



**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA
INDOAMÉRICA**

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD Y BIENESTAR HUMANO

CARRERA DE PSICOLOGÍA

TEMA:

**ESTILOS DE APEGO Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES
UNIVERSITARIOS DEL NORTE DE LA CIUDAD DE QUITO**

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

Autor(a)

Solange Mayne Arreaga Cadena

Najely Lizbeth Zhingre Ramirez

Tutor(a)

Psic. Jirón Jiménez Jonathan Francisco, MSc

QUITO – ECUADOR

2023

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

Nosotras, Solange Mayne Arreaga Cadena y Najely Lizbeth Zhingre Ramirez, declaramos ser autoras del Trabajo de Titulación con el nombre “Estilos de apego y autoestima en estudiantes universitarios del norte de la ciudad de Quito”, como requisito para optar al grado de Licenciadas en Psicología y autorizamos al Sistema de Bibliotecas de la Universidad Tecnológica 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 Tecnológica Indoamérica no se hace responsable por el plagio o copia del contenido parcial o total de este trabajo.

Del mismo modo, aceptamos que los Derechos de Autor, Morales y Patrimoniales, sobre esta obra, serán compartidos entre mi persona y la Universidad Tecnológica Indoamérica, y que no tramitaremos la publicación de esta obra en ningún otro medio, sin autorización expresa de la misma. En caso de que exista el potencial de generación de beneficios económicos o patentes, producto de este trabajo, aceptamos 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 21 días del mes de diciembre de 2023, firmamos conforme:

Autor: Solange Mayne Arreaga Cadena

Firma: 

Número de Cédula: 1752614998

Dirección: Pichincha, Quito, Manuel Serrano y Juan de Dios Haro, La Florida

Correo Electrónico:
soledad2001arreaga@gmail.com

Teléfono: 0967948906

Autor: Najely Lizbeth Zhingre Ramirez

Firma: 

Número de Cédula: 1725376691

Dirección: Pichincha, Quito, Cotocollao, Cotocollao

Correo Electrónico:
najeliz@hotmail.com

Teléfono: 0987605743

APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Titulación “ESTILOS DE APEGO Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DEL NORTE DE LA CIUDAD DE QUITO” presentado por Solange Mayne Arreaga Cadena y Najely Lizbeth Zhingre Ramirez, para optar por el Título de Licenciada 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, febrero de 2024

.....
Psic. Jonathan Jirón Jiménez, MSc

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 Licenciada en Psicología, son absolutamente originales, auténticos y personales y de exclusiva responsabilidad legal y académica del autor

Quito, febrero de 2024



.....
Solange Mayne Arreaga Cadena
1752614998



.....
Najely Lizbeth Zhingre Ramirez
1725376691

APROBACIÓN TRIBUNAL

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

.....

Edwin Valencia González, MSc
LECTOR (A)

.....

Paulina Pérez Pérez, MSc
LECTOR (A)

DEDICATORIA

A Dios, cuya infinita misericordia me alcanzó, haciendo de mi existencia un milagro y enseñándome a ver con amor a quienes más lo necesitan. A mis amados padres, Magdalena y Nelson, cuyos nombres se entrelazan en mi segundo nombre "Mayne", gracias por ser mi apoyo incondicional, por impulsarme, guiarme y caminar a mi lado en este largo sendero llamado vida, su amor y sacrificio son la luz que ilumina mi camino. A mis queridas hermanas Shirley y Shellma, cuyo ejemplo ha forjado gran parte de mi ser, por ser mi inspiración y compartir conmigo las alegrías y desafíos. A mis abuelos Marta y Lucio, pilares de nuestros valores familiares, su trabajo arduo y sacrificio han dejado huella, siendo un testimonio constante de amor desinteresado, gracias por su legado de fortaleza y dedicación. A mis queridos amigos, quienes me han animado y comprendido a lo largo de este proceso, sus palabras de aliento han sido un bálsamo en los momentos difíciles. A Ponchito, mi fiel compañero perruno, cuyo amor y consuelo han sido invaluable en los momentos de aflicción, gracias por brindarme alegría y compañía en esta travesía. Este logro no solo es resultado de mi esfuerzo, paciencia y dedicación, sino también de las experiencias y aprendizajes compartidos por cada persona que ha cruzado mi camino. A todos ustedes, familiares, amigos y seres queridos, mi eterna gratitud. Este logro es también el suyo.

DEDICATORIA

A mis padres por su amor, apoyo incondicional y el esfuerzo que realizaron durante este camino, pero sobre todo a mi leal compañera de vida, mi amada madre Ruth que desde siempre con sus diferentes virtudes has sido la fuente de mi inspiración en los distintos logros de mi vida, quien con sus abrazos me ha brindado calma en los momentos difíciles, gracias por acompañarme con tu calidez, guiarme y aconsejarme en este proceso, este logro es mío y tuyo mamita, te amo. A mis hermanas Dayana y Alejandra quienes han sido mis pilares inquebrantables, compañeras incondicionales en cada etapa de mi vida, con su amor, su apoyo han sido mi refugio constante, las amo y les agradezco por ser mis cómplices en esta maravillosa travesía llamada vida. A Laika mi compañera fiel que con su compañía fue un bálsamo en los días difíciles, tu amor incondicional ilumina mi vida y en tus ojos encuentro una conexión que va más allá de las palabras. A Lucas mi dulce perrito que, aunque ya no estés físicamente a mi lado, tu presencia y afecto siguen vivos en mi corazón, gracias por tu lealtad, alegría y por ser el significado puro del amor incondicional. A One Direction quienes con sus canciones y melodiosas voces son la inspiración que necesito para superar desafíos, la razón detrás de mis sonrisas y la banda que ha marcado los momentos más significativos de mi vida. Gracias a todos quienes me han acompañado en este proceso universitario a mis amigos y familia, este logro es un reflejo de mi determinación, paciencia y amor por el aprendizaje.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Najely Zhingre, mi compañera de proyecto de investigación, quien demostró un compromiso excepcional y una paciencia infinita, en las etapas más difíciles de este proyecto, cuando los desafíos parecían insuperables, su apoyo constante y aliento fueron fundamentales para mantener mi motivación y enfoque. También, quiero agradecer a nuestro tutor de tesis, Jonathan Jirón, su guía, paciencia inagotable y dedicación fueron fundamentales para el éxito de este trabajo de investigación, gracias por estar siempre al pie del cañón, brindándonos orientación y apoyo constante a lo largo de este proceso. Asimismo, extendemos nuestro reconocimiento y gratitud a todas las personas que generosamente se ofrecieron como voluntarias para participar en este estudio. Sin su colaboración desinteresada, nada de esto habría sido posible. Su participación activa y comprometida ha enriquecido enormemente nuestro trabajo, aportando perspectivas esenciales para el desarrollo de esta investigación.

AGRADECIMIENTO

Agradezco al profesor Jonathan Jirón, por brindarnos su orientación, empeño y apoyo durante este proceso de investigación, gracias a sus sugerencias, consejos y su colaboración incondicional para superar las diferentes inquietudes que se presentaron. A mi compañera de tesis Solange Arreaga quién con su compromiso, su solidaridad y colaboración me acompañó, superando las diferentes dificultades y celebrando cada avance del estudio juntas, y finalmente a los estudiantes de las diferentes universidades de la ciudad de Quito ya que, sin su contribución valiosa y su disposición, esta investigación no hubiese sido posible.

INDICE DE CONTENIDOS

| | |
|---|------|
| PORTADA | I |
| AUTORIZACIÓN PARA EL REPOSITORIO DIGITAL..... | II |
| APROBACIÓN DEL TUTOR..... | III |
| DECLARACION DE AUTENTICIDAD | IV |
| APROBACIÓN TRIBUNAL..... | V |
| DEDICATORIA..... | VI |
| AGRADECIMIENTO | VIII |
| RESUMEN EJECUTIVO..... | XIII |
| ABSTRACT..... | XIV |
| INTRODUCCIÓN..... | 2 |
| MARCO METODOLÓGICO | 8 |
| RESULTADOS..... | 11 |
| DISCUSIÓN..... | 15 |
| CONCLUSIONES | 16 |
| REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS..... | 17 |

ÍNDICE DE TABLAS

| | |
|--|----|
| Tabla No. 1 Tipos de Apego y Autoestima | 13 |
| Tabla No. 2 Tipos de apego..... | 13 |
| Tabla No. 3 Autoestima | 13 |
| Tabla No. 4 Datos sociodemográficos y autoestima | 14 |

ÍNDICE DE GRÁFICOS

| | |
|---|----|
| Gráfico No. 1 Sexo | 11 |
| Gráfico No. 2 Edad..... | 12 |
| Gráfico No. 3 Estado civil..... | 12 |
| Gráfico No. 4 Institución donde estudian..... | 12 |
| Gráfico No. 5 Tiene pareja estable | 12 |
| Gráfico No. 6 Tiene hijos | 13 |

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD Y BIENESTAR HUMANO

CARRERA DE PSICOLOGÍA

TEMA: ESTILOS DE APEGO Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DEL NORTE DE LA CIUDAD DE QUITO

AUTORAS: Solange Mayne Arreaga Cadena

Najely Lizbeth Zhingre Ramirez

TUTOR: Psic. Jonathan Jirón Jiménez, MSc

RESUMEN EJECUTIVO

El apego es el vínculo emocional que se establece con las personas de su entorno, mientras que la autoestima es la valoración que tiene cada individuo hacia él mismo. Esta investigación tuvo como objetivo investigar la relación entre los estilos de apego y los niveles de autoestima en estudiantes universitarios del norte de la ciudad de Quito, para ello se empleó como metodología un paradigma positivista, enfoque cuantitativo, alcance descriptivo correlacional y un diseño no experimental de corte transversal. Se utilizaron como instrumentos la Escala de autoestima de Rosenberg y el Cuestionario de Apego Adulto de Melero y Cantero. Se obtuvo como resultados que el estilo de apego que mayormente se evidenció fue el apego seguro que en mayor medida se presentó con un 42,6% de los participantes, mientras que la mayoría de la muestra presenta autoestima elevada con un 51% de los participantes. Por otro lado, la relación entre estilos de apego y autoestima presenta una significancia del .278**, por lo que se puede concluir que existe una relación directamente proporcional, ya que a mayor autoestima los estilos de apego mejoran dentro de la población adulta de universitarios. Mientras que no se encontró una relación significativa entre la variable autoestima y datos sociodemográficos.

DESCRIPTORES: Autoestima, Estudiantes, Universitarios.

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD Y BIENESTAR HUMANO

CARRERA DE PSICOLOGÍA

THEME: ATTACHMENT STYLES AND SELF-ESTEEM IN UNIVERSITY STUDENTS FROM THE NORTH OF THE CITY OF QUITO

AUTHOR: Solange Mayne Arreaga Cadena

Najely Lizbeth Zhingre Ramirez

TUTOR: Psic. Jonathan Jirón Jiménez, MSc

ABSTRACT

Attachment is the emotional bond that is established with the people around them, while self-esteem is the valuation that each individual has towards him/herself. The objective of this research was to investigate the relationship between attachment styles and self-esteem levels in university students from the north of the city of Quito, using a positivist paradigm, quantitative approach, descriptive correlational scope and a non-experimental cross-sectional design. The Rosenberg Self-Esteem Scale and the Melero and Cantero Adult Attachment Questionnaire were used as instruments. The results showed that the attachment style that was most evident was secure attachment, which was present to a greater extent with 42.6% of the participants, while the majority of the sample presented high self-esteem with 51% of the participants. On the other hand, the relationship between attachment styles and self-esteem presented a significance of .278**, so it can be concluded that there is a directly proportional relationship, since the higher the self-esteem, the better the attachment styles among the adult population of university students. While no significant relationship was found between the variable self-esteem and sociodemographic data.

KEYWORDS: Self-esteem, Students, University students.

(FIRMA Y SELLO DEPARTAMENTO DE IDIOMAS)

ESTILOS DE APEGO Y AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DEL NORTE DE LA CIUDAD DE QUITO

ATTACHMENT STYLES AND SELF-ESTEEM IN UNIVERSITY STUDENTS FROM THE NORTH OF THE CITY OF QUITO

Autor: Solange Arreaga-Cadena
sarreaga2@indoamerica.edu.ec

Autor: Najely Zhingre-Ramirez
nzhingre@indoamerica.edu.ec

Tutor: Jonathan Jirón-Jiménez, MSc
jjiron@indoamerica.edu.ec

Lector: Edwin Valencia-González, MSc
evalencia6@indoamerica.edu.ec

Lector: Paulina Pérez-Pérez, MSc
pperez4@indoamerica.edu.ec

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

Modalidad:
Investigación Cuantitativa.

Quito, Ecuador.
Febrero de 2024.

RESUMEN

El apego es el vínculo emocional que se establece con las personas de su entorno, mientras que la autoestima es la valoración que tiene cada individuo hacia él mismo. Esta investigación tuvo como objetivo investigar la relación entre los estilos de apego y los niveles de autoestima en estudiantes universitarios del norte de la ciudad de Quito, para ello se empleó como metodología un paradigma positivista, enfoque cuantitativo, alcance descriptivo correlacional y un diseño no experimental de corte transversal. Se utilizaron como instrumentos la Escala de autoestima de Rosenberg y el Cuestionario de Apego Adulto de Melero y Cantero. Se obtuvo como resultados que el estilo de apego que mayormente se evidenció fue el apego seguro que en mayor medida se presentó con un 42,6% de los participantes, mientras que la mayoría de la muestra presenta autoestima elevada con un 51% de los participantes. Mientras que la relación entre estilos de apego y autoestima presenta una significancia del .278**, por lo que se puede concluir que a mayor autoestima los estilos de apego mejoran dentro de la población adulta de universitarios.

ABSTRACT

Attachment is the emotional bond that is established with the people around them, while self-esteem is the valuation that each individual has towards him/herself. The objective of this research was to investigate the relationship between attachment styles and self-esteem levels in university students from the north of the city of Quito, using a positivist paradigm, quantitative approach, descriptive correlational scope and a non-experimental cross-sectional design. The Rosenberg Self-Esteem Scale and the Melero and Cantero Adult Attachment Questionnaire were used as instruments. The results showed that the attachment style that was most evident was secure attachment, which was present to a greater extent with 42.6% of the participants, while the majority of the sample presented high self-esteem with 51% of the participants. On the other hand, the relationship between attachment styles and self-esteem presented a significance of .278**, so it can be concluded that there is a directly proportional relationship, since the higher the self-esteem, the better the attachment styles among the adult population of university students. While no significant relationship

was found between the variable self-esteem and sociodemographic data, a significant relationship was found between the variable self-esteem and sociodemographic data.

Palabras Clave: *Autoestima, Estudiantes, Universitarios.*

Keywords: *Self-esteem, Students, University students.*

Introducción.

Origen del apego

Bowlby (1969,1980) menciona que la mayoría de los jóvenes con historial delictivo a quienes él brindaba atención habían experimentado una niñez desorganizada, marcada por numerosas separaciones y pérdidas en su primera etapa de vida y por parte de sus cuidadores. Por lo que generó una hipótesis en base a que los seres humanos nacen con una necesidad fundamental de conexión y apego, cuya calidad y duración dependen de sus logros en términos de evolución (Hannos, 2020., Holmes et al., 2018).

Definición de apego

Bowlby (1988) define al apego como la necesidad de las personas de establecer lazos emocionales cercanos a los que puedan acudir en situaciones de angustia o tensión. Siendo importante el primer acercamiento con sus cuidadores para el desarrollo emocional y las futuras relaciones afectivas significativas de cada individuo (Del Carpio et al., 2022).

Estilos de apego

Ainsworth et al, (1978, citado por Fernández, 2021) determinaron que existen tres tipos de apego desde la niñez, esto lo determinaron mediante una investigación donde se analizó cómo los niños se

comportan en situaciones de separación y reunión con su madre y un desconocido amigable. Dónde se observaron tres categorías de apego: seguro, evitativo y ansioso. El patrón de apego seguro se caracteriza por la capacidad de los niños para ajustar de manera flexible sus comportamientos de apego y exploración, es decir, muestran un aumento en sus comportamientos de apego cuando perciben una amenaza y disminuyen cuando están cerca de su figura de apego. En cambio, el apego inseguro actualmente denominado ansioso se refiere a situaciones en las que el niño no tiene la certeza de que su figura de apego esté emocionalmente disponible. El apego ansioso-ambivalente se caracteriza por niveles elevados de ansiedad y la utilización de estrategias de apego que generen una gran demanda de comportamientos de aferramiento hacia el cuidador. Y finalmente el apego evitativo, los niños recurren a estrategias, como aumentar su conducta exploratoria mientras evitan y se distancian de su cuidador (Fernández, 2021).

Posteriormente se evidenció que no todos los niños encajaban en solo esos tres apegos por lo que Main y Solomon (1990) introdujeron una cuarta categoría de apego conocida como desorganizado. Los niños que tenían este apego presentaban comportamientos como quedarse inmóviles, realizar golpeteos con las manos

Estilos de apego y autoestima en estudiantes universitarios del norte de la ciudad de Quito

o la cabeza (autolesiones), e incluso mostraban un deseo de escapar de cualquier situación, aunque sus cuidadores estuviesen presentes. A menudo, parecían experimentar temor hacia su madre, lo que los llevaba a mantenerse alejados de ella. Sin embargo, también manifestaban un afecto cambiante, es decir, evitaban a su madre para luego acercarse a ella con un fuerte deseo de interactuar (Ponferrada, 2021).

Wajda (2004) define al apego seguro como un tipo de vínculo positivo en el niño, marcado por una estrecha conexión emocional con el cuidador y una relación favorable con su entorno cercano. En este tipo de apego, el niño muestra una disposición tanto a estar cerca como a alejarse de la figura significativa, lo que le brinda la confianza necesaria para explorar el mundo sabiendo que el cuidador estará allí para protegerlo de las dificultades del entorno. Este tipo de vínculo fomenta un ambiente propicio para el desarrollo psicológico, alentando la curiosidad y la exploración del entorno (Lastra et al., 2017). Las personas adultas con un apego seguro experimentan una autoestima positiva y se sienten a gusto tanto dependiendo de otros como siendo una fuente de apoyo para otros (Del Carpio et al., 2022).

Kirkpatrick y Davis (1994) mencionan que las personas que tienen apego evitativo experimentan incomodidad cuando existe proximidad emocional, por lo que las personas tienden a mantener cierta distancia argumentando que valoran la independencia y la autosuficiencia. Para ganar la aprobación social, reprimen sus sentimientos y comportamientos que ellos consideran incorrectos. Comparten información personal de manera muy limitada y en sus conversaciones evitan abordar emociones, ya que no son

apreciadas, al igual que la importancia de las relaciones cercanas. Como resultado, en la edad adulta, estas personas suelen mostrar una confianza personal limitada y dificultades en las relaciones interpersonales, manteniendo altos niveles de distancia emocional (Aguasvivas et al., 2016).

Mikulincer y Shaver (2003) refieren que el tipo de apego ansioso se caracteriza por personas que desean una intimidad emocional, pero suelen relacionarse con individuos que los rechazan con frecuencia. Como resultado de esta dinámica, muestran comportamientos de apego exagerados. Describiendo su malestar de manera intensa y presentándose como extremadamente susceptibles al sufrimiento, en sus intentos de acercamiento han sido constantemente frustrados debido a la falta de confianza en la figura de apego, que responde de manera inconsistente. Tienen una fuerte necesidad de contacto y cercanía emocional, pero al mismo tiempo temen la posibilidad de perder el vínculo, lo que crea una contradicción entre el deseo de proximidad y el miedo al fracaso (Meza, 2021).

Gayá Ballester et al., (2014) citada por Guido (2019) refieren que el apego desorganizado se manifiesta cuando el niño presenta gran temor ante su cuidador, lo que provoca una ruptura en las estrategias habituales que utiliza para lidiar con este miedo. En este contexto, tanto el sistema de apego como el de defensa se activan simultáneamente. Pimentel (2017) menciona que el apego desorganizado se observa conductas violentas, ya que cuando son niños su conducta se manifiesta a través del desconocimiento y temor si sus comportamientos son adecuados e inapropiados esto surge a raíz de situaciones

Estilos de apego y autoestima en estudiantes universitarios del norte de la ciudad de Quito

estresantes y confusas para el niño, como el maltrato infantil, la negligencia, problemas en los cuidadores o el abuso. Según Fonagy (2000), esto puede generar como resultado que en la adultez la persona que tiene este tipo de apego presente inestabilidad emocional, irritabilidad y tendencia a la impulsividad, lo que a menudo se traduce en relaciones disfuncionales con las personas de su entorno, particularmente con sus parejas, llegando incluso a la violencia ya sea física o psicológica (Arias, 2019).

Origen de la autoestima

En 1980, William James, considerado el padre de la psicología norteamericana, realizó el primer intento de definir la autoestima en su obra "Principios de la Psicología", James la conceptualizó como la medida en que las personas se valoran a sí mismas en función del éxito o fracaso percibido en la consecución de sus metas (Hañari et al., 2020). En la década de los ochenta, la autoestima ganó relevancia no solo debido a la publicación del libro de James, sino también a la aparición de estudios científicos que subrayaban su importancia crucial en el desarrollo pleno del potencial dinámico de la persona, de tal forma que se destacó el hecho de que tener una autoestima positiva es un requisito fundamental para llevar una vida plena (Villalobos, 2019). William James describe también a la autoestima como los sentimientos que experimentamos hacia nosotros mismos en este mundo, estos sentimientos se derivan de lo que "aspiramos ser y hacer, y se establecen en función de cómo percibimos la relación entre nuestra realidad actual y nuestras capacidades supuestas" (Amén et al., 2022,

p.36). Este concepto de autoestima tuvo sus raíces a finales del siglo XIX, cuando introdujo la noción de una separación del Yo, "dividiéndolo en un Yo conocedor y, por otro lado, un Yo conocido" (Durán et al., 2020, p.10). De esta división, de la cual todos somos conscientes en mayor o menor medida, surge la autoestima, en adicional a esto, James indica que cada individuo alberga en su interior una naturaleza esencialmente biológica que es en cierta medida natural, intrínseca, innata e inmutable (Tacca et al., 2020).

Autoestima

Morris Rosenberg considera que la autoestima es una actitud que se ve afectada por elementos culturales y sociales. En su definición, la describe como "la totalidad de los pensamientos y sentimientos de una persona en relación consigo misma como objeto"(Amén et al., 2022, p.36). Junto con la autoestima, otros elementos importantes en el concepto del yo incluyen la autoeficacia y la autoidentidad (Quispe, 2019). Por tanto, desde su percepción, la autoestima es comprendida como una actitud global que una persona tiene hacia sí misma, ya sea en forma positiva o negativa, esta actitud se relaciona estrechamente con la confianza en el propio potencial, caracterizándose por dos componentes principales: la percepción de tener la capacidad de lograr el éxito y el sentido de valía personal (Ruiz et al., 2018).

Nathaniel Branden, sostiene que la autoestima plenamente desarrollada se traduce en la experiencia fundamental de tener la capacidad de llevar una vida con significado y de hacer frente a sus demandas. En su definición, la autoestima es considerada una "necesidad humana

Estilos de apego y autoestima en estudiantes universitarios del norte de la ciudad de Quito

fundamental" (Morales et al., 2023). De acuerdo a Crocker et al., (2003, citado por Rodríguez et al., 2012) esto implica la disposición de sentirse competente para enfrentar los desafíos cotidianos de la vida y de merecer la felicidad.

En otras palabras, la autoestima está estrechamente enlazada con la confianza puesta en la habilidad de las personas para poder idear y enfrentar las dificultades elementales del diario vivir, de igual forma con respecto a la libertad de alcanzar el éxito y la felicidad. Implica sentirnos respetables, dignos y con el derecho de afirmar nuestras necesidades y carencias, perseguir nuestros principios morales y disfrutar de los resultados de nuestros esfuerzos (Zavaleta et al., 2019).

Componentes de la autoestima

Para Maslow, quien desempeñó un papel importante en el desarrollo de la psicología humanista, la autoestima se relaciona con su teoría de la autorrealización. Según él, cada individuo alberga una naturaleza interna y menciona diversas necesidades humanas, incluyendo las básicas como las necesidades de vida, inmunidad, seguridad, pertenencia, afecto, respeto, autoestima y autorrealización. (Herrera, 2021).

Maslow (2016, citado por Fong et al., 2020) formuló una jerarquía de necesidades humanas con respecto a la autoestima, compuesta por cinco niveles. En el primer peldaño se encuentran las necesidades fisiológicas, mismas que comprenden la respiración, alimentación, descanso y homeostasis. En el segundo escalón engloba las necesidades de

protección, siendo estas la seguridad física, de empleo, moral, salud, familiar y también la propiedad privada. Como tercer punto se encuentra la afiliación, la cual está integrada por el afecto, amor, intimidad sexual y a su vez con el sentido de pertenencia. El cuarto escalón se trata de la estima o reconocimiento, misma que está conformada por la autoestima, confianza, respeto, logros y el reconocimiento personal. Finalmente, en la cima de la pirámide, el quinto nivel comprende las necesidades de autorrealización, que se relacionan con aspectos como la moralidad, la creatividad, resolución de conflictos, espontaneidad, aceptación de la realidad personal, el crecimiento y la espiritualidad, es decir, todas aquellas relacionadas con el desarrollo máximo del potencial individual.

De acuerdo a Amén et al. (2020) Maslow a través de esta pirámide, plantea que las necesidades expuestas en la misma deben ser satisfechas de manera secuencial, comenzando por las necesidades fisiológicas y avanzando hacia las de seguridad, aceptación social, autoestima y finalmente, la cúspide de la autorrealización. Dentro de esta jerarquía, la autoestima se sitúa como una necesidad crucial, involucrando el reconocimiento de los logros personales, la confianza en uno mismo y el respeto. Maslow subraya la idea de que cada individuo posee una naturaleza interna que influye en estas necesidades (Briones, 2020).

Siendo así que, Maslow argumentaba que a medida que las personas cubren sus necesidades fundamentales en la jerarquía, experimenta un impulso para buscar necesidades de un nivel superior. En el caso de la autoestima, se centra

Estilos de apego y autoestima en estudiantes universitarios del norte de la ciudad de Quito

especialmente en las necesidades de autorrealización y de reconocimiento, ya que estos peldaños se enfocan básicamente en que el individuo tenga como objetivo el sentirse querido, en donde también pueda obtener prestigio de su accionar y así reciba de alguna manera reconocimiento social. Por consiguiente, se tiene como eje central que el tener una autoestima fuerte y equilibrada contribuye a que el individuo alcance la autorrealización. La autoestima también influye en el amor propio, el autorespeto, la autoconfianza, el éxito, la autovaloración, la autoaceptación y el logro personal en todas sus dimensiones Elizalde et al., (2006, citado por Fong et al., 2020). En resumen, a medida que las necesidades más básicas se satisfacen, la autoestima se convierte en un impulsor importante para la búsqueda de la autorrealización y el reconocimiento social (De la Cruz et al., 2023).

Consecuencias de la autoestima

Carl Rogers, plantea que muchos problemas en la vida de las personas se originan en la falta de autovaloración y la sensación de ser indignos de amor. (Pérez, 2019) Según él, cada individuo alberga un yo auténtico, positivo y valioso, pero este verdadero ser a menudo permanece oculto y reprimido, sin poder florecer (Morales et al., 2023). Rogers (1992, citado por Pérez, 2019) argumenta que el objetivo más deseado y subconsciente de una persona es llegar a ser su verdadero yo. Cada individuo posee una naturaleza interna que es en gran medida biológica, intrínseca, innata y en cierto grado inmutable. Fomentar y permitir que esta naturaleza interna guíe la vida conduce a un desarrollo saludable. Siendo así que una

autoestima positiva es esencial para llevar una vida plena (Amén et al., 2022). Sin ella, las personas se sienten desamparadas y se ven impotentes para cumplir con las expectativas sociales, que a menudo están vinculadas a la adaptación cultural. Aunque pueden disfrutar del reconocimiento externo, la verdadera felicidad solo proviene de la satisfacción de ser uno mismo, una identidad forjada a través de decisiones libres, flexibles y realistas (Tarazona, 2013, citado por Vargas et al., 2019).

Branden (1993, citado por Arnao, 2019) también plantea que la autoestima es una necesidad esencial del ser humano. Juega un papel crucial en el desarrollo psicológico normal y contribuye de manera vital al proceso de la vida. La falta de una autoestima positiva puede obstaculizar el desarrollo psicológico, aumentando la vulnerabilidad a la violencia de género en el caso de las mujeres. Cuando la autoestima es baja, las mujeres pueden manifestar dependencia emocional y una percepción debilitada de sí mismas, lo que las hace más propensas a sufrir abusos físicos, psicológicos y sexuales por parte de su pareja actual o expareja, con el objetivo de ejercer control y dominio sobre ellas (Amén et al., 2022).

Problema de investigación

La transición a la vida universitaria conlleva una serie de cambios y desafíos importantes para los estudiantes, que pueden influir en su bienestar psicológico y emocional. Uno de los factores clave son los estilos de apego, que se han estudiado en el contexto de las relaciones interpersonales, ya que pueden jugar un papel importante en la adaptación de los estudiantes

Estilos de apego y autoestima en estudiantes universitarios del norte de la ciudad de Quito

universitarios. Los estilos de apego, como el seguro, el ansioso o el evitativo, pueden influir en cómo las personas se relacionan con los demás, buscan apoyo social y manejan el estrés que puede afectar el ajuste emocional y social de los estudiantes universitarios. Por otro lado, la autoestima, que se refiere a la valoración y percepción que una persona tiene de sí misma. La autoestima puede influir en la forma en que los individuos se relacionan con los demás y enfrentan los retos académicos y personales.

A pesar de la relevancia de los estilos de apego y la autoestima en la vida de los estudiantes universitarios, existe una brecha en la investigación que examina cómo estos dos constructos se relacionan entre sí en este grupo demográfico específico. Se necesita una comprensión más profunda de cómo la autoestima y los estilos de apego se interconectan y cómo esta interacción puede influir en el bienestar emocional y social de los estudiantes universitarios.

Justificación

El presente trabajo de titulación está apuntado a esclarecer cómo se relacionan los tipos de apego con la autoestima de las personas especialmente en adultos universitarios del norte de la ciudad de Quito. La importancia de conocer dichos procesos recae en arrojar que los estilos de apego y la autoestima son dos variables cruciales que influyen de manera significativa la vida de las personas afectando su propio bienestar psicológico y las relaciones interpersonales. Los tipos de apego describen los patrones de conexión emocional que se desarrolla desde la infancia hasta la etapa de la adultez, siendo mayormente las figuras de apego en la

infancia con quienes se genera el primer apego que será la guía para las futuras relaciones, mientras que la autoestima se refiere a la valoración y percepción que posee de sí mismo cada individuo.

El interés en investigar la relación entre los tipos de apego y la autoestima se basa en la creciente evidencia que sugiere que estos dos constructos están interconectados de manera significativa. La calidad de los vínculos afectivos tempranos con las figuras de apego, como padres o cuidadores, puede tener un impacto duradero en la autoestima de un individuo a lo largo de su vida.

Esta investigación se justifica por varias razones: identificar cómo los patrones de apego pueden contribuir a problemas de autoestima; el conocimiento sobre los tipos de apego y autoestima puede ayudar a las personas a comprender mejor sus propios patrones de comportamiento en las relaciones interpersonales; esta tesis contribuirá al conocimiento científico al evaluar cómo los tipos de apego se relacionan con la autoestima en estudiantes universitarios del norte de la ciudad de Quito.

Preguntas de investigación

- ¿Cuál es la relación existente entre estilos de apego y autoestima en estudiantes universitarios del norte de la ciudad de Quito?
- ¿Cuáles son los estilos de apego predominantes en estudiantes universitarios del norte de la ciudad de Quito?
- ¿Cuáles son los niveles de autoestima en estudiantes universitarios del norte de la ciudad de Quito?

Estilos de apego y autoestima en estudiantes universitarios del norte de la ciudad de Quito

- ¿Cómo se relaciona la autoestima con las variables sociodemográficas (sexo, edad, estado civil, institución en la que estudia, si tiene pareja estable, si tiene hijos) en universitarios del norte de la ciudad de Quito?

Objetivos

Objetivo general

Identificar la relación existente entre estilos de apego y autoestima en estudiantes universitarios del norte de la ciudad de Quito.

Objetivos específicos

- Conocer los estilos de apego predominantes en estudiantes universitarios del norte de la ciudad de Quito.
- Determinar los niveles de autoestima en estudiantes universitarios del norte de la ciudad de Quito.
- Relacionar las variables sociodemográficas (sexo, edad, estado civil, institución en la que estudia, si tiene pareja estable, si tiene hijos) con respecto a la autoestima en universitarios del norte de la ciudad de Quito.

Marco Metodológico.

Paradigma de investigación

La presente investigación tiene como base un paradigma positivista, el cual se define como aquel que sostiene que el conocimiento se deriva de la experiencia del individuo, es decir, del empirismo. En este enfoque, la validez del conocimiento se establece a través de la experiencia del investigador y su observación, siendo así que se busca lograr una validación a través de

métodos experimentales, caracterizando así el conocimiento como científico y formal. Debido a que tiene una perspectiva en la que se pretende explicar la relación entre estilos de apego y autoestima. (Hernández, 2019, citado por Fernández et al., 2021)

De acuerdo a Guba et al., (2002, citado por Fernández et al., 2021) se destaca la interacción entre el investigador y el objeto de estudio, esto con el objetivo de presentar datos o información genuina, sin manipulaciones. Sin embargo, se debe tener en cuenta que el investigador puede verse afectado por sesgos o prejuicios, por lo que es crucial reconocer esta influencia y esforzarse por no perder objetividad en el análisis del fenómeno. En última instancia, al abordar la pregunta metodológica, se busca la confirmación de la hipótesis mediante medios de verificación, es decir, se consideran válidos los métodos utilizados en la experimentación. (Ramos, 2019).

En adicional, la misma hace uso de un método cuantitativo, empírico analítico, mismo que se emplea como una técnica de observación que tiene como objetivo explorar de manera focalizada los fenómenos, permitiendo así la formulación de leyes generales basadas en la relación entre la causa y el efecto en un contexto específico, a razón de que en el presente estudio se busca verificar la relación entre las dos variables antes mencionadas a través de medios estadísticos. (De Franco et al., 2020)

Enfoque de investigación

La presente investigación tiene un enfoque cuantitativo, el mismo que tiene como objetivo determinar la relación que existe entre estilos de apego y autoestima en

Estilos de apego y autoestima en estudiantes universitarios del norte de la ciudad de Quito

estudiantes universitarios del norte de la ciudad de Quito, siendo así que al abordar una investigación cuantitativa, se puede decir que es aquella en la que se realiza una recolección de datos e información numérica de una población en particular, posterior a ello se contrastan las hipótesis planteadas por medio de análisis estadísticos, este proceso da cabida a que el investigador pueda comprobar las teorías que un principio surgieron, por tanto, la investigación al ser de tipo cuantitativo, posibilita el hallazgo de directrices, patrones, desarrollo de predicciones acerca de las variables a investigar y la relación entre las mismas (Amaiquema et al., 2019).

Diseño de investigación

El diseño de esta investigación es no experimental de corte transversal, el diseño no experimental no implica la realización de experimentos, pero involucra el trabajo con variables y se limita a la observación de fenómenos naturales. En la investigación no experimental, el enfoque se centra en identificar los fenómenos que ocurren en un contexto específico para su examen posterior (Hernández et al., 2021). Es de corte transversal, porque se recolectan los datos en un solo momento y el tiempo que dure la investigación, luego no se vuelve a tener contacto alguno con la muestra estudiada, pero no evalúa cambios que se presenten a lo largo del tiempo. (Manterola et al., 2019).

Alcance de investigación

La investigación tiene un alcance de tipo descriptivo y correlacional, ya que esta se enfoca en describir al sujeto de estudio sin que el investigador emita juicios de valor al

respecto, centrándose en el análisis de las descripciones y la búsqueda de asociaciones entre ellas (Uribe et al., 2021). El estudio correlacional busca comprender la relación que puede llegar a tener dos distintas variables y tiene como objetivo un mismo sujeto de estudio para analizar si existe relación entre estas variables sobre este determinado objeto de estudio. La correlación se refiere a que si una variable de la investigación es alterada la otra también lo será, de tal manera que, la correlación puede ser negativa o positiva. Es negativa cuando una variable tiene un valor más alto dentro del objeto de estudio que la otra variable y es positiva cuando ambas variables tienen altos valores en el objeto de estudio. Por lo que los estudios correlaciones permiten medir el grado de relación entre las dos variables (Hernández et al., 1966).

Población y muestra

La población objeto de estudio de la presente investigación está constituida por estudiantes universitarios de 20 años en adelante, pertenecientes tanto a instituciones públicas como privadas del norte de la ciudad de Quito, de los cuales se trabajó con una muestra no probabilística de tipo intencional, conformada por 140 estudiantes universitarios. De este total, 94 son mujeres y 46 son hombres. La selección de la muestra se llevó a cabo en un período específico, comprendido desde el 13 de octubre hasta el 12 de noviembre del 2023. La selección de los participantes se realizó mediante la distribución de un formulario que contenía los dos instrumentos de medición, diseñados para recopilar datos relevantes para la investigación. Estos formularios fueron enviados a diversos

Estilos de apego y autoestima en estudiantes universitarios del norte de la ciudad de Quito

grupos de facultades estudiantiles de las universidades de la ciudad de Quito.

Criterios de inclusión

- Estudiantes universitarios de veinte años en adelante.
- Estudiantes que residan al norte de la ciudad Quito.
- Estudiantes que hayan accedido de forma voluntaria a responder los cuestionarios y hayan firmado el consentimiento informado.

Criterios de exclusión

- Estudiantes menores de veinte años.
- Estudiantes que no residen al norte de la ciudad Quito.
- Personas que no hayan accedido de forma voluntaria a responder los cuestionarios ni hayan firmado el consentimiento informado.

Criterios éticos

- Garantizar el principio de confidencialidad, en donde, bajo ninguna circunstancia se revelará datos obtenidos de la población, garantizando que los mismos serán empleados netamente para fines académicos.
- Se respetará el anonimato, ya que los datos personales no serán expuestos en ningún momento.
- Trabajar bajo el principio de autonomía, puesto que el estudiante es libre de participar en la investigación, en ningún momento se obliga a hacerlo, y si en el transcurso de su evaluación, decide no seguir en la misma, tiene la libertad de retirarse.

- Garantizar el principio de No Maleficencia, pues la información recopilada no tiene la intención de causar daño.

Instrumentos utilizados

Los instrumentos para investigar la relación entre la autoestima y los tipos de apego en una muestra de participantes universitarios fueron:

Cuestionario de apego adulto

Es un instrumento psicométrico que fue creado por Cindy Hazan y Phillip Shaver, el cuestionario utiliza preguntas sobre las relaciones y experiencias pasadas para determinar el estilo apego, el instrumento consta de 40 ítems que se responde en base a una escala tipo Likert de 6 puntos completamente en desacuerdo, bastante en desacuerdo, algo en desacuerdo, algo de acuerdo, bastante de acuerdo y completamente de acuerdo siendo 1 completamente en desacuerdo y 6 el valor para la opción completamente de acuerdo para determinar qué tipo de apego presentan los estudiantes universitarios seguro, ansioso, evitativo o desorganizado. Se encuentra subdividida en 4 dimensiones afectivas 1) la percepción de baja autoestima, la necesidad de aprobación y el temor al rechazo (13 ítems); 2) la tendencia a resolver conflictos de manera hostil, el resentimiento y la posesividad (11 ítems); 3) la expresión de sentimientos y la comodidad en las relaciones interpersonales (9 ítems); y 4) la autosuficiencia emocional y la incomodidad en la intimidad (que se compone de 7 ítems). En el 2008 Melero y Cantero corrigieron el cuestionario por lo desde ese año, se debe tener en cuenta que en ciertas escalas se invierten las

Estilos de apego y autoestima en estudiantes universitarios del norte de la ciudad de Quito

puntuaciones de ciertas preguntas, en la escala 1 se invierte la pregunta 21, en la escala 3 se deben invertir las preguntas 11 y 35 y en la escala 4 se debe invertir la pregunta 25, de tal manera que, las puntuaciones de estas interrogantes serán negativas. Este instrumento presenta un coeficiente alfa de Cronbach de 0,86 durante la fase de validación de la prueba (Melero et al., 2021).

Escala de autoestima de Rosenberg

Es una escala psicométrica que fue desarrollada por Morris Rosenberg en 1965, y desde entonces es muy utilizada a nivel mundial ya que esta, es muy precisa para la medición de la autoestima, este instrumento incluye 10 ítems con una escala de respuesta tipo Likert (Ceballos et al., 2017). Para calificar este instrumento es necesario dividir los ítems en dos partes, siendo así que los enunciados del 1 al 5, sus opciones A-D se puntúan de forma inversa, es decir, de 4 a 1. Mientras que del 6 al 10, sus alternativas tendrán un valor de 1 a 4. Tomando en cuenta esta regla, se deben sumar todos los ítems, en donde la calificación final dará como resultado una puntuación de 10 a 40 puntos. Este instrumento fue diseñado por Morris Rosenberg (1965), con la finalidad de determinar qué tipo de autoestima posee la persona que responda, esta puede ser alta, baja o media, esta escala presenta una gran fiabilidad, la cual es de entre 0,82 y 0,88 y el coeficiente alfa de Cronbach con un valor de 0,76 y 0,88 y finalmente la validez de criterio es de 0,55 (Vázquez et al., 2004).

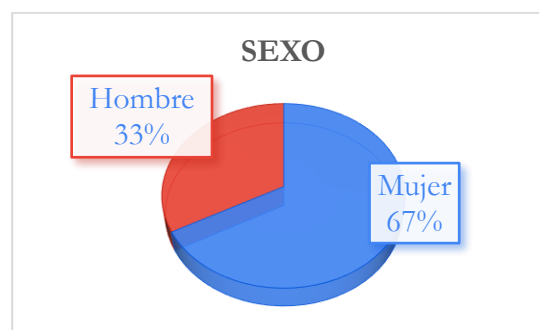
Análisis de datos

En primer lugar se realizó un barrido bibliográfico para entender con claridad las

variables que se pretendía estudiar, luego de manejar adecuadamente cada una de ellas, se procedió a encontrar los instrumentos idóneos, que nos permitirían recolectar la información necesaria para responder a los objetivos planteados, con dichos instrumentos se elaboró un formulario de google forms, en el cual se colocó el cuestionario de apego adulto y la escala de autoestima de Rosenberg, junto con preguntas direccionadas a evaluar variables sociodemográficas. El formulario fue compartido a estudiantes de las diferentes universidades de la ciudad de Quito tanto públicas como privadas. Los resultados obtenidos del mismo fueron descargados en el programa informático Excel, para luego ser analizados y procesados en el programa estadístico SPSS, con la finalidad de compilar datos sólidos que sustenten los hallazgos encontrados y se valide la investigación realizada.

Resultados.

Figura 1 Sexo de los participantes



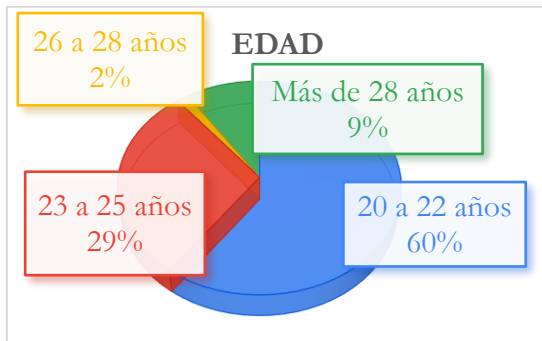
Fuente: Arreaga y Zhingre

En la figura 1, se observa una clara disparidad en la distribución por sexo de los participantes. Las mujeres representan una mayoría significativa, constituyendo el 67% de la muestra, lo que equivale a 94 personas.

Estilos de apego y autoestima en estudiantes universitarios del norte de la ciudad de Quito

Por otro lado, los hombres representan el 33%, con un total de 46 personas.

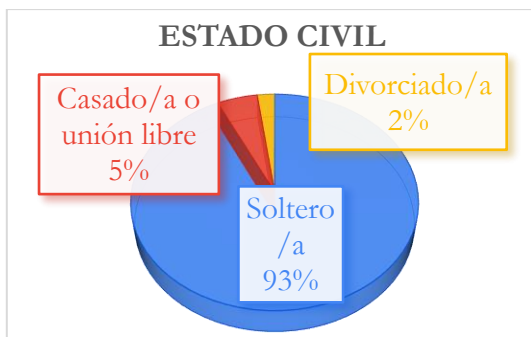
Figura 2 Edad de los participantes



Fuente: Arreaga y Zhingre

En la figura 2, se puede observar que la mayoría de los participantes se encuentran en el rango de edad de 20 a 22 años, constituyendo el 60% de la muestra, lo que equivale a 84 personas. El segundo grupo más grande se encuentra en el rango de edad de 23 a 25 años, representando el 29% de la muestra, con un total de 41 personas. El grupo mayor de 28 años representa el 9%, equivalente a 13 personas mientras que el grupo de 26 a 28 años constituye solo el 2%, con solo 2 participantes.

Figura 3 Estado civil

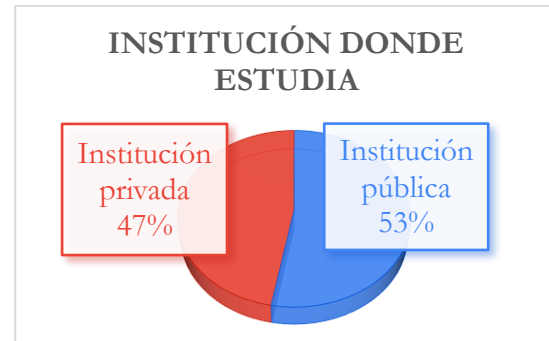


Fuente: Arreaga y Zhingre

En la figura 3, se puede ver que la mayoría de los participantes con el 93% de la muestra (130 personas), se identifican como solteros

o solteras. Un porcentaje menor con el 5% de la muestra (7 personas), indicaron estar casados o en una unión libre. Una pequeña pero notable proporción de participantes, el 2% de la muestra (3 personas), reportaron estar divorciados. Ninguno de los participantes indicó ser viudo/a.

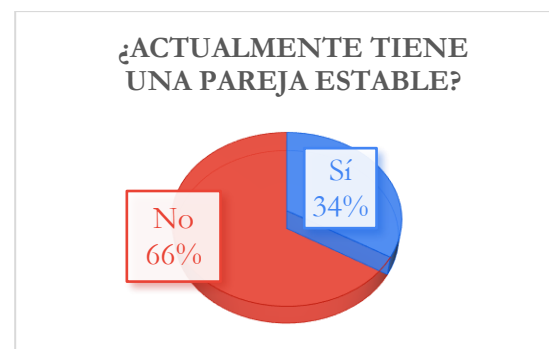
Figura 4 Institución donde estudian



Fuente: Arreaga y Zhingre

En la figura 4 se evidencia que la mayoría de los participantes, con un 53% de la muestra (74 personas), indicaron estudiar en una institución pública. La cantidad restante de participantes, es decir, un 47% de la muestra (66 individuos), indicaron pertenecer a una institución privada.

Figura 5 Tiene pareja estable



Fuente: Arreaga y Zhingre

En la figura 5, la mayoría de los participantes, constituyendo un 66% de la

Estilos de apego y autoestima en estudiantes universitarios del norte de la ciudad de Quito

muestra (93 individuos), indicaron que actualmente no tienen una pareja estable. La cantidad restante de participantes, es decir, un 34% de la muestra (47 personas), afirmó tener una pareja estable.

Figura 6 Tiene hijos



Fuente: Arreaga y Zhingre

En la figura 6, la mayoría de los participantes, constituyendo un 91% de la muestra (128 individuos), indicaron que no tienen hijos, frente a un 9% de la muestra (12 personas) que si los tiene.

Tabla 1: Tipos de Apego y Autoestima

| | | Autoestima | Tipos de apego |
|----------------|------------------------|------------|----------------|
| Autoestima | Correlación de Pearson | 1 | .278** |
| | Sig. (bilateral) | | .001 |
| | N | 141 | 141 |
| Tipos de apego | Correlación de Pearson | .278** | 1 |
| | Sig. (bilateral) | .001 | |
| | N | 141 | 141 |

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

Fuente: SPSS

En la tabla 1, referente a la correlación entre estilos de apego y autoestima se puede ver que existe una correlación significativa, directamente proporcional del .278** entre las dos variables, lo que quiere decir que a mayores niveles de autoestima se evidencian mejores estilos de apego.

Tabla 2: Tipos de apego

| | Frecuencia | Porcentaje |
|---------------------|------------|------------|
| Apego Desorganizado | 42 | 29.8 |
| Apego Ansioso | 20 | 14.2 |
| Apego Evitativo | 19 | 13.5 |
| Apego Seguro | 60 | 42.6 |
| Total | 141 | 100.0 |

Fuente: SPSS

En la tabla 2 se puede observar que la mayor cantidad de participantes presenta apego seguro con un 42,6 %, seguido del apego desorganizado con un 29,8%, dejando en tercer lugar el apego ansioso con un 14,2% y finalmente el apego evitativo con un 13,5%.

Tabla 3: Autoestima

| | Frecuencia | Porcentaje |
|--------------------|------------|------------|
| Autoestima baja | 39 | 27,7 |
| Autoestima media | 30 | 21,3 |
| Autoestima elevada | 72 | 51,0 |
| Total | 140 | 100,0 |

Fuente: SPSS

En la tabla 3 se puede observar que la mayoría de los participantes presentan Autoestima elevada con un 51,0%, seguido

Estilos de apego y autoestima en estudiantes universitarios del norte de la ciudad de Quito

de Autoestima baja con un 27,7%, y por último Autoestima media con un 21,3%.

Tabla 4: Datos sociodemográficos y autoestima

| | | Autoestima | Sexo | Edad | Estado civil | Institución donde estudia |
|---------------------------|------------------------|------------|-------|--------|--------------|---------------------------|
| Autoestima | Correlación de Pearson | 1 | -,010 | -,051 | ,029 | -,005 |
| | Sig. (bilateral) | | ,921 | ,603 | ,766 | ,959 |
| | N | 141 | 107 | 107 | 107 | 107 |
| Sexo | Correlación de Pearson | -,010 | 1 | ,076 | ,092 | -,040 |
| | Sig. (bilateral) | ,921 | | ,438 | ,346 | ,682 |
| | N | 107 | 107 | 107 | 107 | 107 |
| Edad | Correlación de Pearson | -,051 | ,076 | 1 | .641** | .300** |
| | Sig. (bilateral) | ,603 | ,438 | | ,000 | ,002 |
| | N | 107 | 107 | 107 | 107 | 107 |
| Estado civil | Correlación de Pearson | ,029 | ,092 | .641** | 1 | .275** |
| | Sig. (bilateral) | ,766 | ,346 | ,000 | | ,004 |
| | N | 107 | 107 | 107 | 107 | 107 |
| Institución donde estudia | Correlación de Pearson | -,005 | -,040 | .300** | .275** | 1 |
| | Sig. (bilateral) | ,959 | ,682 | ,002 | ,004 | |
| | N | 107 | 107 | 107 | 107 | 107 |

Estilos de apego y autoestima en estudiantes universitarios del norte de la ciudad de Quito

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

Fuente: SPSS

De la correlación entre variables sociodemográficas y autoestima, se puede evidenciar en la tabla 4 que no existe ninguna correlación entre dichas variables.

Discusión

En la presente investigación, se pudo conocer que la mayoría de participantes fueron mujeres con un 67%, la mayoría tienen entre 20 y 22 años, con un 60%, en donde el 93% de ellos son solteros, estudiantes de una institución pública con una cifra de 53% y la cantidad restante de una privada. Adicional a esto, los resultados demostraron que una cantidad importante del 66% no tienen una pareja estable y un 91% no tienen hijos en el momento de la aplicación del instrumento.

Ahora bien, en cuanto a la correlación entre estilos de apego y autoestima, se pudo conocer que existe una correlación significativa, directamente proporcional, de .278**. Estos datos son similares a los obtenidos por Valdivia (2021), quien en su investigación titulada "Estilos de apego y autoestima en estudiantes universitarios" obtuvo una relación estadísticamente muy significativa entre los resultados de todas las dimensiones del cuestionario de apego y autoestima. Este descubrimiento refuerza la validez y confiabilidad de la asociación entre los estilos de apego y autoestima, demostrando que no se trata de un fenómeno aislado, sino más bien de una tendencia observada en diferentes contextos y poblaciones. Esto significa que la autoestima puede

desempeñar un papel crucial en la formación y desarrollo de los estilos de apego, en particular, los individuos con niveles más altos de autoestima parecen exhibir patrones de apego más saludables, lo que respalda la teoría de que la percepción positiva de uno mismo puede influir de manera positiva en la forma en que las personas establecen y mantienen relaciones afectivas.

En el presente estudio, se destaca que el 42,6% de los participantes presentan un apego seguro. Los mismos resultados que obtuvo Guzmán-González et al., (2016) en el artículo "Apego adulto y regulación emocional en estudiantes de universidades privadas de Lima", quienes observaron una mayor presencia de apego seguro y ambivalente.

En el estudio realizado se encontró que el estilo que predomina en las mujeres es el apego seguro. Mientras que, con respecto a los estilos de apego en la etapa adulta en la muestra. A diferencia de la investigación "Estilos de apego en la relación de pareja de hombres y mujeres en la adultez temprana y adultez media" de los autores Pérez et al., (2018) mencionan la predominancia del estilo de apego ansioso en mujeres.

Por otro lado, en cuanto a los niveles de autoestima, se halló que la mayoría de la muestra exhibe una autoestima alta, representando un 51%, una cifra inferior a la del estudio de Belmont et al., (2023) llamado "Relación entre los lazos parentales y la autoestima en estudiantes entre 18 y 25 años de edad de universidades privadas de Lima" en donde menciona que el 64.4% de

Estilos de apego y autoestima en estudiantes universitarios del norte de la ciudad de Quito

su muestra presentan autoestima alta, siendo esta la categoría predominante, un resultado análogo al encontrado en la presente investigación. Sin embargo, esta información es diferente a la alcanzada por Camacho et al., (2019) en su estudio “Niveles de autoestima en estudiantes de medicina de Santa Rosa del Aguaray” en la que reflejó que al menos un 41% tiene una autoestima media, siendo esta cantidad la cifra mayoritaria. Estos contrastes subrayan la variabilidad en los niveles de autoestima entre diferentes poblaciones y contextos. Mientras que la muestra actual demuestra una prevalencia de autoestima alta, otros entornos pueden experimentar distribuciones distintas en las categorías de autoestima, es esencial considerar las particularidades de cada grupo estudiado, como la cultura, el tipo de crianza y experiencias para comprender mejor estas discrepancias.

Acerca de la correlación entre autoestima y variables sociodemográficas no se encontró datos que probaran una correlación, estos resultados indican que, al menos dentro de la muestra estudiada, las variables sociodemográficas no mostraron una influencia clara en la percepción de uno mismo. Esta falta de correlación no implica necesariamente que estas variables no tengan impacto en la autoestima de los universitarios, sino más bien resalta la complejidad y multifactorialidad de la autoestima, que puede estar influenciada por una variedad de factores individuales, sociales y contextuales.

Conclusiones

Los datos revelan una correlación significativa y directamente proporcional del 0.278** entre la autoestima y los estilos de apego, lo que indica que a medida que la autoestima aumenta, los estilos de apego tienden a mejorar. Este hallazgo sugiere que los estudiantes universitarios que experimentan niveles más altos de autoestima también exhiben patrones de apego más saludables, caracterizados por una mayor seguridad y satisfacción en las relaciones interpersonales.

El resultado más destacado es la prevalencia del apego seguro entre los participantes, representando un 42,6% de la muestra, este hallazgo sugiere que una parte significativa de los estudiantes universitarios de la ciudad de Quito experimenta relaciones afectivas caracterizadas por la confianza, la seguridad emocional y la comodidad en la proximidad con los demás. En segundo lugar, se identificó un porcentaje sustancial de apego desorganizado, con un 29,8% de los participantes, esto quiere decir que, la presencia de experiencias afectivas más complejas y menos estructuradas en un segmento importante de la población estudiantil. El apego ansioso se situó en tercer lugar con un 14,2%, indicando que un grupo menor de estudiantes experimenta niveles significativos de ansiedad y preocupación en sus relaciones afectivas. Finalmente, el apego evitativo fue identificado en un 13,5% de la muestra, por tanto, un segmento menor de estudiantes universitarios tiende a evitar la intimidad emocional y la dependencia en sus relaciones.

Estilos de apego y autoestima en estudiantes universitarios del norte de la ciudad de Quito

En base a los datos recopilados, se concluye que la autoestima en esta población estudiantil presenta una distribución diversa. La mayoría de los participantes, específicamente el 51,0%, exhibe niveles de autoestima elevada, este hallazgo destaca la presencia de una proporción significativa de estudiantes que mantienen una percepción positiva de sí mismo, seguido por un 27,7% de la muestra que presentan niveles de autoestima baja y por último autoestima media con un 21,3%.

Se concluye que no existe ninguna correlación entre autoestima y variables sociodemográficas como sexo, edad, estado civil, institución educativa, presencia de una pareja estable o existencia de hijos.

Recomendaciones

Se recomienda ampliar la muestra de estudio, con la finalidad de tener un panorama más amplio, con una gama de datos que permita generalizar de mejor manera los resultados alcanzados.

Se recomienda emplear, en futuras investigaciones, un enfoque mixto, ya que, no solo es importante el incluir datos numéricos, sino también conocer la

perspectiva, de cada uno de ellos, lo que permita entender su contexto.

Se recomienda fomentar investigaciones en este campo, para contribuir a la expansión del conocimiento científico y desarrollar intervenciones y estrategias más efectivas para mejorar la calidad de vida de la población adulta universitaria.

Limitaciones

Una limitación fundamental de este estudio reside en la falta de suficientes artículos e investigaciones que aborden la relación entre las variables estilos de apego y autoestima. La escasez de literatura existente en este campo generó dificultades para contextualizar y comparar los hallazgos, así como para establecer bases teóricas sólidas.

Otra limitación que se presentó fue la falta de predisposición de las personas a participar de la investigación, ya que, al ser un formulario muy extenso, los participantes se negaban a contestar.

Una limitación fue el factor tiempo, ya que al ser limitado nos inclinó a realizar todos los pasos del proyecto de investigación de manera apresurada.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

- Alcindor, P., Delgado, A., Izquierdo, F., y Faya, M. (2022). Estilos de apego y perfil de dificultades en la regulación emocional en una muestra de adolescentes femeninas (16-19 años). *Revista de Psiquiatría Infanto Juvenil*, 19(1). 10-24. <https://aepnya.eu/index.php/revistaaepnya/article/view/847/801>
- Alvarado, P. (2022). *Incidencia del apego ansioso ambivalente en la dependencia emocional de parejas jóvenes que asisten a terapia en consulta privada propia en la ciudad de Cuenca durante el año 2022*. [Tesis

Estilos de apego y autoestima en estudiantes universitarios del norte de la ciudad de Quito

- de posgrado, Universidad Politécnica Salesiana]. Repositorio institucional UPS. <https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/24687/1/UPS-CT010466.pdf>
- Amaiquema, F., Vera, J., y Zumba, I. (2019). Enfoques para la formulación de la hipótesis en la investigación científica. *Revista Conrado*, 15(70), 354-360. http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1990-86442019000500354&script=sci_arttext&tlng=en
- Amén, M. y Vera, B. (2022). La autoestima en mujeres que han sufrido violencia de género. *Revista PSIDLAL*, 1(Edición especial septiembre 2022). 31-44. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7047218>
- Arnao, L. (2019). *Estrategia didáctica basada en la teoría de Nathaniel Branden para incrementar los niveles de autoestima en los estudiantes del cuarto grado de educación secundaria de la Institución Educativa "Juan Manuel Iturregui" - provincia de Lambayeque, 2017*. [Tesis de maestría, Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo]. Repositorio de la UNPRG. <https://repositorio.unprg.edu.pe/handle/20.500.12893/6861>
- Briones, F. (2020). Autoestima y acoso escolar en educación media pública y privada de Lima Metropolitana: Artículo de investigación. *Revista Científica Multidisciplinaria Arbitrada Yachasun*, 4(7), 45-57. <https://doi.org/10.46296/yc.v4i7.0033>
- Burutxaga, I., Testor, C., Ibáñez, M., Diego, S., Golanó, M., Ballús, E., y Castillo, J. (2018). Apego y Vínculo: una propuesta de delimitación y diferenciación conceptual. *Revista Temas de Psicoanálisis*, 15(1), 1-17. <http://www.temasdepsicoanalisis.org/wp-content/uploads/2018/01/I.-BURUTXAGA-C.-P%C3%89REZ-TESTOR-M.-IB%C3%81%C3%91EZ-S.-DE-DIEGO-M.-GOLAN%C3%93-E.-BALL%C3%9AS-J.A.-CASTILLO.-Apego-y-v%C3%ADnculo..pdf>
- Carpio, P., Martínez, M., y Quintero, Y. (2022). Estilos de apego e infidelidad, una revisión de la literatura. *Revista El Psicólogo Anáhuac*, 1(22), 7-16. https://revistas.anahuac.mx/index.php/psic_anah/article/view/1356/1274
- De Franco, M. y Vera, J. (2020). Paradigmas, enfoques y métodos de investigación: análisis teórico. *Revista Mundo Recursivo*, 3(1), 1-24. <https://atlantic.edu.ec/ojs/index.php/mundor/article/view/38>

Estilos de apego y autoestima en estudiantes universitarios del norte de la ciudad de Quito

- De la Cruz, J., Hernández, B., y López, A. (2023). Autoestima en estudiantes de una Universidad de Coatzacoalcos Veracruz, México 2023: Autoestima en estudiantes de la facultad de Contaduría y Administración de una Universidad pública en Coatzacoalcos Veracruz, México 2023. *Revista de Investigación Científica CIDI*, 3(5), 23–41. <https://doi.org/10.53942/srjicidi.v3i5.102>
- Durán, J. y Crispin, D. (2020). Influencia de la autoestima en el rendimiento académico de estudiantes de la carrera de medicina de la Universidad Mayor de San Andrés. *Revista Médica La Paz*, 26(2), 9-15. http://www.scielo.org.bo/pdf/rmcmlp/v26n2/v26n2_a02.pdf
- Fernández, A. y Vela, L. (2021). *Los paradigmas y las metodologías usadas en el proceso de investigación: una breve revisión*. [Artículo de investigación, Universidad de Alicante]. Repositorio Institucional RUA. https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/119978/1/Altamirano_Vela.pdf
- Fong, W., Fong, W., y Colpas, F. (2020). Autoeficacia y su asociación con la autoestima, motivación intrínseca y nivel educativo de la madre en estudiantes universitarios. *Revista Científica Multidisciplinaria*, 5(1), 217-227. <https://doi.org/10.25214/27114406.1037>
- González, R. (2018). *Estilos de apego y maltrato infantil en niños y adolescentes, atendidos en la subunidad de quemados del instituto nacional de salud del niño San Borja, 2018*. [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional UCV. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/25521>
- Hañari, J., Masco, M., y Esteves, A. (2020). Comunicación familiar y autoestima en adolescentes de zona urbana y rural. *Revista Innova Educación*, 2(3), 446-455. <https://www.revistainnovaeducacion.com/index.php/rie/article/view/8>
- Hernández, H., Cruz, Y., Puentes, M., y Mendoza, D. (2021). Diseño de un sistema de gestión de inventarios para el almacén técnilater S.A.S de la ciudad Neiva-Huila, Colombia. *Revista de Investigaciones Universidad del Quindío*, 33(2), 143-152. <https://doi.org/10.33975/riuiq.vol33n2.562>
- Herrera, S. (2021). *Habilidades Sociales y Autoestima en adolescentes y jóvenes usuarios de Instagram*. [Tesis de pregrado, Universidad Abierta Interamericana]. Repositorio de la UAI. <https://repositorio.uai.edu.ar/items/e81ab2a3-3f3e-4ebe-a5a5-728c7deaaa22>

Estilos de apego y autoestima en estudiantes universitarios del norte de la ciudad de Quito

- Manterola, C., Quiroz, G., Salazar, P., y García, N. (2019). Metodología de los tipos y diseños de estudio más frecuentemente utilizados en investigación clínica. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 30(1), 36-49.
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0716864019300057>
- Mayorga, M. y Vega, V. (2021). Relación entre estilos de apego y estrategias de regulación emocional en estudiantes universitarios. *Revista Psicología Unemi*, 5(9), 46-57.
<https://deliverypdf.ssrn.com/delivery.php?ID=840017005024119064099096099113117069035015009020000075110103093096007018074122006010028032100126054048009107111118083066118086055044090011064098001002125115082064026090054017012008118014069103015002007081113002096127108105111077121105001029006095028104&EXT=pdf&INDEX=TRUE>
- Pérez, H. (2019). Autoestima, teorías y su relación con el éxito personal. *Revista Alternativas en Psicología*, 41(3), 22-31.
https://redescolar.ilce.edu.mx/sitios/proyectos/nutricion_enfermedades_oto22/doc/autoestima_exito_personal.pdf
- Quispe, M. (2019). *Apego, habilidades sociales y autoestima en agresores sexuales reincidentes de los establecimientos penitenciarios de la oficina regional sur*. [Tesis doctoral, Universidad Nacional De San Agustín De Arequipa]. Repositorio Institucional de la UNSA.
<https://repositorio.unsa.edu.pe/items/2f897179-f568-4ced-af34-de53ed76ed80>
- Ramos, C. (2019). *Fundamentos de investigación para psicólogos: Primer Round*. Revista CienciAmérica.
<https://repositorio.uti.edu.ec/handle/123456789/1005>
- Rodríguez, C. y Caño, A. (2012). Autoestima en la adolescencia: análisis y estrategias de intervención. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 12(3), 389-403.
<https://www.redalyc.org/pdf/560/56024657005.pdf>
- Rodríguez, M. (2021). *Apego adulto y regulación emocional en estudiantes de universidades privadas de Lima. PUCP*. [Tesis de pregrado, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio Institucional, PUCP.
https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/19565/RODRIGUEZ_VASQUEZ_MIRIAN_ESTRELLA%20%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Estilos de apego y autoestima en estudiantes universitarios del norte de la ciudad de Quito

- Santos, D. y Larzabal, A. (2021). Apego, autoestima y funcionamiento familiar en estudiantes de bachillerato de los cantones Riobamba y Guano. *Revista Eugenio Espejo*, 15(3), 1-9. <https://doi.org/10.37135/ee.04.12.02>
- Tacca, D., Cuarez, R., y Quispe, R. (2020). Habilidades Sociales, Autoconcepto y Autoestima en Adolescentes Peruanos de Educación Secundaria, *International Journal of Sociology of Education*, 9(3), 293-324 <http://doi.org/10.17583/rise.2020.5186>
- Vargas, A. y Vásquez, J. (2019). Nivel de autoestima de los estudiantes del primer ciclo de la Universidad Señor De Sipán – Chiclayo 2019. *Revista Hacedor*, 3(2), 60–72. <https://revistas.uss.edu.pe/index.php/HACEDOR/article/view/1161>
- Vázquez, A., Jiménez, R., y Vázquez. (2004). Escala de autoestima de Rosenberg: fiabilidad y validez en población clínica española. *Revista Apuntes de Psicología*, 22(2), 247-255. https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/14009/file_1.pdf?sequence=1
- Villalobos, H. (2019). Autoestima, teorías y su relación con el éxito personal. *Revista Alternativas en Psicología*, 41(3), 22-31. https://redescolar.ilce.edu.mx/sitios/proyectos/nutricion_enfermedades_oto22/doc/autoestima_exito_personal.pdf
- Zavaleta, Z., García, A., Martínez, R., Esesarte, B., Villagómez, R., y Pérez, R. (2019). Autoestima a partir de la Educación Acuasomática en mujeres entre 35 y 40 años de edad. *Revista Espacio Universitario*, 14(38), 5-11. <https://urseva.urse.edu.mx/wp-content/uploads/2019/08/educaci%C3%B3n-acuasom%C3%A1tica.pdf>

Estilos de apego y autoestima en estudiantes universitarios del norte de la ciudad de Quito

ANEXOS.

ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG

Indicación: Cuestionario para explorar la autoestima personal entendida como los sentimientos de valía personal y de respeto a sí mismo.

Codificación proceso: 1.1.1.2.1.1.4. Autoestima (CIPE- α).

Administración: La escala consta de 10 ítems, frases de las que cinco están enunciadas de forma positiva y cinco de forma negativa para controlar el efecto de la aquiescencia Autoadministrada.

Interpretación:

De los ítems 1 al 5, las respuestas A a D se puntúan de 4 a 1. De los ítems del 6 al 10, las respuestas A a D se puntúan de 1 a 4.

De 30 a 40 puntos: Autoestima elevada. Considerada como autoestima normal.

De 26 a 29 puntos: Autoestima media. No presenta problemas de autoestima graves, pero es conveniente mejorarla.

Menos de 25 puntos: Autoestima baja. Existen problemas significativos de autoestima.

Propiedades psicométricas La escala ha sido traducida y validada en castellano. La consistencia interna de la escalas se encuentra entre 0,76 y 0,87. La fiabilidad es de 0,80

ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSEMBERG

Este test tiene por objeto evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de sí misma. Por favor, conteste las siguientes frases con la respuesta que considere más apropiada.

- A. Muy de acuerdo
- B. De acuerdo
- C. En desacuerdo
- D. Muy en desacuerdo

| | A | B | C | D |
|---|---|---|---|---|
| 1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás. | | | | |
| 2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas. | | | | |
| 3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente. | | | | |
| 4. Tengo una actitud positiva hacia mi mismo/a. | | | | |
| 5. En general estoy satisfecho/a de mi mismo/a. | | | | |
| 6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a. | | | | |
| 7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a. | | | | |
| 8. Me gustaría poder sentir más respeto por mi mismo. | | | | |
| 9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil. | | | | |
| 10. A veces creo que no soy buena persona. | | | | |

Estilos de apego y autoestima en estudiantes universitarios del norte de la ciudad de Quito

| | |
|----|---|
| 1 | Tengo facilidad para expresar mis sentimientos y emociones. |
| 2 | Me molesta que me discutan si creo que tengo la razón. |
| 3 | Con frecuencia me siento solo/a o falta/a de cariño aunque esté con gente importante para mí. |
| 4 | Soy partidario/a del "ojo por ojo, diente por diente". |
| 5 | Necesito contarle mis sentimientos a alguien. |
| 6 | Nunca llego a comprometerme seriamente en mis relaciones. |
| 7 | Si alguien de mi familia o un amigo/a me lleva la contraria, me enojo con facilidad. |
| 8 | No suelo estar a la altura de las demás personas. |
| 9 | Creo que los demás no me agradecen lo suficiente, todo lo que hago por ellos. |
| 10 | Me gusta tener pareja, pero me asusta ser rechazado/a por él/ella. |
| 11 | Me resulta difícil hacer preguntas personales. |
| 12 | Cuando tengo un problema con otra persona, no puedo dejar de pensar en ese asunto. |
| 13 | Soy muy posesivo/a en todas mis relaciones. |
| 14 | Tengo sentimientos de inferioridad. |
| 15 | Valoro mi independencia más que ninguna otra cosa. |

Estilos de apego y autoestima en estudiantes universitarios del norte de la ciudad de Quito

| | |
|--------|--|
| 1 6 | Me siento cómodo/a en las fiestas y/o reuniones sociales. |
| 1 7 | Me gusta que los demás me vean como una persona indispensable. |
| 1 8 | Soy muy sensible a las críticas de los demás. |
| 1 9 | Cuando alguien se muestra dependiente de mí, siento la necesidad de distanciarme. |
| 2 0 | Cuando hay opiniones diferentes, insisto mucho para que se acepte mi punto de vista. |
| 2 1 | Tengo confianza en mí mismo/a. |
| 2 2 | No mantengo relaciones de pareja estables para no perder mi autonomía. |
| 2 3 | Me cuesta tomar una decisión a menos que sepa lo que piensan los demás. |
| 2 4 | Soy rencoroso/a. |
| 2 5 | Prefiero las relaciones de pareja estable más que tener parejas esporádicas. |
| 2 6 | Me preocupa mucho lo que la gente piensa de mí. |
| 2 7 | Cuando tengo un problema con otra persona, intento conseguir que sea ella/él quien venga a disculparse. |
| 2 8 | Me gusta tener pareja, pero al mismo tiempo me agota. |
| 2 9 | Cuando me enojo con otra persona, intento conseguir que sea ella la que venga a disculparse. |
| 3 0 | Me gustaría cambiar muchas cosas de mí mismo/a. |
| 3 1 | Me molestaría mucho que mi pareja me comentara que otra persona, del sexo opuesto, lo/a encuentra atractivo/a. |
| 3 2 | Cuando tengo un problema, se lo cuento a una persona con la que tengo confianza. |