueda de bienestar común (Goncen y Aragón, 2019).

Del mismo modo, en relación con lo comentado con anterioridad, dada la importancia del concepto de la pareja en la adultez como una nueva figura de apego, a

continuación, se expone la tendencia de las relaciones de pareja en función de los estilos de apego existentes. De esta forma, los adultos con un apego seguro tienden a poseer una visión más positiva de sí mismos y de sus parejas (Hazan y Shaver, 1994), por lo que pueden mantener relaciones estables y satisfactorias donde se sienten cómodos/as dado el desarrollo de factores como las habilidades sociales, la autoestima o la confianza, entre otros. Por otro lado, los adultos ansiosos suelen volverse extremadamente dependientes de sus parejas, buscando mayor intimidad y aprobación de estas, puesto que tienden a ser personas desconfianza, preocupadas, impulsivas, obsesivas y celosas con una percepción negativa sobre sí mismos y los demás. Finalmente, los adultos con apegos evitativos muestran inestabilidad afectiva, desconfianza, distanciamiento, miedo a la intimidad, represión de emociones, perciben autosuficiencia y visión negativa sobre sus parejas, por lo que mantienen ciertas barreras para establecer relaciones estables (Brennan y Shaver, 1995; Feeney, 1999; Hazan y Shaver, 1987).

En este sentido, resulta relevante mencionar el potencial de la relación existente entre los estilos de apego y la tipología de modelo relacional actualmente en la sociedad. Así, las autoras Katz y Katz (2021) en su revisión teórica, incluyen los limitados estudios de autores que se han centrado en analizar estas dimensiones.

En el primer estudio, realizado por Kirkpatrick y Hazan (1994), se analizaron los cambios en las dimensiones del apego y su correlación con el estado de la relación de pareja en una muestra de 177 personas. Para ello, se les facilitó a los participantes diversas opciones en cuanto a las relaciones socioafectivas de pareja que mantenían: ver a alguien, ver a más de una persona, vivir con una relación de pareja, comprometido/a para casarse y casado/a. Asimismo, los resultados concluyeron que los adultos con apego evitativo tenían mayor tendencia a informar de que veían a más de una persona,

debido a su preferencia por mantener menor intimidad con estas. Las personas ansiosas mostraban mayor probabilidad de expresar que buscaban pareja o que ya vivían con alguien, puesto que mostraban una alta necesidad de construir relaciones íntimas y estables que los adultos con apego seguro.

También, Moors et al. (2015), realizaron un estudio que subdividieron en dos muestras, 1281 personas monógamos heterosexuales y, por otro lado, 1308 personas que practican *swingers* o relaciones poliamorosas. En este caso, demostraron que la evitación se correlaciona de forma positiva hacia actitudes y voluntad a mantener relaciones no-monógamas, debido a que existe elevada evitación hacia los modelos tradicionales (relaciones monógamas) y, además, no se muestran la ansiedad como un factor relevante.

Del mismo modo, el estudio realizado por Moors et al. (2017) tuvo una muestra de 108 pertenecientes al colectivo LGTBI+, en la que se expuso que los adultos ansiosos poseían actitudes negativas hacia las relaciones no-monógamas, pero, aun así, seguían manteniendo este tipo de relaciones. Así, Ka et al. (2020) tuvieron resultados similares, concretaron que los adultos con un apego evitativo tienen menor probabilidad de mantener relaciones poliamorosas y otras formas de relaciones no-monógamas, puesto que estos modelos relacionales se asocian al apego seguro, destacando la comunicación constructiva y la elevada satisfacción.

Finalmente, tras analizar la importancia de los estilos de apego en las relaciones de pareja y debido a la limitación de los estudios que han investigado estas dimensiones, resulta necesario indagar con mayor profundidad sobre la relación entre ambas variables puesto que suponen una fuente de bienestar psicosocial que influye en el desarrollo de los individuos.

## **Objetivos**

### **Objetivo general**

- Analizar la relación entre el estilo de apego y las relaciones románticas en la vida adulta.

### **Objetivos específicos**

- Analizar las características del apego y su relación con diversas variables sociodemográficas.
- Analizar la disposición a mantener una relación monógama o no-monógama y su relación con el apego.
- Analizar los componentes de las relaciones románticas y su relación con el estilo de apego.

## **Método**

### **Diseño**

El enfoque de esta investigación es de corte cuantitativo. Además, teniendo en cuenta el grado de experimentación, este es de tipo pre-experimental correlacional, ya que las variables no han sido manipuladas ni alteradas y se analiza una posible relación estadística entre las mismas. Basándonos en la tipología de los objetivos, el diseño de estudio es exploratorio y la información obtenida proviene de fuentes primarias, recopilada directamente de los participantes. En cuanto a la finalidad, esta es básica, pues se trata de conocer si existe relación entre dos variables, ya que nos encontramos ante un campo relativamente nuevo para la investigación social. Por último, respecto a la amplitud del estudio, este es micro, pues se analizan pocas variables y se trabaja con un número reducido de participantes.

## Instrumento

Los instrumentos utilizados para la realización de esta investigación han sido cuatro, el primero de carácter cuantitativo y cualitativo y los siguientes de carácter cuantitativo.

- *Cuestionario Sociodemográfico*. Las variables sociodemográficas se obtuvieron mediante un cuestionario *ad hoc* en el cual se preguntó por cuestiones de edad, género, nivel de estudios o tipología familiar de origen, entre otras.
- *Cuestionario Modelo Relacional*. La disposición o preferencia para mantener relaciones fuera del modelo monógamo se analizó mediante otro cuestionario *ad hoc* donde se preguntó sobre el deseo de mantener relaciones no-monógamas. El instrumento se divide en tres dimensiones. La primera, la dimensión de disposición a mantener relaciones no-monógamas (ejemplo: “¿Le gustaría mantener algún tipo de relación fuera del modelo monógamo?”) cuyas opciones de respuesta se limitaban a: “No”, “No estoy seguro”, “Sí”. La segunda y tercera dimensión se evaluaron mediante una escala de 9 ítems en escala tipo Likert de 5 puntos, siendo 1 “Totalmente en desacuerdo” y 5 “Totalmente de acuerdo”, en la cual se exploró qué motivos influyen en esta decisión. En este sentido, la dimensión de factores internos, cuestiones intrínsecas de la persona que explicarían la preferencia por mantener -o no- relaciones no-monógamas (ejemplo: “Tener una relación no-monógama me haría sentir inseguro/a”); y, por último, la dimensión de factores externos, cuestiones extrínsecas a la persona que explicarían la preferencia por mantener -o no- relaciones no-monógamas (ejemplo: “No tendría una relación no-monógama por miedo a lo que piense mi familia”).

- *Cuestionario CaMir-R (Balluerka et al., 2011)*. Este instrumento analiza el estilo de apego. Consta de 32 ítems en escala tipo Likert de 5 puntos, siendo 1 “Totalmente en desacuerdo” y 5 “Totalmente de acuerdo”. Este instrumento está dividido en 7 dimensiones, a partir de las cuales se puede estimar el estilo de apego del individuo que lo cumplimenta:

- *Dimensión 1. Seguridad: Disponibilidad y apoyo de las figuras de apego* (ejemplo: “Cuando yo era niño(a) mis seres queridos me hacían sentir que les gustaba compartir su tiempo conmigo”).

- *Dimensión 2. Preocupación familiar* (ejemplo: “Cuando me alejo de mis seres queridos no me siento bien conmigo mismo”).

- *Dimensión 3. Interferencia de los padres* (ejemplo: “Desearía que mis hijos fueran más autónomos de lo que yo lo he sido”).

- *Dimensión 4. Valor de la autoridad de los padres* (ejemplo: “Es importante que el niño aprenda a obedecer”).

- *Dimensión 5. Permisividad parental* (ejemplo: “Mis padres eran incapaces de tener autoridad cuando era necesario”).

- *Dimensión 6. Autosuficiencia y rencor hacia los padres* (ejemplo: “Detesto el sentimiento de depender de los demás”).

- *Dimensión 7. Traumatismo infantil* (ejemplo: “Cuando yo era niño(a) tuve que enfrentarme a la violencia de uno de mis seres queridos”).

- *Escala Triangular del Amor (Limieux y Hale, 1999)*. Este instrumento mide las variables intimidad (ejemplo: “Mi pareja y yo compartimos información personal el uno con el otro”), compromiso (ejemplo: “Es probable que busque otra relación en el futuro”) y pasión (ejemplo: “Siento una atracción muy fuerte por mi pareja”). Está compuesto por 20 ítems en escala tipo Likert de

7 puntos, siendo 1 “Totalmente en desacuerdo” y 7 “Totalmente de acuerdo”.

Cabe destacar que este instrumento fue empleado sólo con aquellos participantes que indicaron tener pareja.

## **Participantes**

En esta investigación han participado un total de 298 personas, de las cuales un 71,5% son mujeres, un 22,1% hombres, un 5,7% no-binario y menos del 1% prefieren no decirlo. Además, un 60,7 % tenía pareja en el momento de la recogida de datos, frente a un 39,3 % que no. En cuanto a la franja de edad, destacan los individuos nacidos en el año 2000, con un 30,5%, en 2001, con un 13,1%, y en 1999, con un 12,4%: el resto se distribuyen en años comprendidos desde 1987 hasta 2004, con respuestas con menor porcentaje de participación. La media de edad es de 22,8 años, con una desviación típica de 3,19. Asimismo, el estado civil de los encuestados se identifica mayoritariamente con la opción de *soltero/a* con un 97,3% seguida de la opción de *casado* con un 2,3% y menos del 2% corresponde a las opciones de *viudo/a* y *divorciado/a*.

Por otro lado, en lo que respecta al nivel de estudios que cursan actualmente o, en caso de no estudiar actualmente, el máximo alcanzado, comprende que el 75,5% ha seleccionado un grado universitario, el 8,4% en FP/Ciclo formativo, el 7,7% con estudios de posgrado (máster) o doctorado, el 5,7% en bachillerato y menos del 3% estudios primarios o secundarios. Según ramas de estudios, en la elección de un grado universitario, estos están distribuidos en la rama de Ciencias Sociales y Jurídicas (47,7%), Artes y Humanidades (30,9%), Ciencias (8,4%), Ciencias de la Salud (8%) y Ingeniería y Arquitectura (5%).

En lo referente a la situación laboral de los participantes generalmente, con un 69,8%, se encuentran estudiando actualmente, seguido del 14,8% que combina estudiar y trabajar, el 10,1% trabaja, el 3,4% está en desempleo y el 2% en paro.

### **Procedimiento**

Los y las participantes de este estudio fueron invitados/as a colaborar por medio de las redes sociales WhatsApp, Twitter e Instagram. La recogida de datos se hizo por medio de la aplicación online Google Formularios, en el cual el único requisito para participar era tener entre 18 y 35 años. Asimismo, los participantes fueron informados de la voluntariedad y anonimato de su participación previamente a la realización del cuestionario. Finalmente, cabe destacar que se empleó la modalidad de muestreo de “bola de nieve”, la cual consiste en que el cuestionario, una vez difundido a un grupo reducido de participantes, estos lo han compartido a otros nuevos.

### **Análisis de datos**

La codificación y análisis de las variables fueron realizadas a través del programa informático Microsoft Excel 2019 (17.0) y SPSS Statistics (26.0). Se realizó un análisis descriptivo de la muestra, del mismo modo, se realizaron diversos análisis de varianzas (ANOVAS) para investigar la relación entre el estilo de apego y diversas variables sociodemográficas. Por otro lado, se elaboraron correlaciones bivariadas de Pearson para conocer la relación existente entre el estilo de apego y la disposición a mantener una relación no-monógama, así como identificar si existe relación entre el estilo de apego y los componentes de las relaciones románticas en la vida adulta.

## Resultados

En relación con el *objetivo específico 1, analizar las características del apego y su relación con diversas variables sociodemográficas*, los análisis descriptivos, como se aprecian en la Tabla 1, mostraron que las dimensiones con mayor puntuación corresponden a la dimensión seguridad, la dimensión valor de la autoridad de los padres y la dimensión autosuficiencia. Por otro lado, con menor puntuación se encuentra la dimensión permisividad parental seguida de la dimensión traumatismo infantil.

**Tabla 1**

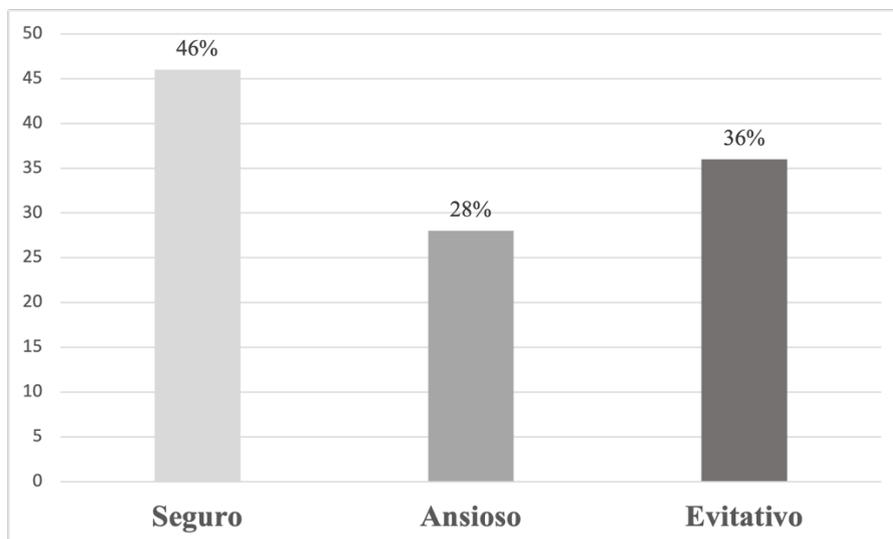
*Puntuación de promedio y desviación típica de las dimensiones del apego*

|   | Media | Desv. Típica (D.T.) |
|---|-------|---------------------|
| Dimensión 1: seguridad                              | 3.87  | 1.10                |
| Dimensión 2:<br>preocupación familiar               | 3.14  | .99                 |
| Dimensión 3: interferencia<br>de los padres         | 2.42  | 1.16                |
| Dimensión 4: valor de la<br>autoridad de los padres | 3.41  | .99                 |
| Dimensión 5: permisividad<br>parental               | 2.38  | .94                 |
| Dimensión 6:<br>autosuficiencia                     | 3.31  | .95                 |
| Dimensión 7: traumatismo<br>infantil                | 2.39  | 1.28                |

Asimismo, tras analizar las puntuaciones de cada participante respecto a cada una de las dimensiones anteriores, como se aprecia en la Figura 2, se determinó que el estilo de apego más predominante es el apego seguro, seguido del evitativo y del ansioso.

**Figura 2**

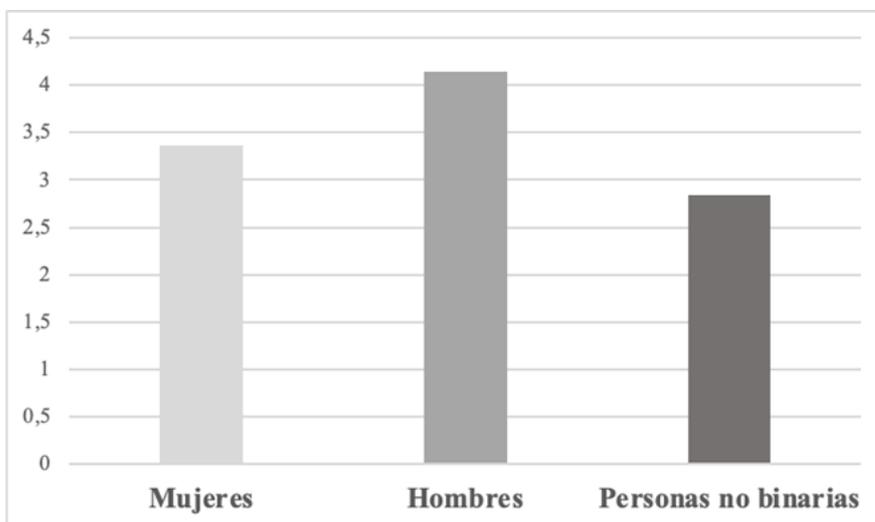
*Puntuación porcentual de los estilos de apego*



Como se aprecia en la Figura 3, los resultados del análisis de ANOVA unifactorial señalan que existen diferencias estadísticamente significativas entre los grupos género y la dimensión seguridad en el apego ( $F(3,294) = 6.589; p = .000$ ). Las personas de género no binario puntúan menor seguridad ( $M = 2.84; D.T. = 1.27$ ) frente a hombres ( $M = 4.14; D.T. = 0.90$ ) y mujeres ( $M = 3.87; D.T. = 1.10$ ). No obstante, se debe tener en cuenta la escasa muestra de personas no binarias ( $N = 17$ ).

### Figura 3

*Puntuación promedio de dimensión de seguridad en función del género*



Por otro lado, existen diferencias significativas entre la tipología familiar de origen y la dimensión seguridad en el apego ( $F(2,295) = 8.576; p = .000$ ). En este caso, los individuos que provienen de una familia biparental presentan una mayor puntuación ( $M = 4.05; D.T. = 1.05$ ) respecto a aquellos que provienen de familias reconstituidas ( $M = 3.30; D.T. = 1.22$ ) y monoparentales ( $M = 3.61; D.T. = 1.10$ ).

Además, se observan diferencias entre la tipología familiar y el traumatismo infantil en el apego ( $F(2,295) = 18.399; p = .000$ ). Los individuos que provienen de familias monoparentales son los que presentan una media más elevada ( $M = 3.02; D.T. = 1.35$ ) respecto a aquellos/as que provienen de una familia reconstituida ( $M = 2.78; D.T. = 1.37$ ) o biparental ( $M = 2.07; D.T. = 1.13$ ).

Asimismo, la dimensión seguridad en el apego y los ingresos mensuales presentan diferencias significativas ( $F(1,296) = 8.603; p = .004$ ). Puntuando mayormente aquellos individuos cuyos ingresos familiares mensuales superan los

2.000€ ( $M = 4.11$ ;  $D.T. = 1.02$ ), frente a los que son inferiores a 2.000€ ( $M = 3.73$ ;  $D.T. = 1.13$ ).

En relación con el *objetivo específico 2, analizar la disposición a mantener una relación monógama o no-monógama y su relación con el estilo de apego*, en primer lugar, se llevó a cabo un análisis descriptivo para conocer la disposición a mantener una relación monógama o no-monógama. Como se puede observar en la Tabla 2, la dimensión de factores internos consta de una mayor puntuación frente a la dimensión de disposición y los factores externos.

**Tabla 2**

*Puntuación promedio dimensión disposición, factores externos y factores internos*

|                   | Media | Desv. Típica (D.T.) |
|-------------------|-------|---------------------|
| Disposición       | 1.55  | .68                 |
| Factores Externos | 1.65  | .77                 |
| Factores Internos | 2.28  | .80                 |

Por otro lado, las correlaciones de Pearson muestran relación entre el estilo de apego y la disposición a mantener relaciones monógamas o no-monógamas. La dimensión seguridad en el apego está relacionada negativamente con la disposición a mantener relaciones no-monógamas ( $r = -.266, p = .000$ ). Asimismo, la disposición para mantener relaciones no-monógamas se asocia positivamente con la dimensión autosuficiencia y rencor hacia los padres en el apego ( $r = .217, p = .000$ ) y la dimensión traumatismo infantil ( $r = .211, p = .000$ ).

En este sentido, se realizó un análisis de ANOVA para detectar posibles diferencias entre los distintos estilos de apego (seguro, ansioso y evitativo) y la disposición a mantener relaciones monógamas o no-monógamas. Los resultados de este análisis unifactorial señalan que existen diferencias estadísticamente significativas entre los diferentes estilos de apego y la disposición a mantener relaciones no-monógamas ( $F(2,295) = 10.263; p = .000$ ). Las personas con apego evitativo obtuvieron una mayor predisposición ( $M = 1.78; D.T. = 0.75$ ) en comparación a aquellos con un apego seguro ( $M = 1.39; D.T. = 0.60$ ).

Por otro lado, la dimensión seguridad en el apego está relacionada negativamente con los factores internos (cuestiones intrínsecas de la persona) que influyen en la disposición a mantener relaciones no-monógamas ( $r = -.259, p = .000$ ). La dimensión autosuficiencia y rencor hacia los padres en el apego se asocia positivamente con dichos factores internos ( $r = .127, p = .029$ ).

Del mismo modo, se repitió el mismo procedimiento a través de la prueba ANOVA y se detectaron diferencias significativas entre los estilos de apego y los factores internos ( $F(2,295) = 7.220; p = .001$ ). En este caso, los individuos con apego evitativo obtuvieron una mayor puntuación en la dimensión de los factores internos ( $M = 2.46; D.T. = 0.82$ ) respecto a los individuos con un apego seguro ( $M = 2.10; D.T. = 0.78$ ).

En relación con el *objetivo específico 3, analizar los componentes de las relaciones románticas y su relación con el estilo de apego*, se realizaron análisis descriptivos para evaluar los componentes de las relaciones románticas. Los resultados mostraron que la dimensión con mayor puntuación es la intimidad frente a la menor correspondiente a la dimensión de compromiso.

**Tabla 3***Puntuación promedio dimensión compromiso, pasión e intimidad*

|            | Media | Desv. Típica (D.T.) |
|------------|-------|---------------------|
| Compromiso | 4.07  | .58                 |
| Pasión     | 6.09  | .95                 |
| Intimidad  | 6.18  | .77                 |

A continuación, se llevaron a cabo correlaciones de Pearson para analizar la relación entre las diferentes dimensiones del apego y las dimensiones de la triangulación del amor.

**Tabla 4***Correlaciones de Pearson entre dimensiones de apego y dimensiones triangulación del amor*

|  | Intimidad | Pasión  | Compromiso |
|--|-----------|---------|------------|
| D1: seguridad.                                 | .013      | .270**  | -.089      |
| D2: preocupación familiar.                     | -.114     | -.081   | .093       |
| D3: interferencia de los padres.               | -.144     | -.205** | .147*      |
| D4: valor de la autoridad de los padres.       | .035      | .043    | -.028      |
| D5: permisividad parental.                     | -.049     | .060    | .044       |
| D6: autosuficiencia y rencor hacia los padres. | -.103     | -.204** | .204**     |
| D7: traumatismo infantil.                      | -.015     | -.148*  | -.011      |

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

Como se observa en la Tabla 5, existe relación entre algunas de las dimensiones del apego y de la triangulación del amor. Por un lado, se encuentra una relación positiva

entre la seguridad del apego y el componente pasión, así como entre la interferencia de los padres con el factor de compromiso. También se relaciona positivamente la autosuficiencia y rencor hacia los padres con esta última dimensión.

Por otro lado, se relacionan negativamente la dimensión interferencia de los padres, autosuficiencia y rencor hacia los padres y traumatismo infantil con el componente de pasión.

No obstante, cabe destacar, que no se encontraron diferencias significativas entre el estilo de apego y las dimensiones que conforman la triangulación del amor (intimidad, pasión y compromiso).

## **Discusión**

El presente informe de investigación analiza la relación entre el estilo de apego y las relaciones románticas en la vida adulta. Para ello, se plantearon tres objetivos específicos con la finalidad de analizar los elementos que componen o pueden influir en dichas relaciones.

En este sentido, en relación con el *objetivo específico 1, analizar las características del apego y su relación con diversas variables sociodemográficas*, se encontró relación entre el estilo de apego y las variables género, tipología familiar e ingresos mensuales de la unidad familiar de origen, las cuales están relacionadas con situaciones de riesgo y/o exclusión social. Por un lado, las personas de género no binario presentan menor seguridad en su estilo de apego, esto puede deberse al menor nivel de apoyo familiar que perciben dichos individuos, pues como Chew et al. (2020) aseguran, las personas de género no binario tienen mayor probabilidad de sufrir situaciones adversas por cuestión de género. En este sentido, resulta importante

mencionar la invisibilización de este colectivo, cuestión que puede no ser comprendida por su entorno cercano, como, por ejemplo, las figuras cuidadoras, interfiriendo dicho desconocimiento en la capacidad de proporcionar una base de desarrollo segura para el/la niño/a. Por ello, podría ser relevante el apoyo social prestado, tanto a las familias, como a los/as menores, pues esto puede ser un importante factor de protección. Del mismo modo, esto ocurre con las personas que provienen de familias monoparentales (tanto de origen como por cuestión de separación), pues presentan, también, menor seguridad en su estilo de apego. Esto puede ser consecuencia, tal y como afirman Morgado et al. (2003), de que los progenitores pertenecientes a una familia monoparental muestran mayor presencia de inseguridad en el ejercicio de sus funciones parentales. Los progenitores de dichas familias podrían encontrarse ante un contexto socioeconómico complejo, puesto que deben conciliar la vida laboral con las funciones parentales, así como lo que conlleva mantener una familia de forma individual, y en ocasiones, sin apoyos formales e informales. Esta sobrecarga física y emocional podría influir en el ejercicio parental y en la capacidad de ofrecer al/la menor una base segura de crianza. Además, este hallazgo se encuentra estrechamente relacionado con que las personas que conviven en hogares cuyos ingresos mensuales no superan los 2000€, posean un apego menos seguro, pues concuerda con las afirmaciones realizadas por Aber et al. (2000) y Raikes y Thompson (2005), donde los niños que viven en hogares pobres tienen más probabilidad de desarrollar un estilo de apego inseguro. Esta afirmación cobra sentido puesto que el factor económico en los hogares podría ser comprendido como garantía de mayor estabilidad familiar y, cuando esta no se encuentra presente, podría tener como consecuencia la sobrecarga física y emocional ya mencionada anteriormente en los/as cuidadores/as.

En relación con el *objetivo específico 2, analizar la disposición a mantener una relación monógama o no-monógama y su relación con el estilo de apego*, en contraposición a los resultados expuestos por Ka et al. (2020), se encontró relación entre el estilo de apego evitativo y la disposición a mantener relaciones no-monógamas, tal y como Moors et al. (2015) afirman en su estudio, donde la evitación se relacionó positivamente con la voluntad para mantener relaciones no-monógamas. Esto puede deberse, en línea con los planteamientos de Kirkpatrick y Hazan (1994) a su preferencia por mantener menor intimidad en sus relaciones. Las relaciones no-monógamas podrían ser percibidas por las personas con un apego evitativo como relaciones en las que existe un menor compromiso e implicación por las partes implicadas, dado que de forma cultural y social las relaciones que no encajan dentro del modelo tradicional (la monogamia) pueden ser vistas como menos estables y/o serias. Todo ello, podría ser influenciado por las propias características de este tipo de apego. En este sentido, es importante mencionar cómo dicha disposición a mantener relaciones no-monógamas tiene relación con factores externos a la persona (por ejemplo, la opinión del entorno) y factores internos (por ejemplo, la autoestima, la inseguridad y las creencias de cada individuo). Asimismo, se encontró relación entre la seguridad y los factores internos que influyen en la disposición a mantener este tipo de relaciones, entendiéndose así que, a mayor seguridad, menor influencia tienen los factores internos en dicha decisión. Este resultado concuerda con los planteamientos que hacen Brennan y Shaver (1995), Feeney (1999) o Hazan y Shaver (1987), sobre las características de los individuos con un apego seguro, pues estos presentan mayor confianza en sí mismos y autoestima, en contraposición a aquellos que tienen un apego ansioso y/o evitativo, los cuales se caracterizan por ser personas desconfiadas, preocupadas o celosas con una percepción negativa sobre sí mismos, lo que puede influir en la decisión de mantener relaciones no-

monógamas, viéndose así limitados por estos. Dichos factores internos no sólo podrían estar influenciados por el apego en sí mismo, sino, además, por el contexto psicosocial en el que se desarrolla el individuo, pudiendo ser estos factores interiorizados a través de sus vivencias y pudiendo contribuir a la visión que poseen de las relaciones.

En relación con el *objetivo específico 3, analizar los componentes de las relaciones románticas y su relación con el estilo de apego*, a diferencia de lo propuesto por Madey y Rodgers (2009), no se pudo establecer relación entre los componentes que conforman la Teoría Triangular del Amor y el estilo de apego. Esto puede deberse a que los componentes del amor (intimidad, pasión y compromiso), no solo pueden estar influenciados por cuestiones como el estilo de apego en la infancia, sino por otras variables que no se han tenido en cuenta en el presente estudio, tales como, experiencias previas con otras parejas, el contexto cultural y/o las creencias morales de la propia persona. Asimismo, el estilo de apego en la infancia puede estar sujeto a variaciones en la etapa adulta, por lo que si se estudiase la relación con el apego romántico se podrían obtener resultados diferentes. Sin embargo, sí se encontró relación entre algunas de las dimensiones que conforman el apego y ciertos componentes de las relaciones románticas. Por un lado, aquellas personas con más seguridad en el apego presentan mayores niveles de pasión en sus relaciones, y, por el contrario, aquellas con más interferencia de los padres, autosuficiencia y rencor hacia los padres y traumatismo infantil, características de un apego inseguro, se relacionan con una menor pasión. Este hecho sigue la línea de planteamiento propuesta por Madey y Rodgers (2009), quienes aseguran que un apego saludable influye en que las personas posean más facilidad para establecer intimidad, pasión y compromiso, a diferencia de las que presentan un apego más negativo. La capacidad de las personas con más seguridad en su estilo de apego para experimentar pasión en sus relaciones puede deberse a que estas presentan mayor

autoestima, facilitando así el establecimiento de vínculos sexuales con sus parejas, a diferencia de aquellas con menor seguridad en el estilo de apego. Asimismo, a mayor interferencia de los padres, entendiendo dicha dimensión como “haber sido sobreprotegido en la infancia, haber sido un/a niño/a miedoso/a y haber estado preocupado/a por ser abandonado/a” (Lacasa y Muelas, 2014, p. 86), más compromiso en las relaciones. Este resultado puede explicarse con las propias características de las personas con un apego ansioso, pues suelen volverse extremadamente dependientes en sus relaciones, buscando mayor intimidad y aprobación de estas (Brennan y Shaver, 1995; Feeney, 1999; Hazan y Shaver, 1987), traduciéndose esto así en un mayor compromiso con sus parejas por las experiencias vividas en su infancia, caracterizadas por el medio y/o abandono.

Por todo ello, tras la realización de este trabajo, se deben tener en cuenta ciertas implicaciones prácticas para el desarrollo de la profesión del Trabajo Social. Como ya se mencionó en el marco teórico del presente documento, el bienestar y la calidad de vida que proporcionan las relaciones románticas a los individuos son conceptos especialmente relevantes desde el ámbito social, pues como trabajadores/as sociales, es fundamental la promoción de vínculos afectivos positivos y la educación de la población en dinámicas relacionales sanas, proporcionando herramientas adecuadas para la detección de situaciones de posible riesgo. Para ello, desde la intervención, resulta esencial potenciar las fortalezas de las familias, apoyar en el proceso y/o aportar las herramientas necesarias para que los/as cuidadores/as puedan proporcionar un ambiente seguro en el desarrollo de los/as niños/as, a través de la parentalidad positiva. De este modo, la labor profesional de los/as trabajadores/as sociales debería estar orientada al apoyo en la construcción de un ambiente saludable en la esfera familiar, donde prime la comunicación, la asertividad y la escucha activa, como elemento

imprescindible de la educación basada en los estilos parentales democráticos. En este sentido, a través de la intervención familiar, los/as niños/as serán capaces de establecer vínculos de pareja saludables en la vida adulta, pues podrán desarrollar relaciones con un nivel de compromiso más firme, un nivel de pasión adaptado a las preferencias de la pareja y un nivel de intimidad adecuado y/o cercano dentro de la propia dinámica relacional. Así, como consecuencia, podrán escoger libremente cómo configurar sus relaciones, eligiendo la monogamia o la no-monogamia desde una base segura de apego, evitando así ver influenciada su decisión por cuestiones internas motivadas por un apego inseguro. Por este motivo, la investigación resulta un elemento esencial que contribuye a la obtención de nueva información de las realidades sociales (diversidad sexual, modelos relacionales, configuración de las relaciones...) y/o como un instrumento para mejorar la calidad de la atención en la intervención. Los/as profesionales del Trabajo Social desempeñan sus funciones con diversos colectivos y áreas durante el desarrollo vital de los individuos, donde se enfrentan a diferentes percepciones de estas realidades, viéndose influenciadas por elementos como el apego, el contexto socioeconómico o la tipología familiar, entre otros. Por todo ello, el Trabajo Social debe desarrollar sus funciones en los diferentes niveles de intervención, en la investigación de los fenómenos sociales y la prevención de situaciones de riesgo.

Por otro lado, cabe destacar ciertas limitaciones en el estudio. En primer lugar, resulta necesario mencionar el limitado tiempo para la elaboración de este Trabajo de Fin de Grado, lo cual ha podido interferir en el número de la muestra obtenida. Además, la homogeneidad de esta podría ser considerada también como limitante, pues no es representativa de la diversidad poblacional. Asimismo, al realizar la recogida de datos vía online, se identificaron ciertas dificultades por parte de los/as participantes en la comprensión de algunas variables sociodemográficas, las cuales tuvieron que ser

descartadas posteriormente en su análisis. Es por ello por lo que, para investigaciones futuras, sería interesante incluir dichas cuestiones: edad de paternidad y maternidad de los progenitores. Por último, sería conveniente realizar una investigación más exhaustiva de cada uno de los instrumentos de forma individual, para así obtener información más específica de cada variable analizada: estilo de apego, modelo relacional y componentes de las relaciones románticas.

### **Conclusiones**

Los resultados de la presente investigación muestran una relación entre el estilo de apego y variables sociodemográficas tales como el género, la tipología familiar y los ingresos mensuales de la unidad familiar de origen. Del mismo modo, existe relación entre el estilo de apego y los modelos relacionales que se configuran en la vida adulta, variando la disposición a mantener relaciones monógamas o no-monógama en función del estilo de apego. Finalmente, no se evidenció relación entre el estilo de apego y los componentes de las relaciones románticas (intimidad, pasión y compromiso).

## Referencias

- Aber, J., Jones, S. y Cohen, J. (2000). The impact of poverty on the mental health and development of very young children. En C. Zeanah (Ed.), *Handbook of infant mental health* (pp. 113–128). The Guilford Press.
- Arenas, A. (2014). *El papel de la relación de pareja en los contextos familiares de riesgo psicosocial*. [Tesis de doctorado. Universidad de Sevilla]. Depósito de Investigación de la Universidad de Sevilla.  
<https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/58575/2014arenaelpap.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Barranco, C. (2004). La intervención en Trabajo Social desde la calidad integrada. *Alternativas. Cuadernos de Trabajo Social*, 12, 79-102.  
[https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/5592/1/ALT\\_12\\_05.pdf](https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/5592/1/ALT_12_05.pdf)
- 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), 1-25.  
[https://www.psicociencias.org/pdf\\_noticias/Apego\\_Adulto.pdf](https://www.psicociencias.org/pdf_noticias/Apego_Adulto.pdf)
- Bowlby, J. (1989). *Una base segura. Aplicaciones clínicas de una teoría del apego*. Paidós.
- Bowlby, J. (1995). *Una base segura*. Paidós.
- Bowlby, J. (2014). *Vínculos afectivos: Formación, desarrollo y pérdida*. (6.ªed.) Ediciones Morata.

- Brennan, K. y Shaver, P. (1995). Dimensions of adult attachment, affect regulation and romantic relationship functioning. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21(3), 267-283. <https://doi.org/10.1177/0146167295213008>
- Chew, D., Tollit, M., Poulakis, Z., Zwickl, S., Cheung, A. y Pang, K. (2020). Youths with a non-binary gender identity: a review of their sociodemographic and clinical profile. *The Lancet Child & Adolescent Health*. 4(4), 322-330. [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(19\)30403-1](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(19)30403-1)
- De las Heras, R. (2019). Thinking Relationship Anarchy from a Queer Feminist Approach. *Sociological Research Online*, 24(4), 644-660. <https://doi.org/10.1177/1360780418811965>
- Feeney, J. (1999). Attachment, caregiving and marital satisfaction. *Personal Relationships*, 3(4), 401-416. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.1996.tb00124.x>
- Fernández, R. (2005). Redes sociales, apoyo social y salud. *Periferia Revisya de Recerca i Investigación en Antropología*, 3(2), 1-16. [https://www.researchgate.net/publication/242592659\\_Redets\\_sociales\\_apoyo\\_social\\_y\\_salud](https://www.researchgate.net/publication/242592659_Redets_sociales_apoyo_social_y_salud)
- Ferrer, V., Bosch, E., Navarro, C., Ramis, M. y García, E. (2008). El concepto del amor en España. *Psithema*, 20(4), 589-595. <https://www.redalyc.org/pdf/727/72720413.pdf>
- Galán, A. (2016). La teoría del apego: confusiones, delimitaciones conceptuales y desafíos. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 36(129), 45-61. <http://www.revistaaen.es/index.php/aen/article/view/16941/16811>

- Garrido-Rojas, L. (2006). Apego, emoción y regulación emocional. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 38(3), 493-507.  
<http://www.scielo.org.co/pdf/rlps/v38n3/v38n3a04.pdf>
- Goncen, G. y Aragón, R. (2019). Efectos del apego, afecto y capacidad de recibir apoyo en la salud de la pareja. *Revista Psicologia e Educação*, 2(1), 64-74.
- Gressgård, R. (2013). Asexuality: From pathology to identity and beyond. *Psychology and Sexuality*, 4(2), 179–192.  
<https://doi.org/10.1080/19419899.2013.774166>
- Haritaworn, J., Lin, C. y Klesse, C. (2006). Poly/logue: A critical introduction to polyamory. *Sexualities*, 9(5), 515–529.  
<https://doi.org/10.1177/1363460706069963>
- Hazan, C. y Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511-524.  
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511>
- Hazan, C. y Shaver P. (1994). Attachment as an organisational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry*, 5(1), 1-22.  
[https://doi.org/10.1207/s15327965pli0501\\_1](https://doi.org/10.1207/s15327965pli0501_1)
- Katz, M. y Katz, E. (2021). Reconceptualizing Attachment Theory Through the Lens of Polyamory. *Sexuality & Culture*, 26(4), 792-809.  
<https://doi.org/10.1007/s12119-021-09902-0>

- Kirkpatrick, L. y Hazan, C. (1994). Attachment styles and close relationships: A four-year prospective study. *Personal Relationships*, 1(2), 123–142.  
<https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.1994.tb00058.x>
- Madey, S. y Rodgers, L. (2009). The effect of attachment and Sternberg's triangular theory of love on relationship satisfaction. *Individual Differences Research*, 7(2), 76-84.  
[https://www.researchgate.net/publication/232559031\\_The\\_effect\\_of\\_attachment\\_and\\_Sternberg's\\_Triangular\\_Theory\\_of\\_Love\\_on\\_relationship\\_satisfaction](https://www.researchgate.net/publication/232559031_The_effect_of_attachment_and_Sternberg's_Triangular_Theory_of_Love_on_relationship_satisfaction)
- Marrone, M. (2001). *La teoría del apego: Un enfoque actual. Aplicaciones clínicas*. Psimática.
- Matud, P., Carballeira, M., López, M., Marrero, R. e Ibáñez, I. (2002). Apoyo social y salud: Un análisis de género. *Salud Mental*, 25(2), 32-37.  
<https://www.redalyc.org/pdf/582/58222505.pdf>
- Mikulincer, M., Shaver, P. y Pereg, D. (2003). Attachment Theory and Affect Regulation: The Dynamics, Development, and Cognitive Consequences of Attachment-Related Strategies. *Motivation and Emotion*, 27(2), 77-102.  
<https://doi.org/10.1023/A:1024515519160>
- Morgado, B., González, M. y Jiménez, I. (2003). Familias monoparentales: problemas, necesidades y recursos. *Portularia*, 3, 137-160.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=808148>
- Moors, A., Conley, T., Edelstein, R. y Chopik, W. (2015). Attached to monogamy? Avoidance predicts willingness to engage (but not actual engagement) in

- consensual non-monogamy. *Journal of Social and Personal Relationships*, 32(2), 222–240. <https://doi.org/10.1177/0265407514529065>
- Moors, A., Selterman, D. y Conley, T. (2017). Personality correlates of desire to engage in consensual non-monogamy among lesbian, gay, and bisexual individuals. *Journal of Bisexuality*, 17(4), 418-434. <https://doi.org/10.1080/15299716.2017.1367982>
- Lacasa, F. y Muelas, A. (2014). Guía para la aplicación e interpretación del cuestionario de apego CaMir-R. *Revista de Psicopatología y salud mental del niño y del adolescente*. 24, 83-93. <https://www.fundacioorienta.com/wp-content/uploads/2019/02/Lacasa-Fernando-24.pdf>
- Olivia, F. (2004). Estado actual de la teoría del apego. *Revista de Psiquiatría y Psicología del Niño y del Adolescente*, 4(1), 65-81. <https://psiquiatriainfantil.org/numero4/Apego.pdf>
- Ortega, J. (2012). El vínculo de pareja: Una posibilidad afectiva para crecer. *Revista Electrónica Educare*, 16(Especial), 23-30. <http://www.revistas.una.ac.cr/index.php/EDUCARE/issue/view/418>
- Ortiz, M., Gómez, J. y Apodaca, P. (2002). Apego y satisfacción afectivo-sexual en la pareja. *Psicothema*, 14(2), 469-475. <https://www.psicothema.com/pdf/750.pdf>
- Pinedo, J. y Santelices, M. (2006). Apego Adulto: Los Modelos Operantes Internos y la Teoría de la Mente. *Terapia Psicológica*, 24(2), 201-209. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=78524210>

- Raikes, H. y Thompson, R. (2005). Links between risk and attachment security: Models of influence. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 26(4), 440-455.  
<https://doi.org/10.1016/j.appdev.2005.04.003>
- Schalock, R. y Verdugo, M. (2011). *Calidad de vida: Manual para profesionales de la educación, salud y servicios sociales*. Alianza Editorial.
- Sheff, E. (2011). Polyamorous families, same-sex marriage, and the slippery slope. *Journal of Contemporary Ethnography*, 40(5), 487–520.  
<https://doi.org/10.1177/0891241611413578>
- Sheff, E. y Tesene, M. (2015). Consensual Non-Monogamies in Industrialized Nations. En DeLamater, J. y Plante, R. (Eds.) *Handbook of the Sociology of Sexualities* (pp. 223–241). Springer, Cham. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-17341-2\\_13](https://doi.org/10.1007/978-3-319-17341-2_13)
- Sizemore, K. y Olmstead, S. (2017). A systematic review of research on attitudes towards and willingness to engage in consensual non-monogamy among emerging adults: methodological issues considered. *Psychology & Sexuality*, 8(94), 1-20. <https://doi.org/10.1080/19419899.2017.1319407>
- Sternberg, R. (1997). Construct validation of a triangular love scale. *European Journal of Social Psychology*, 27(3), 313-335. <https://web-p-ebscobhost-com.accedys2.bbt.ull.es/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=0&sid=59a0ad5a-5f06-493d-9f1e-aa0515eb86f7%40redis>
- Tamarit, A., Mónaco, E. y Sánchez, A. (2021). Los estilos de amor y su relación con el bienestar en personas con parejas monógamas y no monógamas. *Revista INFAD De Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 3(1), 1-11. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2021.n1.v3.2029>

Zepeda, G. y Sánchez, R. (2019). Efectos del Apego, Afecto y Capacidad de recibir Apoyo en la Salud de la Pareja. *Revista Psicologia e Educação On-Line*, 2(1), 64-74. <http://psicologiaeducacao.ubi.pt/Ficheiros/ArtigosOnLine/2019N1/8-%20V2N1online2019.pdf>