



UNIVERSIDAD INDOAMERICA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD Y BIENESTAR HUMANO
CARRERA DE PSICOLOGÍA

TEMA:

ESTILOS DE APEGO Y CALIDAD DE LA RELACIÓN DE PAREJA EN ADULTOS
DE LA CIUDAD DE QUITO

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de Licenciado en Psicología

Autor(a)

Marcos David Moreta Cedillo

Tutor(a)

Mgtr. Gilda Moreno Proaño

QUITO –ECUADOR

2023

**AUTORIZACIÓN POR PARTE DEL AUTOR PARA LA CONSULTA,
REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL, Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA DEL
TRABAJO DE TÍTULACIÓN**

Yo, Marcos David Moreta Cedillo., declaro ser autor del Trabajo de Titulación con el nombre “Estilos de apego y calidad de la relación de pareja en adultos de la ciudad de Quito”, como requisito para optar al grado de Licenciatura en Psicología y autorizo al Sistema de Bibliotecas de la Universidad Indoamérica, para que con fines netamente académicos divulgue esta obra a través del Repositorio Digital Institucional (RDI-UTI).

Los usuarios del RDI-UTI podrán consultar el contenido de este trabajo en las redes de información del país y del exterior, con las cuales la Universidad tenga convenios. La Universidad Indoamérica no se hace responsable por el plagio o copia del contenido parcial o total de este trabajo.

Del mismo modo, acepto que los Derechos de Autor, Morales y Patrimoniales, sobre esta obra, serán compartidos entre mi persona y la Universidad Indoamérica, y que no tramitaré la publicación de esta obra en ningún otro medio, sin autorización expresa de lamisma. En caso de que exista el potencial de generación de beneficios económicos o patentes, producto de este trabajo, acepto que se deberán firmar convenios específicos adicionales, donde se acuerden los términos de adjudicación de dichos beneficios.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Quito, a los 10 días del mes de febrerode 2023, firmo conforme:

Autor: Marcos David Moreta Cedillo



Firma:

Número de Cédula: 1756070486

Dirección: Pichincha, Quito, Calderón, Vilcabamba.

Correo Electrónico: mmoreta3@indoamerica.edu.ec.

Teléfono: 0993486426

APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Titulación “ESTILOS DE APEGO Y CALIDAD DE LA RELACIÓN DE PAREJA EN ADULTOS DE LA CIUDAD DE QUITO.” presentado por Marcos David Moreta Cedillo, para optar por el Título Licenciado en Psicología.,

CERTIFICO

Que dicho trabajo de investigación ha sido revisado en todas sus partes y considero que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la presentación pública y evaluación por parte del Tribunal Examinador que se designe.

Quito, 10 de febrero del 2023.

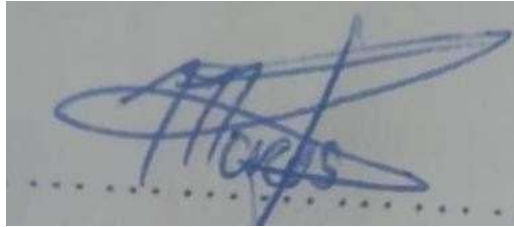


.....
Mgtr. Gilda Moreno Proaño

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD

Quien suscribe, declaro que los contenidos y los resultados obtenidos en el presente trabajo de investigación, como requerimiento previo para la obtención del Título de Licenciatura en Psicología, son absolutamente originales, auténticos y personales y de exclusiva responsabilidad legal y académica del autor

Ambato, 10 de febrero 2023



.....
Marcos David Moreta
Cedillo1756070486

APROBACIÓN TRIBUNAL

El trabajo de Titulación ha sido revisado, aprobado y autorizada su impresión y empastado, sobre el Tema: ESTILOS DE APEGO Y CALIDAD DE LA RELACIÓN DE PAREJA EN ADULTOS DE LA CIUDAD DE QUITO, previo a la obtención del Título de Licenciatura en Psicología, reúne los requisitos de fondo y forma para que el estudiante pueda presentarse a la sustentación del trabajo de titulación.

Quito, 10 de febrero de 2023



.....
GILDA MARIANELA
MORENO PROAÑO

Msc. Gilda Moreno Proaño

TUTORA

.....
Msc. Jonathan Jirón Jiménez

LECTOR

.....
Msc. Doris Pérez Vega

LECTORA

DEDICATORIA

Dedico esta investigación a las noches en vela y a todas las personas que creyeron en mí tanto a los que sí como a los que no.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a mis padres por ayudarme económicamente para estudiar esta carrera y también expresar mi más profundo agradecimiento a todos los que me ayudaron a llenar las evaluaciones y todo el apoyo y ánimo recibido.

INDICE DE CONTENIDOS

PORTADA	I
AUTORIZACIÓN PARA EL REPOSITORIO DIGITAL	II
APROBACIÓN DEL TUTOR	III
DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD	IV
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL	V
DEDICATORIA.....	VI
AGRADECIMIENTO.....	VII
ÍNDICE DE CONTENIDOS.....	VIII
ÍNDICE DE TABLAS	IX
ÍNDICE DE GRÁFICOS	X
RESUMEN EJECUTIVO	XI
ABSTRACT.....	XII
RESUMEN.....	1
INTRODUCCIÓN.....	2
PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	7
JUSTIFICACIÓN	8
OBJETIVO GENERAL.....	8
OBJETIVOS ESPECÍFICOS	8
MARCO METODOLÓGICO	8
RESULTADOS	12
DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	14
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS	17

ANEXOS..... 23

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla No. 1 Correlación entre estilos de apego y calidad de pareja, datos sociodemográficos,
.....13

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico No. 1 Edad.....	13
Gráfico No. 2 Sexo.....	13
Gráfico No. 3 Tiempo de relación.....	13
Gráfico No. 4 Calidad de la pareja.....	14
Gráfico No. 5 Estilos de apego.....	14

UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD Y BIENESTAR
HUMANO
CARRERA PSICOLOGIA

TEMA: ESTILOS DE APEGO Y CALIDAD DE LA RELACIÓN DE PAREJA EN ADULTOS DE LA CIUDAD DE QUITO

AUTOR: Marcos David Moreta Cedillo

TUTOR: Msc. Gilda Moreno Proaño

RESUMEN EJECUTIVO

El apego se genera en la infancia e influye en el estilo de apego y las relaciones que un individuo llega a tener en la adultez, así como en la forma de vivir en pareja, puesto que el apego afecta directamente en el nivel de seguridad e inseguridad, en la autoestima y el bienestar en pareja, es por eso que se propone como objetivo principal, Analizar la relación entre los estilos de apego y la calidad de la relación de pareja. Para esta investigación han participado 80 parejas adultas con edades comprendidas entre los 18 a 60 años de edad, que mantienen una relación. Se ha determinado que sí existe una correlación entre el estilo de apego y la calidad de relación de la pareja.

DESCRIPTORES: *Apego, Adulto, Ciudad, Parejas, Relación*

UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD Y BIENESTAR
HUMANO
CARRERA PSICOLOGIA

**THEME: ATTACHMENT STYLES AND RELATIONSHIP QUALITY IN ADULTS
IN THE CITY OF QUITO**

AUTHOR: Marcos David Moreta Cedillo

TUTOR: Msc. Gilda Moreno Proaño

ABSTRACT

Attachment is generated in childhood and affects the style of attachment and relationships that we have as adults, as well as the way we live as a couple, because attachment directly affects our level of security and insecurity, self-esteem and well-being. as a couple, that is why it is proposed as the main objective: Analyze the relationship between attachment styles and the quality of the relationship. For this investigation, 80 adult couples with ages between 18 and 60 years of age participated, who maintain a relationship. It has been determined that there is a correlation between the attachment style and the quality of the couple's relationship, but this is not significant.

KEYWORDS: *Attachment, Adult, City, Couple, Relationship*

(FIRMA Y SELLO DEPARTAMENTO DE IDIOMAS)

ESTILOS DE APEGO Y CALIDAD DE LA RELACIÓN DE PAREJA EN ADULTOS DE LA CIUDAD DE QUITO

ATTACHMENT STYLES AND RELATIONSHIP QUALITY IN ADULTS IN THE CITY OF QUITO

Autor: Marcos Moreta-Cedillo
mmoreta3@uti.edu.ec

Tutor: Gilda Moreno Proaño
gyldamoreno@uti.edu.ec

Lector: Msc. Jonathan Jirón Jiménez
jonathanjiron@uti.edu.ec

Lector: Msc. Doris Pérez Vega
dorisperez@uti.edu.ec

Trabajo de Titulación para la
obtención del título de
licenciado en Psicología de
la Universidad
Indoamérica.

Modalidad:
Investigación Cuantitativa

Quito, Ecuador
Febrero 2023

RESUMEN

El apego se genera en la infancia e influye en el estilo de apego y las relaciones que un individuo llega a tener en la adultez, así como en forma de vivir en pareja, porque el apego afecta directamente en el nivel de seguridad e inseguridad, en la autoestima y el bienestar en la pareja, es por eso que se propone como objetivo principal, Analizar la relación entre los estilos de apego y la calidad de la relación de pareja. Para esta investigación han participado 80 parejas adultas con edades comprendidas entre los 18 a 60 años de edad, que mantienen una relación. Se ha determinado que sí existe una correlación entre el estilo de apego y la calidad de relación de la pareja.

ABSTRACT

Attachment is generated in childhood and affects the style of attachment and relationships that we have as adults, as well as the way we live as a couple, because attachment directly affects our level of security and insecurity, self-esteem and well-being. as a couple, that is why it is proposed as the main objective: Analyze the relationship between attachment styles and the quality of the relationship. For this investigation, 80 adult couples with ages between 18 and 60 years of age participated, who maintain a relationship. It has been determined that there is a correlation between the attachment style and the quality of the couple's relationship.

Palabras Clave: *Apego, adulto, ciudad, parejas, relación.*

Keywords: *Attachment, Adult, City, Couple, Relationship*

INTRODUCCIÓN

EL APEGO

Bowlby (1973) define la conducta de apego como “cualquier forma de conducta que tiene como resultado el que una persona obtenga o retenga la proximidad de otro individuo diferenciado y preferido, que suele concebirse como más fuerte o sabio” (p. 292).

Bowlby (1973) asegura que el sistema de apego en realidad forma parte de una serie de sistemas conductuales de vinculación, que abarcan la exploración, el cuidado y el apareamiento sexual, todos estos fueron diseñados para asegurar la supervivencia y la procreación. El objetivo del sistema de apego sería regular las conductas diseñadas para establecer o mantener el contacto con una figura de apego y el objetivo central de una persona es lograr sentirse segura.

Bowlby (1973) describe los sistemas conductuales como sistemas de control que mantienen una relación estable entre el individuo y su entorno. Con este sistema de apego se logra mantener el equilibrio entre las conductas de exploración y las conductas

de proximidad, en función de la proximidad de la figura de apego y de los peligros que hay en el entorno tanto físico como social.

Shaver y Hazan (1987) establecen que el estilo de apego influye en el vínculo que tiene la pareja y, con esto se puede llegar a predecir varios aspectos que son parte importante de las relaciones íntimas que una persona desarrolla en su vida, como son el enamoramiento, atracción, elección de pareja, lo que determinaría el tipo de vínculo afectivo que se termina estableciendo entre los miembros en la adultez.

Matos (2017) afirma que el apego está relacionado a la calidad que se tiene del vínculo primario que se forma entre el niño y su cuidador y, las características que se dan en este vínculo podrán determinar las relaciones futuras de la persona, enfocándose más en cuanto a las relaciones afectivas como pueden llegar a ser las relaciones de pareja.

Sánchez (2003) asegura que en la adultez se llega a establecer relaciones de pareja, la mayoría son estables, con seguridad y satisfacción y esto lleva a que la pareja sea

una nueva figura de apego, ocupando ciertamente un primer lugar, mientras todo este bien, pero, incluso cuando llegan a ser inadecuadas o dañinas para la persona, la relación de apego continúa y esto hace extremadamente difícil terminar la relación, convirtiéndolo en un problema.

Rodríguez y Trigueros (2012) afirman que, la teoría del apego es la forma de explicar y entender a los seres humanos y su creación de lazos afectivos fuertes con ciertas personas en específico. Esto ayuda a comprender las reacciones que surgen luego de una separación abrupta o una pérdida emocional y afectiva.

Rodríguez y Trigueros (2012) afirman que el apego se puede describir como la satisfacción de las necesidades afectivas, que generan una sensación de seguridad, estabilidad y bienestar, y todo esto llega a ser una prioridad para las personas, ya que necesitan estas sensaciones de protección de las figuras de apego para poder desarrollarse de manera mucho más personal. El lograr sentirse querido y tener a personas a quienes querer son dos aspectos esenciales en la humanidad, proporcionando un bienestar tanto físico como psicológico y mejorando en la salud de la persona.

Los estilos de apego pueden llegar a ser considerados de cierta forma, estilos o formas de amar dentro de una relación de pareja. Los estilos de apego más frecuentes son los siguientes:

1. Estilo de apego seguro: Relaciones confiadas y positivas.

2. Estilo de apego ansioso: Relaciones

dependientes y continua necesidad de confirmación de que es amado.

3. Estilo de apego evitativo: Relaciones desconfiadas y distantes.

Estilos de apego

1. Estilo de apego seguro:

Clara Martínez (2020) afirma que el apego seguro se llega a entender como el tener una relación basada en la confianza y, la otra persona va a respetar sus propias necesidades. Por lo tanto, las relaciones de apego seguras entre parejas se basan en el entendimiento mutuo, la confianza y la buena calidad de la comunicación.

Rodríguez y Trigueros (2012) aseguran que las personas con el estilo de apego seguro se sienten muy cómodas, sensibles y confiadas en la intimidad, no llegan a tener la sensación de amenaza y no tendrán que estar a la vigilia de sus parejas; lograrán disfrutar de la relación. Al lograr acceder de un modo seguro al espacio de la intimidad dependerá de la seguridad que se llegó a tener por el estilo de apego de la figura primaria en la niñez. La estabilidad de la pareja estará condicionada en su mayoría por lo que se considere modelo de una situación sólida de pareja.

Debido a características como la tranquilidad, la apertura y poseer mayor intimidad, compromiso, confort, cercanía, amor y control de enfado, las parejas reportan mayor satisfacción percibida. Una de las formas que caracteriza a estas parejas,

es que mantienen una buena comunicación sólida, apoyo y resolución de conflictos en pareja.

Lo que logra explicarse al poseer una mayor inteligencia emocional, con un mayor control de los propios sentimientos y emociones negativas, reconociendo sus problemas de ansiedad y buscando apoyo o consuelo en la pareja (Pietro Mónaco, 2004).

Sánchez (2003) establece que estas personas saben seleccionar mejor con quién se comprometen, suelen tener mayor capacidad de intimidad y compromiso, por ende, llegan a tener mayor satisfacción en las relaciones de pareja. Si llegaran a tener que separarse, logran tener mayor capacidad de tomar de forma adecuada y firme esta decisión.

2. Estilo de apego ansioso preocupado:

Clara Martínez (2020) afirma que la pareja insegura se caracteriza por la sensación de desequilibrio y aislamiento de la pareja, este sentimiento se da por miedo al rechazo junto con un deseo de proximidad, la falta de comunicación y la desconfianza. Las personas con este tipo de apego en las relaciones no perciben apoyo ni confianza en su relación y tienden a presentar dificultades emocionales y comportamentales, también tienen expectativas negativas y asignaciones hostiles sobre el comportamiento de los demás. Adicional a esto, la inseguridad del apego aumenta la posibilidad de síntomas emocionales como la depresión y la ansiedad.

Sánchez (2003) afirma que en este estilo de apego suelen tener más dificultades para construir su autonomía, tiene mayor necesidad de seguridad y apoyo, terminan seleccionando mal a sus parejas y generando más dudas, preocupaciones hacia los compromisos con los demás. Llegan a tener una intimidad rica, pero menos segura con más interacciones positivas y negativas, suelen romper con dificultad y afrontan peor las pérdidas. De igual manera, tienen dificultades para tener confianza tanto en ellos mismo como en sus parejas y relaciones, esto a su vez disminuye su estabilidad y calidad de pareja.

Mikulincer y Shaver (2016) aseguran que estas personas tienen una errónea percepción negativa de ellos mismos y modelos ambivalentes de los demás, lo que conduce a tener una concepción desafiante respecto a las relaciones. Es por eso por lo que siempre se encuentran en incertidumbre ante dos posibilidades, por un lado, anhelan y buscan tener cercanía y tranquilidad en su relación, pero también generan dudas sobre sus propias capacidades para cuidar y corresponder a su pareja, también llegan a tener vergüenza por tener un mal concepto de sí mismos, por eso buscan proximidad con su pareja para no ser abandonados. Es así que según Guzmán y Contreras (2012) consideran que este aspecto les hace vulnerables a herir y dar un significado negativo al comportamiento de sus parejas.

En este tipo de apego llegan a utilizar estrategias que inducen a la culpa, vulnerabilidad como una especie de forma de apelar a la compasión y el apoyo por parte de su pareja, y evitar peleas (Overall, 2014).

Butzer y Campbell (2008) establecen que una de las características es que los implicados también poseen una alta accesibilidad a las señales de apoyo y rechazo, y es por este motivo que terminan siendo llevados a usar las experiencias sexuales como indicadores de calidad de relación y para fortalecer y mejorar la cercanía de sus parejas.

3. Estilo de apego evitativo o alejado:

Rodríguez y Trigueros (2012) afirman que este tipo de apego se caracteriza por esforzarse en eludir el espacio de intimidad a través de estrategias, y así lograr separar el deseo erótico de la implicación emocional, así también este tipo de personas tienen menos satisfacción en la relación.

Mikulincer y Shaver (2016) establecen que estas personas por lo general suelen tener modelos negativos de las demás personas que los rodean y positivos de sí mismos. Pueden llegar a ser muy desconfiadas y suelen terminar por desactivar sus estrategias emocionales y cognitivas, llegando a utilizar el distanciamiento como estrategia de autoprotección, aun cuando detectan insatisfacción en la pareja. También evitan los conflictos o la relevancia de los eventos de pareja.

Butzer y Campbell (2010) aseguran que estos problemas se llegan a extender a sus relaciones sexuales y tener varios problemas en ese ámbito, como bajos niveles de satisfacción sexual en la relación y poca gratificación. También muestran un

distanciamiento emocional y a veces rechazo a la intimidad.

Sánchez (2003) afirma que las personas que tienen el estilo de apego evitativo suelen llegar a tener una pseudo seguridad defensiva; llegar a estar bien con su soledad y autonomía, pero es como una ilusión, no llegan a construir realmente bien. Llegan a tener varias dificultades en la seducción, el compromiso y por lo tanto, también en la intimidad, tienen pocas interacciones íntimas. Logran romper la relación con bastante facilidad, pero no pueden reconstruir bien las pérdidas generadas. Se considera como un estilo también inseguro, pero encastillado, lleno de defensas para controlar sus emociones ante los demás.

4. Apego desorganizado o Temeroso huido:

Este tipo de apego surgió para el 10% de los casos que no podían ser catalogados en los otros tipos de apego existentes. Este apego se presenta cuando en la niñez los padres no pudieron darle al niño condiciones psicológicas sanas y terminan creando miedo en sus hijos, así la figura de apego que debe dar seguridad se convierte en lo opuesto, con maltrato y miedo, también se da por la pérdida de la figura de apego (Lyons-Ruth y Jaccovitz, 2008; Talarn, Sáinz y Rigat, 2016).

Algunas de las características del apego desorganizado incluyen el tener claros desórdenes emocionales, como la desconfianza, la percepción negativa de sí mismo y de los demás. Ellos tratan de tener relaciones cercanas, pero llegan a sentirse

incómodos al intimar con los demás. Llegana rechazar a las figuras de las que pueda depender, terminan evitando las relaciones por miedo a resultar heridos o sentirse vulnerables (Cevallos, Guzmán y García, 2021).

Sistema de apego:

Rodríguez y Trigueros (2012) aseguran que el sistema de apego viene a la gente o se activa en ciertos momentos de la vida como la aflicción, la necesidad o cuando se percibe una amenaza y esto lleva a buscar contactar con la figura de apego, buscando seguridad y tranquilidad en la otra persona. Es en este estado de seguridad que se llega a activar la exploración al entorno que nos rodea ya que la figura de apego genera seguridad y confianza.

RELACIÓN DE PAREJA

Davies, Apple, Woitach y Cummingins (2010) afirman que las relaciones de pareja llegan a ser referidas como el eje fundamental de las relaciones familiares.

Torres (2004) establece que la relación de pareja es una parte central de la vida de las personas, ya que tiene gran importancia para la felicidad personal y se la reiterado a lo largo de los años.

Jordán, Muruthi y Bermúdez (2017) afirman que existen características únicas y singulares en las relaciones de pareja, ya que sus procesos, emociones y sentimientos, son bastante únicos a diferencia de otros procesos sociales. En la actualidad la definición de una relación de pareja se está

cambiando, dando mayores intrigas científicas.

Álvarez, Martínez, Molina, Ortega (2014) aseguran que una de las características de una relación de pareja, suele ser su exclusividad, tanto romántica como emocional entre los dos y, fuertemente sustentada por un vínculo de apego que se desarrolla a lo largo de la relación, fortaleciéndola de forma positiva y mejorando el bienestar personal.

Altamirano y Zulay (2020) demuestran que las relaciones de pareja se pueden establecer como una mezcla de cultura y Biología con 4 pilares importantes que son: Compromiso, intimidad, romance y amor. Científicamente hablando el amor llega a ser un proceso funcional sistémico, en cambio en la Psicología, se ve a la relación amorosa como un proceso social, con factores como el compromiso y la intimidad, que se vuelven factores necesarios en un amor maduro.

Zeki (2007) asegura que biológicamente el amor llega a ser considerado como una necesidad fisiológica de las parejas, exclusiva para la cópula, la reproducción y la crianza, también está la satisfacción y la generación de placer.

CALIDAD DE LA RELACIÓN

Collins (2009) afirma que se llega a asociar una buena calidad de relación, al tener altos

Estilos de apego y calidad de la relación de pareja en adultos de la Ciudad de Quito

niveles de bienestar y satisfacción, en la pareja. Martínez (2014) muestra que la calidad de una pareja suele tener una estrecha relación con los patrones que ellos desarrollan en la infancia.

Con mejores características tanto en el ambiente familiar, la calidez parental y estabilidad emocional, y logren tener una convivencia afectiva por parte de la pareja, dándoles una mayor capacidad de experimentar una relación amorosa, estable y satisfactoria (Auslander, Short, Sucop y Rosenthal, 2009).

Todo lo anteriormente mencionado ha sido corroborado por numerosas investigaciones, en las cuales se ha destacado la teoría del apego como uno de sus mayores referentes (Martínez, 2014; Simpson, 1990).

Crawley (2014) asegura que cuando aumentan los conflictos de pareja y existe una mala forma de llegar a solucionarlos, la satisfacción y la calidad de la pareja se puede llegar a fracturar emocionalmente o, llenar de violencia ya que generalmente en los roles de pareja, la mujer suele reprimir la ira y el hombre si puede llegar a exteriorizarla, volviendo cada vez más presente los conflictos de pareja en la sociedad, hasta llegar a normalizarlos, lo que genera problemas de índole social.

Hollist y Miller (2005) encontraron que las personas con estilo de apego seguro no influyen de manera negativa en la calidad marital, aunque en los estilos de apego inseguro afectan de manera negativa a la satisfacción de las parejas. Mostrando que la

inseguridad del apego llega a predecir la satisfacción y la seguridad del apego.

Moller, Hwang y Wickberg (2006) aseguran que no hay asociación entre el apego seguro y la satisfacción marital, pero sí la hay entre el apego inseguro y la insatisfacción marital. Se ha llegado a evidenciar que la satisfacción marital llega a tener variaciones según el estilo de apego de los miembros que conforman la vida diaria de las personas, siendo mayor en las parejas seguras que en las inseguras (Banse, 2004; Rivera, 2006).

Feeney (2002) asegura que hay una relación con la seguridad del apego y la satisfacción marital y que es regulada por la conducta percibida en la pareja. Mayormente se observa en las personas que tienen un estilo de apego inseguro, tienden a ser reactivas con las conductas negativas de las parejas teniendo una menor satisfacción que las parejas de estilo seguro de apego, marcándose más en personas con apegos temerosos, que tenían una cantidad alta de ansiedad y en aquellas que tenían matrimonios de mayor duración.

El Instituto Nacional de Estadística y Censos INEC (2014) afirma que, en las problemáticas de pareja, específicamente en la de insatisfacción de las relaciones, muchas parejas llegan a la conclusión de disolver la relación. A nivel nacional la tasa de separaciones se incrementó en un 87,73 % entre los años 2016 y 2021 de 11.251

separaciones y divorcios se ha elevado a 21.122 casos.

La investigación tiene como objetivo aportar nueva información sobre el tema, en cuanto a los estilos de apego que influyen en la relación de las parejas, también el medir la calidad de las relaciones que tienen, los tipos de apego de las personas, áreas que no han sido tan exploradas en otras investigaciones.

Esta investigación se realiza para averiguar y aportar tanto a la investigación científica como a la comprensión sobre alguno de los posibles motivos de los problemas y conflictos en las relaciones de pareja.

Los aportes principales que tendrá la investigación será una muestra tanto de los tipos de apego como de la calidad de relaciones de 80 parejas para poder analizar los resultados encontrados, y por lo tanto, las preguntas de investigación son las siguientes: ¿Existe relación entre los estilos de apego y la calidad de la relación de pareja? ¿Cuáles son los estilos de apego que prevalecen en la relación de pareja? ¿Cuál es la relación de los estilos de apego con los datos sociodemográficos? ¿Qué calidad de relación tienen las parejas?

OBJETIVO GENERAL

- Analizar la relación entre los estilos de apego y la calidad de la relación de pareja.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Describir los estilos de apego que prevalecen en la relación de pareja
- Describir la relación de los estilos de apego con los datos sociodemográficos
- Describir la calidad de pareja que tienen los participantes

MARCO METODOLÓGICO

PARADIGMA

Marín (2007) afirma que el paradigma es determinante para la forma de ver el mundo, reflejar las leyes, el lenguaje y los valores. Por esto el paradigma representa la acumulación del saber y la comprensión de varios fenómenos, permite resolver anomalías, para los científicos es la utilización técnicas y valores para abordar problemas y ver soluciones

El tipo de paradigma de esta investigación es Positivista, ya que la investigación se basa en la comprobación de hipótesis y la medición de variables con datos estadísticos.

Ríos (2004) asegura que el Paradigma Positivista, se caracteriza por tener un alto interés por la verificación del conocimiento a través de predicciones. Lo importante es plantearse una serie de hipótesis como predecir que algo va a suceder y luego verificarlo. Se usa mayormente en las ciencias exactas en donde tienen mayor aplicación.

Ricoy (2006) afirma que el paradigma positivista, debe sustentar a la investigación, que su objetivo sea comprobar una hipótesis por medios estadísticos o determinar los

parámetros de una variable mediante la expresión numérica.

Patton (1990) explica que el paradigma indica y guía hacia lo que es legítimo, válido y razonable. Define al paradigma como unas gafas que permitirán al investigador poder ver la realidad desde una perspectiva determinada, y en base a esto se determinará la forma en la que desarrolle el proceso investigativo.

ENFOQUE

La investigación tiene un enfoque cuantitativo, con un alcance correlacional que pretende medir el grado de relación de dos variables que son: estilos de apego y calidad de relación. Estas variables que son “estilos de apego” y “calidad de la relación de pareja”, serán representadas mediante números y análisis de datos estadísticos para la obtención de sus resultados en la relación de pareja y sus apegos.

Olivares y González (2014) afirman que la investigación cuantitativa establece el grado de asociación o correlación que pretende medir el grado de relación entre las variables, la generalización y objetivación de los resultados por medio de una muestra permite realizar inferencias a una población que logran explicar por qué se llega a dar o no, un determinado hecho.

Guerrero (2014) asegura que se contrasta hipótesis desde el punto de vista probabilístico y, que al ser aceptada y demostrada se llega a elaborar teorías generales.

Caballero (2014) asegura que en las investigaciones cuantitativas hay una

predominancia de la cantidad y el manejo estadístico matemático, en donde los informantes tienen un valor igual.

ALCANCE

El alcance de esta investigación es la correlación, ya que con esto se va a poder determinar cómo los estilos de apego influyen en la calidad de la relación de una pareja. Hernández, Fernández y Baptista (2004) afirma que el propósito de una investigación correlacional es evaluar la relación que exista entre dos o más variables. Los estudios cuantitativos correlacionales llegan a medir el grado de relación que tienen, midiendo también su relación analizando su correlación.

Galarza (2020) asegura que este alcance se da porque surge la necesidad de plantear una hipótesis con una relación entre 2 o más variables.

DISEÑO

La presente investigación tiene un diseño no experimental, de corte transversal, ya que se recogen datos de las dos variables en un periodo de tiempo específico y las variables no serán manipuladas. Ignacio (2019) afirma que la investigación de estudios transversales, son las que recolecta datos en un solo momento y tiempo determinado, describen variables, analizan su incidencia e interrelación en el momento asignado.

Pérez y Aramburo (2010) afirman que el diseño de investigación de tipo no experimental es el que no manipula las variables de manera intencional, solo se observa el fenómeno como tal, en su naturalidad y luego se analiza.

MUESTREO

EL muestreo de esta investigación es no probabilístico de tipo intencional, en el que la muestra utilizada para la investigación son adultos jóvenes. Velázquez (2017) asegura que una muestra es el conjunto de unidades que se toman a partir de una población, estas tienen que ser representativas con características que logren reflejar las de la población. Por otro lado, la población se define como unidades, elementos, áreas y períodos de tiempo. Al elegir una muestra se debe definir la región de interés y se debe especificar las unidades de muestreo, calles u hogares, etc. También se debe elegir el tamaño y la forma de los sitios muestreados.

Hernández y Carpio (2019) aseguran que en los métodos no probabilísticos, se seleccionan cuidadosamente a los sujetos de la población, utilizando criterios específicos, buscando hasta donde sea posible la representatividad. Aun así, no se utilizan para la inferencia de resultados sobre la población.

El tipo de muestreo utilizado para esta investigación será una población de jóvenes adultos universitarios, que mantengan una relación de pareja, con edades entre los 20 a los 28 años, de la ciudad de Quito, la evaluación se realizará a la persona y a su pareja.

Criterios de inclusión

- Tener pareja
- Tener una edad comprendida entre los 20 a 28 años
- Vivir en Quito
- Dar el consentimiento para realizar la investigación

Criterios de exclusión

- No tener pareja
- No tener el rango de edad requerido
- Residir en otra ciudad diferente a Quito
- No dar el consentimiento para realizar la investigación

PRINCIPIOS ÉTICOS

Hoyos (2000) asegura que los principios éticos generales en las investigaciones en seres humanos y animales tienen conflictos debido a dilemas éticos, puede ser por una deficiente comprensión de lo que significa la coherencia entre ciencia y conciencia, es necesario tener criterios establecidos sobre unos principios éticos fundamentales que guían a la preparación concienzuda de protocolos de investigación científica y la ejecución coherente con ellos. Sirven como referencia para la búsqueda de soluciones racionales para problemas específicos de carácter ético. Principio de respeto a las personas, que abarca la totalidad de la persona con las situaciones sociales, culturales, económicas, etc. El respeto supone atención y valoración de la escala de valores propios de los demás. Aquí se dan dos deberes éticos importantes que son la no-maleficencia donde toda persona tiene la obligación moral de respetar la vida y la integridad física de las personas, aunque éstas autoricen lo contrario. No se está en la obligación moral de hacer el bien a otro en contra de su voluntad, pero se está en la obligación a no hacerle mal, por eso puede ser exigida a todos.

Hay dos categorías importantes dentro del principio del respeto a la persona que son el saber lo pertinente a la información y el

consentimiento. Donde la primera se enfoca a la comunicación adecuada de la información y la segunda en el consentimiento voluntario y a la capacidad de libre elección y sin objeción alguna por parte el sujeto para participar en el estudio.

En lo referente al principio de beneficencia, Hoyos (2000) habla del deber ético de buscar el bien para las personas que participan en una investigación procurando que se logren los mayores beneficios con el mínimo de riesgos de los cuales deriven posibles daños. En otras palabras, se refiere a que los riesgos sean razonables frente a los beneficios previstos, con validez científica e investigadores competentes en el estudio. El riesgo-beneficio habla de la probabilidad de que el sujeto sufra algún daño por culpa o consecuencia del estudio realizado, donde el grupo de investigadores son responsables de identificar el tipo de riesgos a que están expuestos los sujetos y, si los riesgos son demasiado grandes se debe evitar realizar la investigación

Así también en cuanto a la no maleficencia, Hoyos (2000) habla del deber ético de la no maleficencia el cual se basa en no-causar daño mediante o durante la investigación, lo que nos trata de explicar aquí es que se refiere a no hacerle daño a un animal, persona ni al ecosistema durante la investigación; es importante ante el precepto de justicia, que engloba a todos los seres vivos por igual, aun con independencia de la voluntad de los implicados, por esto tanto hombres y animales deben ser tratados desde lo moral y lo legal: seres vivos, sensibles, que tienen necesidades y sienten dolor.

En la presente investigación se tomó en consideración lo siguiente, en relación con la ética:

- Consentimiento informado
- Principios de beneficencia y no maleficencia

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

Los instrumentos que se van a utilizar para esta investigación son: cuestionario de Evaluación de Apego Adulto y Escala de Ajuste Diádico “DAS”

Cuestionario de Evaluación del Apego Adulto

Es un instrumento diseñado para evaluar el apego en los adultos, se utiliza de manera regular con una población de cuidadores formales e informales de edades aproximadas entre los 20 a 60 años de edad.

Consta de 40 ítems, distribuidos en la escala Likert, cada uno refiriéndose a un Estilo de Apego. Los ítems son mostrados de la siguiente forma:

1. Completamente en desacuerdo.
2. Bastante en desacuerdo
3. Algo en desacuerdo.
4. Algo de acuerdo.
5. Bastante de acuerdo.
6. Completamente de acuerdo.

Presenta una consistencia interna, medida con alfa de Cronbach, entre .68 y .86 para sus cuatro escalas.

Escala de Ajuste Diádico DAS

La Escala de Ajuste Diádico (DAS) nos sirve para poder evaluar la calidad que tiene la relación de pareja por medio de cuatro subescalas que son: Consenso (evalúa el grado de acuerdo entre la pareja en temas como la economía, la religión, etc.), satisfacción (mide la cantidad de tensión existente en la pareja o el querer abandonarla relación), expresión Afectiva (evalúa la satisfacción con las muestras de afecto, la intimidad y la sexualidad), y cohesión (intereses compartidos).

Sirve como instrumento de evaluación de parejas que estén en un proceso terapéutico como iniciando la terapia. Porque en los ítems no se menciona el estado legal de la pareja y ésta puede usarse con cualquier tipo de pareja.

Para su aplicación el ámbito más ideal son parejas adultas que vivan juntas, su duración es de aproximada entre 5 y 10 minutos. Su aplicación puede ser tanto individual, como en pareja o grupal. El Ajuste Diádico “DAS” es un cuestionario formado por 32 ítems que tiene una agrupación de cuatro subescalas y estas miden la percepción que tiene la pareja sobre su relación. Tienen una escala de respuesta de tipo Likert, con un rango que varía según la pregunta. El instrumento ofrece una puntuación total de ajuste diádico además de puntuaciones en cada una de las subescalas. El formato es de una escala de Likert teniendo una puntuación de 0 a 4 o 5 con la excepción de dos ítems con puntuación de 0 o 1 y un ítem de 0 a 6

Se ha obtenido los valores del Alpha de Cronbach que son un total de 0,96.

Los datos indican que en su escala total tienen la suficiente y moderadamente alta fiabilidad para justificar su uso (consenso: 0,90, satisfacción: 0,94, cohesión: 0,86, expresión de afecto: 0,96)

RESULTADOS

Una vez aplicados los dos instrumentos Ajuste Diádico “DAS” y Cuestionario de apego adulto a 80 participantes principalmente adultos de entre 18 a 50 años en el centro norte de la ciudad de Quito, en lo cual a continuación se presentan los siguientes resultados.

Resultados Sociodemográficos

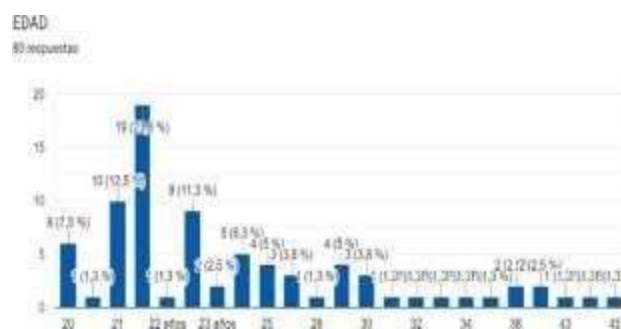


Gráfico Nro. 1. Edad

Fuente: Investigación

Elaborado por: Marcos Moreta

En el presente estudio se visualiza que el rango de edad de los 80 participantes comprendidos entre 18 a 50 años de edad el 8,8% tiene 20 años de edad, el 12,5% tiene 21 años, el 25,1% tiene 22 años, el 13,8% tiene 23 años, el 6,3% tiene 24 años, el 5% tiene 25 años, el 3,8% tiene 27 años, el 1,3% tiene 28 años, el 5% tiene 29 años, el 3,8% tiene 30, el 1,3% tiene 31 años, el 1,3% tiene 32, el 1,3% tiene 33, el 1,3% tiene 34, el 1,3% tiene 37 años, el 2,5% tiene 38 años, el 2,5% tiene 41 años, el 1,3% tiene 43, el 1,3%

Estilos de apego y calidad de la relación de pareja en adultos de la Ciudad de Quito

tiene 44 y el 1,3% tiene 45. Los cuales ayudaron en el proceso de investigación.

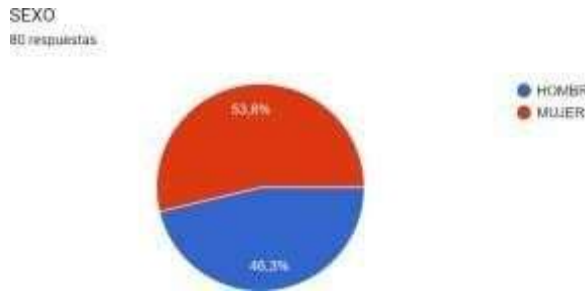


Gráfico Nro. 2. Sexo Fuente:
Investigación

Elaborado por: Marcos Moreta
En el presente estudio de los 80 participantes podemos observar que predomina más las mujeres con un 53,8% y los hombres con un 46,3%

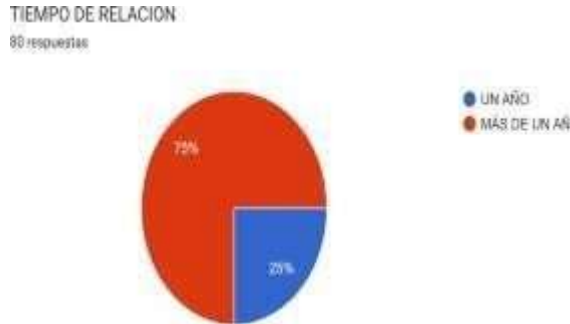


Gráfico Nro. 3. Tiempo de relación
Fuente: Investigación
Elaborado por: Marcos Moreta

En el presente estudio observamos que el 75% de los participantes tiene más de un año de relación y el 25% solo un año.

De igual manera, se utilizó el Programa SPSS V. para al análisis estadístico de los datos y los resultados se reflejan a continuación:

Correlaciones Sociodemográficas

	calidad	preocupado	temeroso	seguro	evitado	edad	sexo	
calidad	1,000	-.058	.107	.062	.119	-.300	.340	
		Sig. (bilateral)					.074	
		N	80	80	80	80	80	
preocupado		1,000	.402*	.029	.288	-.208	.382	
			Sig. (bilateral)				.000	
			N	80	80	80	80	
temeroso			1,000	-.064	.541*	-.127	.137	
				Sig. (bilateral)			.206	
				N	80	80	80	
seguro				1,000	-.184	.162	.011	
					Sig. (bilateral)		.324	
					N	80	80	
evitado					1,000	-.128	.172	
						Sig. (bilateral)	.125	
						N	80	
edad						1,000	.278	
							Sig. (bilateral)	
							N	
sexo							1,000	
								Sig. (bilateral)
								N

* La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).
* La correlación es significativa en el nivel 0,05 (2 colas).

Tabla Nro. 1. Correlación entre estilos de apego y calidad de pareja, datos sociodemográficos

Fuente: Investigación
Elaborado por: Marcos Moreta

En el presente estudio observamos que existe una correlación, pero que no es significativa, según el análisis en el Programa SPSS. También en la parte sociodemográfica podemos observar que la edad y el sexo tiene relación con el estilo de apego preocupado.

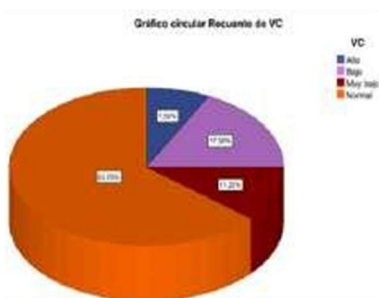


Gráfico Nro. 4. Gráfico de la calidad de pareja

Fuente: Investigación

Elaborado por: Marcos Moreta

En el presente estudio observamos que la mayoría de los encuestados que son el 63,75% tienen una calidad de relación normal, el 17,50% su calidad es baja, el 11,25% su calidad de relación es muy baja y el 7,50% tiene una calidad alta.

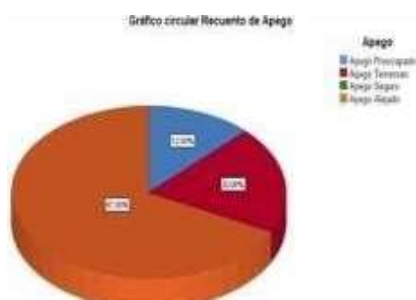


Gráfico Nro. 5. Gráfico de los estilos de apego

Fuente: Investigación

Elaborado por: Marcos Moreta

En el presente estudio observamos que el 67,50% tiene un apego alejado, el 20% tiene un apego temeroso y el 12,5% un apego preocupado.

DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

El objetivo de la presente investigación es relacionar los estilos de apego y la calidad de pareja en adultos de entre 18 a 50 años. Sobre este aspecto se puede observar en la tabla 75, que existe una correlación que se evidencia en la revisión teórica; sin embargo, no es una correlación significativa según el análisis en el Programa SPSS.

Según el estudio realizado por Guzmán y Contreras (2021) consideran que existen diferencias estadísticamente significativas en la satisfacción marital en función del propio estilo de apego, pero no en función del estilo de apego de la pareja, sino entre las personas con estilo de apego seguro, inseguro, temeroso y preocupado, evidenciando una mayor satisfacción con la relación los que poseen apego seguro. En los estilos inseguros, las personas con apego preocupado muestran una mayor satisfacción con la relación que los que presentan un apego desentendido, siendo estas las que presentan los niveles más bajos. También muestran el efecto del estilo de apego propio, sobre como la satisfacción marital variaría y esto termina dependiendo del estilo de apego de la pareja y de los que poseen un estilo de apego seguro, con niveles de satisfacción relativamente estables, volviéndose elevados con la independencia del estilo de apego de la pareja. Pero en el estilo de apego inseguro, el efecto sobre la satisfacción termina aumentando o minimizado, todo esto depende del estilo de apego que tenga la pareja. Mostrando a una pareja con estilo de apego desentendido y su pareja con estilo temeroso tienen un efecto más negativo sobre la satisfacción, magnificándose este, al igual que la combinación de una persona con apego temeroso con una pareja con estilo desentendido, lo que difiere de los resultados de la presente investigación, que muestran una correlación no significativa.

Según el estudio realizado por Valle y Moral (2017) considera que la relación entre los estilos de apego adulto y los niveles de dependencia emocional se ha comprobado que existe una relación estadísticamente

significativa, por eso las mayores diferencias están entre los estilos seguro y temeroso-huidizo. Los jóvenes con un estilo de apego seguro no suelen presentar dependencia emocional y los que tienen estilo temeroso-huidizo. Según el estudio realizado por Guzmán y Trabuco (2014) considera que las personas que tienen un estilo de apego seguro suelen expresarse con mayor facilidad y ver el punto de vista de su pareja, al contrario de las personas con estilos de apego inseguros. En los patrones preocupados muestran mayor facilidad para experimentar sentimientos de comprensión y empatía con su pareja y es importante señalar que la inseguridad del apego se asocia con niveles altos de evitación de la intimidad. Por otro lado, en los estilos temerosos y desentendidos se les dificulta el visualizar y responder a las necesidades afectivas de su pareja, lo que difiere a los resultados de la presente investigación que presenta una correlación no significativa.

Según el estudio realizado por Barón, Zapiaín y Apodaca (2002) considera que, en la seguridad del apego, de las parejas tanto hombres y mujeres, tienen un alto porcentaje de predicción respecto a la armonía en la relación de pareja y que en los hombres es mayor. En cambio, en el perfil evitativo de la inseguridad del apego se puede evidenciar la relación con el desajuste en la relación diádica de la pareja.

También menciona que, en la expresión emocional, sus datos muestran que los hombres con estilo de apego seguro expresan con mayor facilidad sus emociones en la relación de pareja, en cambio los que tienen apego ansioso ambivalentes les ocurre lo contrario. En las mujeres, la

huidizo presentan mayores niveles, lo que difiere de los resultados de la presente investigación que muestran que no hay correlación significativa.

expresión emocional no se relaciona con el estilo de apego por lo tanto se evidencia que esto difiere de los resultados de la presente investigación que muestra una correlación no significativa.

Hollist y Miller (2005) encontraron que las personas con estilos de apego seguros no influyen en la calidad marital, pero los estilos de apego inseguro afectan de manera negativa en la satisfacción y calidad marital. En otras palabras, la inseguridad del apego afecta y predice la satisfacción que tendrá la seguridad del apego.

Moller, Hwang y Wickberg (2006) encontraron según su investigación que no hay asociación entre el apego seguro y la satisfacción marital, pero sí entre el apego inseguro y la insatisfacción marital.

En conclusión, se ha demostrado con la presente investigación que existe una correlación que se evidencia en la revisión teórica sobre los estilos de apego y la calidad de relación de las parejas; sin embargo, no es una correlación significativa según el análisis en el Programa SPSS, tal como se evidencia en la Tabla 4.

Se evidenció en los datos sociodemográficos que factores como la edad y el sexo principalmente tiene relación con el estilo de apego preocupado.

En la calidad de la pareja la mayoría demostró tener una calidad de relación en el rango normal con 63,75%. El 17,50% refleja una calidad baja, donde aún mantienen

ciertos intereses en común, pero en otros aspectos decaen. El 11,25% refleja que su calidad de relación es muy baja, mostrándose con diferencias demasiado grandes en cuanto a la percepción de su relación y, el 7,50% tiene una calidad alta, lo cual demuestra que los están en este grupo, están llegando a la idealización de la relación y de su pareja.

Con relación al estilo de apego que más prevale en los participantes, lo que se evidencia según la tabla 77, es que la mayoría de participantes tienen un estilo de apego alejado, el cual nos indica que suelen tener dificultades con la intimidad y el lado emocional en pareja, por lo que terminan distanciándose. Por otro lado el 20% tiene un apego temeroso, ellos buscan relaciones cercanas pero les genera incomodidad el

intimar y terminan alejándose. El 12,5% refleja un apego preocupado, aquí se denota la inseguridad y el temor al rechazo o a perder a la pareja, necesitan una constante validación. Por último, el apego seguro, ninguno de los participantes obtuvo un puntaje dominante en la escala del apego seguro, revelando así que todos tenían un bajo o nulo apego seguro.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

- Martínez-Álvarez, J. L., Fuertes-Martín, A., Orgaz-Baz, B., Vicario-Molina, I., & González-Ortega, E. (2014). Vínculos afectivos en la infancia y calidad en las relaciones de pareja de jóvenes adultos: el efecto mediador del apego actual. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 30(1), 211-220. Vínculos afectivos en la infancia y calidad en las relaciones de pareja de jóvenes adultos: el efecto mediador del apego actual. | *Anales de Psicología / Annals of Psychology* (um.es).
- Calle Altamirano, M. Z. (2020). *Tipos de apego y su relación con la infidelidad en adultos jóvenes* (Bachelor's thesis, Universidad Técnica de Ambato/Facultad de Ciencias de la Salud/Carrera de Psicología Clínica). https://scholar.google.es/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=Altamirano+y+Zulay+%282020%29+.Tipos+de+apego+y+su+relaci%C3%B3n+con+la+infidelidad+en+adultos+j%C3%B3venes&btnG=.
- Auslander, B. A., Short, M. B., Succop, P. A., & Rosenthal, S. L. (2009). Associations between parenting behaviors and adolescent romantic relationships. *Journal of Adolescent Health*, 45(1), 98-101.
- Butzer, B., & Campbell, L. (2008). Adult attachment, sexual satisfaction, and relationship satisfaction: A study of married couples. *Personal relationships*, 15(1), 141-154.
- Banse, R. (2004). Adult attachment and marital satisfaction: Evidence for dyadic configuration effects. *Journal of Social and personal Relationships*, 21(2), 273-282.

Estilos de apego y calidad de la relación de pareja en adultos de la Ciudad de Quito

- Belda Martínez, C. (2020). *Influencia entre los tipos de apego y las relaciones de pareja. Revisión sistemática* (Bachelor's thesis).
- Cevallos, Guzman y Garcia. (2021). Estilos de apego adulto en consumidores de alcohol <https://uctunexpo.autanabooks.com>
- Collins, W. A. (2003). More than myth: The developmental significance of romantic relationships during adolescence. *Journal of research on adolescence*, 13(1), 1-24.
- Crawley, J., & Grant, J. (2012). *Terapia de pareja: El Yo en la relación*. Ediciones Morata.
- Caballero, A. (2014). *Metodología integral innovadora para planes y tesis*. México, D.F.: Cengage Learning.
- Davies, P. T., Sturge-Apple, M. L., Woitach, M. J., & Cummings, E. M. (2009). A process analysis of the transmission of distress from interparental conflict to parenting: adult relationship security as an explanatory mechanism. *Developmental psychology*, 45(6), 1761.
- Feeney, J. A. (2002). Attachment, marital interaction, and relationship satisfaction: A diary study. *Personal Relationships*, 9(1), 39-55.
- Guzmán, M., & Contreras, P. (2012). Estilos de apego en relaciones de pareja y su asociación con la satisfacción marital. *Psykhé (Santiago)*, 21(1), 69-82.
- Guerrero (2014). *Metodología de la investigación*. México, D.F.: Grupo Editorial Patria <http://repositorio.utmachala.edu.ec/bitstream/48000/14232/1/Cap.4-Investigaci%C3%B3n%20cuantitativa%20y%20cualitativa.pdf>
- Galarza (2020). Los Alcances de una Investigación. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7746475>
- Guzmán, M., & Ch, C. T. (2014). Estilos de apego y empatía diádica en relaciones de pareja en adultos emergentes. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 23(3), 61-69.
- HAZAN, C. (1987). Conceptualizing romantic love as an attachment process. *Journal of personality and social psychology*, 52, 511-524.
- Hollist, C. S., & Miller, R. B. (2005). Perceptions of attachment style and marital quality in midlife marriage. *Family Relations*, 54(1), 46-57.
- Baptista, P., Fernández, C., & Hernández, R. (2004). *Metodología de la investigación México*: Editorial McGraw-Hill.
- Carpio, N., & Hernández, C. (2019). Introducción a los tipos de muestreo. *Revista Alerta*, 2(1), 75-79.
- Hoyos, J. G. O. (2000). Principios éticos de la investigación en seres humanos y en animales. *Medicina (B Aires) [Internet]*, 60(2), 255-8.
- Ignacio(2019).Metodo de investigación. <https://www.aacademica.org/edson.jorge.huair.inacio/35.pdf>
- Jordan, Grogan, Muruthi y Bermúdez. (2017). Polyamory: Experiences of power from without, from within, and un between. *Journal of couple y relatinship therapy*. <https://doi.org/10.1080/15332691.2016.1141135>
- Lyons-Ruth, K., Connell, D. B., Grunebaum, H. U., & Botein, S. (1990). Infants at social risk: Maternal depression and family support services as mediators of infant development and security of attachment. *Child development*, 61(1), 85-98.

Estilos de apego y calidad de la relación de pareja en adultos de la Ciudad de Quito

- Matos, P. (2017). Estilos de apego en la relación de pareja y niveles del bienestar psicológico en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima.
- Mikulincer, M., Shaver, P. R., & Slav, K. (2006). Attachment, mental representations of others, and gratitude and forgiveness in romantic relationships. *Dynamics of romantic love: Attachment, caregiving, and sex*, 190-215.
- Martínez-Álvarez, J. L., Fuertes-Martín, A., Orgaz-Baz, B., Vicario-Molina, I., & González-Ortega, E. (2014). Vínculos afectivos en la infancia y calidad en las relaciones de pareja de jóvenes adultos: el efecto mediador del apego actual. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 30(1), 211-220. <http://doi.org/10.6018/analesps.30.1.135051>.
- Möller, K., Philip Hwang, C., & Wickberg, B. (2006). Romantic attachment, parenthood and marital satisfaction. *Journal of reproductive and infant Psychology*, 24(3), 233-240.
- Overall, N. C., Girme, Y. U., Lemay Jr, E. P., & Hammond, M. D. (2014). Attachment anxiety and reactions to relationship threat: the benefits and costs of inducing guilt in romantic partners. *Journal of personality and social psychology*, 106(2), 235.
- Olivares, y González, M. (2014). Metodología de la Investigación. México, D.F.: Grupo Editorial Patria.<http://repositorio.utmachala.edu.ec/bitstream/48000/14232/1/Cap.4-Investigaci%C3%B3n%20cuantitativa%20y%20cualitativa.pdf>.
- Otiz Barón, M. J., Gómez Zapiain, J., & Apodaka Urkijo, P. (2002). Apego y satisfacción afectivo-sexual en la pareja. *Psicothema*.
- Pietromonaco, P. R., Greenwood, D., & Barrett, L. F. (2004). Conflict in adult close relationships: An attachment perspective. *Adult attachment: Theory, research, and clinical implications*, 267-299.
- Patton, M. Q. (1990). *Qualitative evaluation and research methods*. SAGE Publications, inc.
- Argote Perez, D., Minguela Fernandez, K., Acosta Arámburo, P., & Sandoval Perez, J. (2010). Diseño no Experimental. <https://es.slideshare.net/merlina10/diseo-no-experimental-transversal-252>
- Rodríguez y Trigueros (2012). La teoría del apego en las diferentes etapas de la vida. <https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/865/BecerrilRodriguezE.pdf>
- Rivera, D. (2006). Influencia de los estilos de apego y habilidades pro relacionales en la satisfacción y bienestar emocional en relaciones de pareja [tesis de doctorado]. *Santiago de Chile: Escuela de Psicología, Facultad de Ciencias Sociales, Pontificia Universidad Católica de Chile*.
- Rios (2004) Paradigmas y perspectivas teórico-metodológicas en el estudio de la administración. <https://www.uv.mx/iiesca/files/2013/01/paradigmas2004-2.pdf>
- Ricoy Lorenzo, C. (2006). Contribución sobre los paradigmas de investigación Educação. Revista do Centro de Educação, vol. 31, núm. 1, 2006, pp. 11-22 Universidade Federal de Santa Maria Santa Maria, RS, Brasil. *Educação*, 31(1), 11-22.
- Sánchez. (2003). Apego y relaciones amorosas. *Inf Psicológica*.2003;82:36-48. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80130808>.
- Simpson, J. A. (1990). Influence of attachment styles on romantic relationships. *Journal of personality and social psychology*, 59(5), 971.

Estilos de apego y calidad de la relación de pareja en adultos de la Ciudad de Quito

- Torres, A. (2004). *Vida conjugal e trabalho: uma perspectiva sociológica* (No. Primeira edição). Celta Editora.
- Velázquez, A. P. (2017). Tipo de muestreo. Diplomado en Análisis de información Geoespacial. Conacyt, 14.
- Valle, L., & Moral Jiménez, M. D. L. V. (2018). Dependencia emocional y estilo de apego adulto en las relaciones de noviazgo en jóvenes españoles. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 9.
- Zeki, S. (2007). The neurobiology of love. *FEBS letters*, 581(14), 2575-2579.

ANEXOS.

Estilos de apego y calidad de la relación de pareja en adultos de la Ciudad de Quito

Anexo 1

Escala de Ajuste Diádico (DAS)

A continuación, marca con una X el espacio que mejor refleje tu relación de pareja:

La mayoría de las personas tienen grados de desacuerdos en sus relaciones. Por favor, indica el grado aproximado de acuerdo o desacuerdo entre tú y tu pareja:

- 5 = Siempre estamos de acuerdo
- 4 = Casi siempre estamos de acuerdo
- 3 = A veces estamos en desacuerdo
- 2 = A menudo estamos en desacuerdo
- 1 = Casi siempre estamos en desacuerdo
- 0 = Siempre estamos en desacuerdo

		5	4	3	2	1	0
1	Manejo de las finanzas familiares						
2	Tiempo de entretenimiento						
3	Asuntos religiosos						
4	Demostraciones de afecto						
5	Amistades						
6	Relaciones sexuales						
7	Conductas convencionales (conductas correctas o apropiadas)						
8	Filosofía de vida						
9	Relaciones con parientes cercanos						
10	Metas, objetivos y cosas consideradas como importantes						
11	Cantidad de tiempo que pasan juntos						
12	Toma de decisiones importantes						
13	Tareas domésticas						
14	Intereses y actividades de ocio (de tiempo libre)						
15	Decisiones en relación con el futuro (de cada uno)						

A continuación, indica la frecuencia aproximada con la que ocurren las siguientes situaciones:

- 0 = Siempre 1 = Casi siempre 2 = A menudo 3 = Ocasionalmente 4 = Casi nunca 5 = Nunca

		0	1	2	3	4	5
16	¿Con qué frecuencia hablan o consideran la posibilidad de divorciarse, separarse o de poner fin a su relación?						
17	¿Con qué frecuencia después de haber peleado, tú o tu pareja se van de la casa?						
18	¿Con qué frecuencia piensas que las cosas entre tú y tu pareja van bien?						
19	¿Confías en tu pareja?						
20	¿Lamentas el haberte casado con tu pareja?						
21	¿Con qué frecuencia discuten?						
22	¿Con qué frecuencia pierden el control durante una pelea?						

Por favor, indica si:

4 = Todos los días 3 = Casi todos los días 2 = Ocasionalmente 1 = Rara vez 0 = Nunca

		4	3	2	1	0
23	¿Besas a tu pareja?					

Por favor, indica:

0 = En ninguna 1 = En muy pocas 2 = En algunas 3 = En la mayoría 4 = En todas

		0	1	2	3	4
24	¿En qué ocasiones participas con tu pareja en actividades externas a la familia?					

A continuación, indica la frecuencia con la que ocurren los siguientes eventos (entre tú y tu pareja):

**5 = Con mayor frecuencia
4 = Una vez al día
3 = Una o dos veces a la semana
2 = Una o dos veces al mes
1 = Menos de una vez al mes
0 = Nunca**

		5	4	3	2	1	0
25	¿Tienen un intercambio de ideas estimulante?						
26	¿Se ríen juntos?						
27	¿Discuten las cosas con calma?						
28	¿Trabajan juntos en algún proyecto?						

Por favor indica, si alguno de los aspectos que se señalan a continuación, te han ocasionado problemas con tu pareja durante las últimas semanas. Encierra en un círculo la alternativa que corresponda:

29. Estar demasiado cansado para tener relaciones sexuales

- 1) **Si**
- 2) **No**

30. Ausencia de muestras de cariño

- 1) **Si**
- 2) **No**

31. Las alternativas que aparecen en la flecha, representan diversos grados de felicidad en una relación de pareja. La alternativa central ("feliz") representa el grado de felicidad de la mayoría de

las relaciones. A continuación, marca con una **X**, la alternativa que mejor describa el grado de felicidad de tu relación (tras hacer un balance global de la misma):

A horizontal arrow-shaped scale with seven boxes containing levels of happiness from 0 to 6. The boxes are arranged from left to right, with the arrow pointing to the right. The boxes contain the following text:

0 = Muy desgraciada	1 = Bastante desgraciada	2 = Algo desgraciada	3 = Feliz	4 = Bastante feliz	5 = Muy feliz	6 = Radiante
---------------------	--------------------------	----------------------	-----------	--------------------	---------------	--------------

32. A continuación, encierra en un círculo la frase que mejor describa tus sentimientos acerca del futuro de tu relación de pareja:

- 5) Quiero a toda costa que mi relación tenga éxito y haré cualquier cosa para conseguirlo.
- 4) Tengo mucho interés en que mi relación tenga éxito y haré todo lo que pueda para conseguirlo.
- 3) Tengo mucho interés en que mi relación tenga éxito y pondré de mi parte lo necesario para conseguirlo.
- 2) Sería muy agradable que mi relación tenga éxito, pero no puedo hacer mucho más de lo que estoy haciendo para conseguirlo.
- 1) Sería muy agradable que mi relación tenga éxito, pero me niego a hacer más de lo que estoy haciendo para conseguirlo.
- 0) Mi relación nunca va a tener éxito. No hay nada más que pueda hacer para preservarla.

Anexo 3

Anexo 4

CUESTIONARIO DE APEGO ADULTO					
(Melero, R. y Cantero, M.J., 2005)					
A continuación encontrarás una serie de afirmaciones, rodea el número que corresponda al grado en que cada una de ellas describe tus sentimientos o tu forma de comportarte en tus relaciones.					
1	2	3	4	5	6
Completamente en desacuerdo	Bastante en desacuerdo	Algo en desacuerdo	Algo de acuerdo	Bastante de acuerdo	Completamente de acuerdo
1. Tengo facilidad para expresar mis sentimientos y emociones					1 2 3 4 5 6
2. No admito discusiones si creo que tengo razón					1 2 3 4 5 6
3. Con frecuencia, a pesar de estar con gente importante para mí me siento sólo/a y falto de cariño.....					1 2 3 4 5 6
4. Soy partidario/a del "ojo por ojo y diente por diente"					1 2 3 4 5 6
5. Necesito compartir mis sentimientos					1 2 3 4 5 6
6. Nunca llego a comprometerme seriamente en mis relaciones					1 2 3 4 5 6
7. Si alguien de mi familia o un amigo/a me lleva la contraria, me enfado con facilidad.....					1 2 3 4 5 6
8. No suelo estar a la altura de los demás					1 2 3 4 5 6
9. Creo que los demás no me agradecen lo suficiente todo lo que hago por ellos					1 2 3 4 5 6
10. Me gusta tener pareja, pero temo ser rechazado/a por ella					1 2 3 4 5 6
11. Tengo problemas para hacer preguntas personales					1 2 3 4 5 6
12. Cuando tengo un problema con otra persona, no puedo dejar de pensar en ello ..					1 2 3 4 5 6
13. Soy muy posesivo/a en todas mis relaciones					1 2 3 4 5 6
14. Tengo sentimientos de inferioridad					1 2 3 4 5 6
15. Valoro mi independencia por encima de todo					1 2 3 4 5 6
16. Me siento cómodo/a en las fiestas o reuniones sociales.....					1 2 3 4 5 6
17. Me gusta que los demás me vean como una persona indispensable					1 2 3 4 5 6
18. Soy muy sensible a las críticas de los demás.....					1 2 3 4 5 6
19. Cuando alguien se muestra dependiente de mí, necesito distanciarme					1 2 3 4 5 6
20. Cuando existe una diferencia de opiniones, insisto mucho para que se acepte mi punto de vista.....					1 2 3 4 5 6

Anexo 5

21. Tengo confianza en mi mismo	1 2 3 4 5 6
22. No mantendría relaciones de pareja estables para no perder mi autonomía	1 2 3 4 5 6
23. Me resulta difícil tomar una decisión a menos que sepa lo que piensan los demás	1 2 3 4 5 6
24. Soy rencoroso	1 2 3 4 5 6
25. Prefiero relaciones estables a parejas esporádicas	1 2 3 4 5 6
26. Me preocupa mucho lo que la gente piensa de mí.....	1 2 3 4 5 6
27. Cuando tengo un problema con otra persona, intento hablar con ella para resolverlo	1 2 3 4 5 6
28. Me gusta tener pareja, pero al mismo tiempo me agobia	1 2 3 4 5 6
29. Cuando me enfado con otra persona, intento conseguir que sea ella la que venga a disculparse	1 2 3 4 5 6
30. Me gustaría cambiar muchas cosas de mi mismo.....	1 2 3 4 5 6
31. Si tuviera pareja y me comentara que alguien del sexo contrario le parece atractivo, me molestaría mucho.....	1 2 3 4 5 6
32. Cuando tengo un problema, se lo cuento a una persona con la que tengo confianza.....	1 2 3 4 5 6
33. Cuando abrazo o beso a alguien que me importa, estoy tenso/a y parte de mí se siente incómodo/a	1 2 3 4 5 6
34. Siento que necesito más cuidados que la mayoría de las personas.....	1 2 3 4 5 6
35. Soy una persona que prefiere la soledad a las relaciones sociales.....	1 2 3 4 5 6
36. Las amenazas son una forma eficaz de solucionar ciertos problemas	1 2 3 4 5 6
37. Me cuesta romper una relación por temor a no saber afrontarlo	1 2 3 4 5 6
38. Los demás opinan que soy una persona abierta y fácil de conocer	1 2 3 4 5 6
39. Necesito comprobar que realmente soy importante para la gente	1 2 3 4 5 6
40. Noto que la gente suele confiar en mí y que valoran mis opiniones.....	1 2 3 4 5 6