Universidad Nacional Mayor de San Marcos
Universidad del Perú. Decana de América
Facultad de Psicología
Escuela Profesional de Psicología

Estilos de apego adulto y satisfacción en la pareja en estudiantes universitarios

TESIS

Para optar el Título Profesional de Psicóloga

AUTOR

Kristhell Maribel FERNANDEZ ALEJOS

ASESOR

Dra. Rosa Elena HUERTA ROSALES

Lima, Perú

2026



Reconocimiento - No Comercial - Compartir Igual - Sin restricciones adicionales

https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/

Usted puede distribuir, remezclar, retocar, y crear a partir del documento original de modo no comercial, siempre y cuando se dé crédito al autor del documento y se licencien las nuevas creaciones bajo las mismas condiciones. No se permite aplicar términos legales o medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otros a hacer cualquier cosa que permita esta licencia.

Referencia bibliográfica

Fernandez, K. (2026). *Estilos de apego adulto y satisfacción en la pareja en estudiantes universitarios*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Psicología, Escuela Profesional de Psicología]. Repositorio institucional Cybertesis UNMSM.

Metadatos complementarios

Datos de autor	
Nombres y apellidos	Kristhell Maribel Fernandez Alejos
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	71838574
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0001-6972-8129
Datos de asesor	
Nombres y apellidos	Rosa Elena Huerta Rosales
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	08975381
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0001-6972-8129
Datos del jurado	
Presidente del jurado	
Nombres y apellidos	Ana Gloria Díaz Acosta
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	07940596
Miembro del jurado 1	
Nombres y apellidos	Natalia Luisa Ramírez Saénz
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	09399393
Miembro del jurado 2	
Nombres y apellidos	Miguel Angel Jaimes Campos
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	40856730
Datos de investigación	
Línea de investigación	B.5.2.1. Promoción y prevención de la salud mental.

Grupo de investigación	No aplica
Agencia de financiamiento	Sin financiamiento
Ubicación geográfica de la investigación	Universidad Nacional Mayor de San Marcos País: Perú Departamento: Lima Provincia: Lima Distrito: Cercado de Lima Calle: Germán Amézaga N° 375 Latitud: -12.0561578 Longitud: -77.0888972
Año o rango de años en que se realizó la investigación	Junio 2023- Junio 2026
URL de disciplinas OCDE	Psicología https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.01.02

UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE SAN MARCOS
(Universidad del Perú, **DECANA DE AMÉRICA)**

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

Escuela Profesional de Psicología
Calle Germán Amézaga N.° 375, Lima (Ciudad Universitaria)
Central Telefónica 6197000, anexo 3213

ACTA DE SUSTENTACIÓN

Para optar el Título Profesional de Psicóloga

Siendo las 13:00 horas del día 05 de noviembre del año 2026, en el Miniauditorio del Pabellón de la Facultad de Psicología, se reunieron los miembros del Jurado de Tesis conformado por:

- Dra. Ana Gloria Díaz Acosta (Presidenta)
- Dra. Natalia Luisa Ramírez Sáenz (Miembro)
- Mg. Miguel Angel Jaimes Campos (Miembro)
- Dra. Rosa Elena Huerta Rosales (Asesora)

Con el objetivo de llevar a cabo la sustentación oral y pública de la Tesis presentada por la bachiller **Kristhell Maribel Fernandez Alejos,** para optar el Título Profesional de Psicóloga.

Título de la Tesis:
«ESTILOS DE APEGO ADULTO Y SATISFACCIÓN EN LA PAREJA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS»

Concluida la exposición, los miembros del jurado formularon las preguntas correspondientes, las cuales fueron absueltas por la sustentante.

Acto seguido, el Jurado procedió a la deliberación y votación, obteniendo la siguiente calificación:

Nota : Diecisiete (17).

Calificativo : Aprobado con mención honrosa

En consecuencia, el jurado acuerda recomendar que se otorgue el Título Profesional de Psicóloga a **Kristhell Maribel Fernandez Alejos.**

Siendo las 14:20 horas, se dio por concluido el acto académico de sustentación.

Se extiende la presente Acta como constancia de titulación por la modalidad de Presentación y Sustentación de Tesis, a los 05 días del mes de noviembre del año 2026.

DRA. ANA GLORIA DÍAZ ACOSTA
PRESIDENTA

DRA. NATALIA LUISA RAMÍREZ SÁENZ
MIEMBRO

MG. MIGUEL ANGEL JAIMES CAMPOS
MIEMBRO

DRA. ROSA ELENA HUERTA ROSALES
ASESORA

UNIVERSIDAD NACIONAL MAYOR DE
SAN MARCOS
Universidad del Perú, Decana de América

Anexo 1

CERTIFICADO DE SIMILITUD

Yo, **ROSA ELENA HUERTA ROSALES**, en mi condición de asesora acreditada con el Dictamen de la EPP N.º 000068-2025-EPPSI-FPSI/UNMSM de la tesis, cuyo título es **"ESTILOS DE APEGO ADULTO Y SATISFACCIÓN EN LA PAREJA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS",** presentado por la bachiller **Kristhell Maribel Fernandez Alejos**, para optar el Título Profesional de Psicóloga**,**

CERTIFICO que se ha cumplido con lo establecido en la Directiva de Originalidad y de Similitud de Trabajos Académicos, de Investigación y Producción Intelectual. Según la revisión, análisis y evaluación mediante la plataforma PIDS, el documento evaluado cuenta con el 18% de similitud, nivel PERMITIDO para continuar con los trámites correspondientes y para su **publicación en el repositorio institucional.**

Se emite el presente certificado en cumplimiento de lo establecido en las normas vigentes, como uno de los requisitos para la obtención del Título Profesional de **Psicóloga.**

Lima,11 de noviembre del 2026

Firma del Asesora: UNMSM Firmado digitalmente por HUERTA ROSALES Rosa Elena FAU 20148092282 soft
Motivo: Soy el autor del documento
Fecha: 11.11.2026 20:07:53 -05:00

Nombres y Apellidos de la asesora:

DNI: 08975381

* Según corresponda: bachiller, magíster, doctor; título profesional o título de segunda especialidad

La vigencia del presente certificado corresponde a un período de noventa (90) días desde la fecha de su emisión; siempre que no haya observaciones en el texto durante el proceso de revisión por el jurado informante o surja alguna contingencia.

DEDICATORIA

A mi familia, por su amor constante y por ser el impulso que me motiva a seguir adelante en cada etapa de mi vida, brindándome apoyo, fortaleza y acompañamiento constante para superar los desafíos y alcanzar mis metas.

A mi abuelo, Guillermo, por ser mi inspiración y por acompañarme desde el cielo en cada logro alcanzado.

A Dios, por brindarme la fortaleza y la sabiduría necesaria para culminar esta importante etapa.

AGRADECIMIENTOS

Agradezco a mi familia, quienes con su amor, apoyo incondicional, esfuerzo y confianza han sido el pilar fundamental en todo este proceso; son mi motivación para seguir adelante y esforzarme en cada paso que doy, impulsándome a alcanzar cada una de mis metas.

Agradezco a mi abuelo, Guillermo, quien desde el cielo acompaña cada uno de mis pasos y logros, siendo una fuente constante de inspiración y fortaleza para continuar avanzando.

Agradezco a mi asesora de tesis, la Dra. Rosa Huerta, por su orientación, paciencia y acompañamiento, que hicieron posible la realización de esta investigación.

Finalmente, agradezco a todas las personas que de una u otra manera contribuyeron en el desarrollo de este trabajo de investigación.

ÍNDICE

RESUMEN **7**

ABSTRACT **8**

CAPÍTULO I **9**

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA **9**

1.1. Formulación del problema 9

1.2. Objetivos de la investigación 13

1.2.1. Objetivo General 13

1.2.2. Objetivos Específicos 14

1.3. Justificación de la investigación 14

1.4. Limitaciones del estudio 16

CAPÍTULO II **17**

MARCO TEÓRICO **17**

2.1. Antecedentes de estudio 17

2.1.1. Antecedentes Internacionales 17

2.1.2. Antecedentes Nacionales 21

2.2. Bases teóricas 25

2.2.1. Apego Adulto 25

2.2.1.1. Definición y clasificación del apego en la infancia 25

2.2.1.2. Teoría del Apego de Bowlby (1969 -1980) 25

2.2.1.3. Teoría de apego de Ainsworth (1978) 27

2.2.1.4. Clasificación de los estilos de apego adulto 29

A) Modelo de Hazan y Shaver (1987) 29

B) Modelo de Bartholomew y Horowitz (1991) 31

C) Modelo de Brennan, Clark y Shaver (1998) 33

2.2.2. Teoría triangular del amor de Sternberg 34

2.2.2.1. Tipologías de amor según la combinación de los componentes 36

2.2.3. Relaciones de pareja 39

2.2.4. Conflictos de pareja 40

2.2.4.1. Áreas de conflictos de pareja 41

2.2.5. Satisfacción en la pareja 43

A) Dimensiones de la satisfacción de pareja 43

B) Modelos en la conceptualización de la satisfacción en la pareja 44

2.2.6. Calidad de relación de pareja 45

2.2.6.1. Dimensiones de la calidad de relación de pareja 46

2.3. Definición de términos 48

2.3.1. Apego 48

2.3.2. Apego Adulto 48

A. Apego Seguro 49

B. Apego Evitativo 49

C. Apego Ansioso / Ambivalente 49

2.3.2. Relaciones de pareja 49

2.3.3. Satisfacción en pareja 50

2.4. Hipótesis 50

2.4.1. Hipótesis General 50

2.4.2. Hipótesis Específicos 50

CAPÍTULO III **52**

METODOLOGÍA **52**

3.1. Tipo y nivel de investigación 52

3.2. Diseño de investigación 52

3.3. Variables de estudio 53

3.4. Unidad de análisis 53

3.5. Población de estudio 54

3.6. Tamaño de la muestra 54

3.7. Selección de la muestra 55

3.8. Técnicas e instrumentos de recolección de datos 57

3.8.1. Escala de Apego Adulto (EAA) 58

3.8.2. Escala de Satisfacción en la Pareja (ESP-10) 58

3.9. Procedimiento de recolección de datos 59

3.10. Técnicas de procesamiento de datos 60

3.11. Aspectos éticos 61

CAPÍTULO IV **62**

RESULTADOS **62**

4.1. Análisis psicométrico de la Escala Apego Adulto 62

4.2. Análisis psicométrico del Cuestionario de Satisfacción en la pareja 63

4.3. Resultados descriptivos 64

4.4. Resultados inferenciales 65

4.5. Contrastación de hipótesis 68

CAPÍTULO V **73**

DISCUSIÓN **73**

CONCLUSIONES **78**

RECOMENDACIONES **80**

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS **81**

ANEXOS **90**

Anexo A. Consentimiento Informado 90

Anexo B. Ficha de Datos Sociodemográficos 91

Anexo C. Escala Apego Adulto (EAA) 92

Anexo D. Escala de Satisfacción en la pareja (ESP-10) 94

Anexo E. Permiso de instrumento Escala Apego Adulto (EAA) 95

Anexo F. Permiso de instrumento de Escala de Satisfacción en la Pareja (ESP-10) 95

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	Distribución de frecuencias y porcentajes de los estudiantes según el sexo	56
Tabla 2	Distribución de frecuencias y porcentajes de los estudiantes según carrera profesional	56
Tabla 3	Distribución de frecuencias y porcentajes de los estudiantes según duración de la relación de pareja	57
Tabla 4	Índices de ajuste de la Escala Apego Adulto para el Análisis Factorial Confirmatorio	62
Tabla 5	Análisis de Confiabilidad de la Escala Apego Adulto	63
Tabla 6	Índices de ajuste del Cuestionario de Satisfacción en la pareja para el análisis factorial confirmatorio	63
Tabla 7	Análisis de Confiabilidad del Cuestionario de Satisfacción en la pareja	64
Tabla 8	Estadísticos descriptivos de las dimensiones de Apego adulto	64
Tabla 9	Estadísticos descriptivos de Satisfacción en la pareja	65
Tabla 10	Prueba de normalidad para la variable Apego adulto según sexo	66
Tabla 11	Prueba de normalidad para la variable Satisfacción en la pareja según sexo	66

Tabla 12	Prueba de normalidad para la variable Apego adulto según la duración de la relación	67
Tabla 13	Prueba de normalidad para la variable Satisfacción en la pareja según la duración de la relación	68
Tabla 14	Correlación del apego adulto y satisfacción en la pareja	68
Tabla 15	Correlación de la dimensión de Ansiedad y satisfacción en la pareja	69
Tabla 16	Correlación de la dimensión de Evitación y satisfacción en la pareja	70
Tabla 17	Comparación de la variable apego adulto según sexo	70
Tabla 18	Comparación de la variable apego adulto según la duración de la relación, con la prueba Kruskal-Wallis	71
Tabla 19	Comparación de la variable Satisfacción en la pareja según sexo	72
Tabla 20	Comparación de la variable Satisfacción en la pareja según la duración de la relación, con la prueba Kruskal-Wallis	72

RESUMEN

El presente estudio investiga la relación entre los estilos de apego adulto y satisfacción en la pareja en una muestra de 265 estudiantes de una universidad pública de Lima Metropolitana. La muestra estuvo conformada por participantes de ambos sexos, incluyendo 158 hombres y 107 mujeres, con edades comprendidas entre los 20 y los 30 años. Se emplearon una ficha sociodemográfica, la Escala de Apego Adulto y el Cuestionario de Satisfacción en la Pareja. Los resultados revelaron una correlación inversa y significativa (rho=-.524, p<.001) entre la dimensión de Evitación del apego adulto y la satisfacción en la pareja en la muestra, en contraste con la dimensión de ansiedad (rho=-.014, p=.818), que, aunque también mostró una relación inversa, no fue significativa. En cuanto a las diferencias de género, se observó una ligera tendencia en la que los hombres presentaban puntuaciones más altas en ambas dimensiones. En conclusión, la evitación en el apego es el principal factor asociado a menor satisfacción en la relación de pareja, mientras que la ansiedad tiene un menor impacto. Asimismo, aunque la duración de la relación no influye directamente en la satisfacción, el incremento de la ansiedad con el tiempo podría influir negativamente en la satisfacción de la relación. Finalmente, la ausencia de diferencias significativas según el género sugiere considerar otros factores en la comprensión del apego y la satisfacción en parejas universitarias.

Palabras clave: Apego adulto, dimensión ansiedad, dimensión evitación, satisfacción en la pareja, estudiantes universitarios

ABSTRACT

This study investigates the relationship between adult attachment styles and relationship satisfaction in a sample of 265 students from a public university in Metropolitan Lima. The sample consisted of participants of both sexes, including 158 men and 107 women, aged between 20 and 30 years. A sociodemographic questionnaire, the Adult Attachment Scale, and the Relationship Satisfaction Questionnaire were used. The results revealed a significant and inverse correlation (rho = -0.524, $p < .001$) between the avoidance dimension of adult attachment and relationship satisfaction in the sample, in contrast to the anxiety dimension (rho = -0.014, $p = .818$), which, although it also showed an inverse relationship, was not significant. Regarding gender differences, a slight trend was observed in which men scored higher on both dimensions. In conclusion, avoidance in attachment is the main factor associated with lower levels of relationship satisfaction, while anxiety has a lesser impact. Likewise, although the duration of the relationship does not directly influence satisfaction, the increase in anxiety over time may negatively affect relationship satisfaction. Finally, the absence of significant gender differences suggests the need to consider other factors in understanding attachment and relationship satisfaction among university couples.

Keywords: Adult attachment, anxiety dimension, avoidance dimension, relationship satisfaction, university students

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1. Formulación del problema

La salud física y emocional, así como el desarrollo psicosocial de las personas, se encuentran intrínsecamente ligados a sus relaciones afectivas e íntimas, según han destacado dos estudios (Guzmán y Contreras, 2012; Martínez et al., 2014, citado en Medina, 2016). En este sentido, se ha investigado ampliamente la comprensión de cómo se desarrollan las conexiones amorosas en la vida adulta, destacando la teoría del apego de Bowlby como uno de los modelos teóricos más relevantes (Medina, 2016).

De acuerdo con Mikulincer y Shaver (2007), las personas que experimentan un apego inseguro en la infancia suelen enfrentar más problemas psicológicos en la adultez, en contraste con aquellas que desarrollan un apego seguro, el cual se asocia con el bienestar emocional y la salud mental; en este contexto, el apego evitativo, caracterizado por la evitación de la intimidad, puede generar conflictos repetitivos en las relaciones, especialmente cuando es más predominante en hombres y resulta desagradable para las mujeres, afectando negativamente la percepción de la calidad de la relación. Asimismo, según los hallazgos de Barrientos (2023) y Hernández et al. (2025), los hombres tienden a presentar mayores niveles de apego evitativo que las mujeres.

Ascenzo (2023) y Vizcay et al. (2025), mediante revisiones sistemáticas, evidenciaron la existencia de una relación entre los estilos de apego y las relaciones de pareja en la adultez, indicando que el apego seguro se vincula con mayores niveles de satisfacción, mientras que los estilos ansioso y evitativo se asocian con menor satisfacción en la relación.

Asimismo, en el estudio realizado por Futterknecht y Valcarcel (2025) se encontró que los estilos de apego inseguros, particularmente el ansioso y el evitativo, se asocian con mayores niveles de dependencia emocional. Esta situación puede generar desequilibrios y dificultades tanto a nivel individual como en el funcionamiento global de la relación.

Las relaciones de pareja desempeñan un papel de gran relevancia en la vida de las personas, especialmente para aquellos que se hallan en la transición entre la juventud y la etapa de la adultez emergente, como es el caso de los estudiantes universitarios. Esta temática es particularmente significativa por su gran relevancia social, ya que la vida universitaria representa un período de cambio crítico donde los individuos experimentan cambios profundos en su identidad, autonomía y relaciones interpersonales. Durante esta etapa, las relaciones amorosas y de amistad pueden influir de manera significativa en el bienestar emocional y el desarrollo personal de los estudiantes. A su vez, es importante indicar que los estilos de apego, son patrones emocionales y comportamentales arraigados que se forman durante la infancia, pueden perdurar y ejercer una influencia trascendental y duradera en las relaciones en etapas posteriores de la vida.

En este contexto, Romo (2008) indica que elegir una pareja y una profesión son decisiones trascendentales para la vida del joven universitario ya que representa un paso de la juventud a la adultez. Asimismo, Rivera et al. (2011) destacan que, entre los estudiantes universitarios, las relaciones románticas más estables y comprometidas suelen ofrecer mayor satisfacción. (Vasquez, 2020) A su vez, estas relaciones satisfactorias favorecen la adaptación a la vida universitaria y se relacionan con menores niveles de depresión, ansiedad y estrés (Kumar y Mattanah, 2016; citado en Rodriguez, 2021). Sin embargo, Cruz y Lázaro (2016) señalan que las relaciones sentimentales entre estudiantes universitarios suelen ser inestables y poco claras, lo que puede llevar a conflictos y

dinámicas disfuncionales, aumentando el riesgo de depresión, baja satisfacción y problemas de salud.

Comprender cómo los estilos de apego en la adultez influyen en la satisfacción en la pareja en este grupo es fundamental para resolver problemas relacionales y promover vínculos saludables y satisfactorios durante la vida universitaria. La satisfacción en la pareja se define como la autoevaluación positiva o negativa que una persona hace sobre su relación actual (González, 2018). Asimismo, puede describirse como un estado emocional de bienestar relacionado con las interacciones, experiencias y expectativas en una relación de pareja (Navedo, 2018; citado en Chavez, 2024). Esta satisfacción está directamente relacionada con el nivel de compromiso que una persona tiene en su relación amorosa, lo cual influye en la decisión de continuar o abandonar la relación (Garrido et al., 2017; citado en Cano, 2022).

Por otro lado, uno de los diversos problemas psicológicos en una relación de pareja es la insatisfacción, la cual puede afectar la calidad de vida y provocar dificultades personales, económicas, familiares, laborales y sociales (González y Veray, 2018). En este sentido, una percepción positiva de la calidad de la relación suele asociarse con altos niveles de bienestar, satisfacción, compromiso y mejores perspectivas para el futuro (Martínez et al., 2014). Asimismo, Proulx et al. (2020) señalaron que la satisfacción en la relación de pareja se encuentra estrechamente relacionada con el bienestar emocional y la estabilidad del vínculo, ya que actúa como un factor protector frente al estrés y favorece un sentido de pertenencia y seguridad. Estos hallazgos evidencian que mayores niveles de satisfacción en la relación de pareja se asocian con un mejor funcionamiento y estabilidad del vínculo. En este sentido, su ausencia podría generar dificultades en la dinámica relacional y, en consecuencia, propiciar su ruptura; en el Perú, se ha evidenciado un aumento significativo en el índice de divorcios, lo que refleja el impacto de la

insatisfacción en las relaciones, datos proporcionados por el INEI (2017), especialmente en áreas urbanas como Lima. Esto subraya la importancia de comprender los factores que influyen en la calidad de las relaciones de pareja.

Por ejemplo, en el distrito de Los Olivos se observó un aumento del 5% en el número de divorcios y separaciones en comparación con el censo realizado en 2014, situándose entre los primeros distritos de Lima con los mayores porcentajes de divorcios y separaciones, según lo expuesto por Condori (2019). Según las estadísticas del Registro Nacional de Identificación y Estado Civil (RENIEC), en 2020 se registraron 6,634 divorcios, mientras que en 2021 se registraron 14,708 divorcios. Lima Metropolitana tuvo el 63,1% de los casos, con 9,275 divorcios, seguida por el Callao con el 7,5%, La Libertad con el 4,4%, Lambayeque con el 2,9%, Arequipa con el 2,8%, Piura con el 2,3%, y Áncash con el 2,1%, siendo estas las regiones con mayor proporción de divorcios (INEI, 2017). Por consiguiente, en el Perú se observa un notable aumento en los índices de divorcios y separaciones, lo que sugiere una tendencia preocupante en las dinámicas de las relaciones de pareja y la necesidad de abordar los factores que contribuyen a esta situación.

Por consiguiente, en el Perú se observa un incremento en los índices de divorcios y separaciones, lo que sugiere dificultades en la estabilidad y calidad de las relaciones de pareja, así como la necesidad de abordar los factores que influyen en esta problemática. En población universitaria, Quispe y Sullca (2023) identificaron la presencia de variables como la violencia en la relación, los celos y la dependencia emocional, las cuales se configuran como indicadores clave de insatisfacción y conflicto en los vínculos afectivos.

En Lima Metropolitana, dichos autores reportaron que alrededor del 30% de los estudiantes universitarios experimentó celos que derivaron en conductas agresivas, tales como agresiones físicas, manipulación, violencia verbal, coerción y restricciones.

Asimismo, el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2020) señaló que el 25% de los estudiantes universitarios encuestados indicó haber sido víctima de violencia de pareja. En conjunto, estos hallazgos reflejan la presencia de dificultades significativas en los vínculos afectivos de esta población.

Lo anteriormente planteado lleva a desarrollar la siguiente pregunta de investigación:

¿Qué relación existe entre los estilos de apego adulto y satisfacción en la pareja en estudiantes de una universidad pública de Lima Metropolitana?

A partir de ello, se derivan los siguientes problemas específicos:

- ¿Qué relación existe entre la dimensión de apego ansioso/ambivalente y satisfacción en la pareja en estudiantes de una universidad pública de Lima Metropolitana?
- ¿Qué relación existe entre la dimensión de apego evitativo y satisfacción en la pareja en estudiantes de una universidad pública de Lima Metropolitana?
- ¿Existen diferencias en los estilos de apego adulto según sexo y tiempo de relación en estudiantes de una universidad pública de Lima Metropolitana?
- ¿Existen diferencias en satisfacción en la pareja según sexo y tiempo de relación en estudiantes de una universidad pública de Lima Metropolitana?

1.2. Objetivos de la investigación

1.2.1. Objetivo General

Determinar la relación entre los estilos de apego adulto y satisfacción en la pareja en estudiantes de una universidad pública de Lima Metropolitana.

1.2.2. Objetivos Específicos

- Determinar la relación entre la dimensión apego ansioso/ambivalente y satisfacción en la pareja en estudiantes de una universidad pública de Lima Metropolitana.
- Determinar la relación entre la dimensión apego evitativo y satisfacción en la pareja en estudiantes de una universidad pública de Lima Metropolitana.
- Comparar los estilos de apego adulto en estudiantes de una universidad pública de Lima Metropolitana, según sexo y tiempo de relación.
- Comparar satisfacción en la pareja en estudiantes de una universidad pública de Lima Metropolitana, según sexo y tiempo de relación.

1.3. Justificación de la investigación

La presente investigación posee un valor teórico, dado que, aunque existen diversos estudios sobre los estilos de apego adulto y la satisfacción en la pareja, aún se identifican limitaciones en cuanto a su estudio conjunto dentro de poblaciones específicas, como los estudiantes universitarios. En este sentido, resulta pertinente profundizar en la relación entre estas variables dentro del contexto de adultos jóvenes en una universidad pública de Lima, considerando además las dimensiones del apego, como la ansiedad y la evitación. De este modo, el estudio busca aportar evidencia empírica que contribuya a una mejor comprensión de cómo los estilos de apego adulto se relacionan con la satisfacción en la pareja en esta población específica, ampliando así el conocimiento existente en el campo de la psicología.

Además, la investigación tiene implicaciones prácticas importantes en el ámbito clínico y terapéutico. Proporcionar información sobre los estilos de apego de los adultos universitarios puede ser un recurso valioso para consejeros y terapeutas, ya que les

permite ajustar sus enfoques y estrategias terapéuticas de manera más precisa para mejorar la satisfacción en las relaciones de pareja. Esto, a su vez, puede tener un impacto positivo en el bienestar emocional de sus clientes.

Ampliando lo anteriormente expuesto, también tienen el potencial de fortalecer la autonomía de los estudiantes universitarios al proporcionarles una mayor comprensión de sus estilos de apego y la influencia que ejercen sobre las relaciones de pareja. Esta comprensión les permite identificar las posibles fuentes de conflicto en las relaciones de pareja, por lo que los universitarios pueden anticipar y abordar estos problemas de manera más efectiva. Esto, a su vez, promueve la consolidación de relaciones amorosas más saludables y sostenibles, al mismo tiempo que les posibilita ser más conscientes de sus propios patrones de comportamiento y de cómo estos ejercen influencia en las decisiones que toman en lo que respecta a sus relaciones amorosas. De este modo, al adquirir una mayor comprensión de sus propios modelos de comportamiento relacionados con los estilos de apego adulto, los universitarios se encuentran en una posición más ventajosa para tomar decisiones fundamentadas en cuanto a sus elecciones de pareja. Esta conciencia les permite evaluar más críticamente las dinámicas de sus relaciones y alinearlas de manera más coherente con sus necesidades y deseos, lo que puede llevar a una mayor satisfacción en sus relaciones románticas.

Además, presenta un gran potencial para la intervención y prevención, ya que comprender la relación entre los estilos de apego y la satisfacción en la pareja puede servir como base para el diseño de programas orientados a abordar los problemas comunes en las relaciones de los estudiantes. Estos programas pueden incluir talleres, sesiones de counseling y recursos educativos que ayuden a los jóvenes a establecer relaciones saludables y a manejar conflictos de manera más eficaz, basándose en sus estilos de apego.

1.4. Limitaciones del estudio

El presente estudio presenta algunas limitaciones que es importante tener en cuenta. En primer lugar, se identificó una escasa literatura que aborda de manera conjunta la relación entre los estilos de apego y la satisfacción en la pareja. La mayoría de los estudios revisados analizan estas variables de forma independiente o en asociación con otros constructos, lo que redujo las posibilidades de realizar contrastes más amplios con investigaciones previas. Además, se observó una limitada cantidad de antecedentes que integrarán ambas variables en poblaciones similares a la de la presente investigación, específicamente en jóvenes adultos universitarios, lo que restringe la posibilidad de realizar comparaciones más precisas con investigaciones previas tanto a nivel nacional como internacional.

Otra de las limitaciones estuvo relacionada con el tamaño de la muestra y del proceso de recolección, ya que, si bien se logró reunir el número necesario de participantes, el proceso de recolección fue prolongado y demandante, influyendo directamente en el tiempo destinado al muestreo y, en consecuencia, en el ritmo de avance de la investigación. Asimismo, la muestra, conformada por estudiantes de Psicología e Ingenierías de una universidad pública, presenta una diversidad limitada, por lo que los resultados deben interpretarse dentro de este contexto específico, sin afectar la validez de los hallazgos.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de estudio

2.1.1. Antecedentes Internacionales

Rivera y Díaz (2021) realizaron un estudio transversal con el objetivo de examinar la relación entre los estilos de apego y la satisfacción en la pareja en la población de Cartagena. La muestra estuvo compuesta por 400 personas, y utilizaron la escala Experiences in Close Relationships-Revised (ECR-R) y la Escala de Satisfacción (RAS). Los resultados mostraron que los participantes con un estilo de apego seguro reportaron niveles de satisfacción que variaba de media a alta. Además, se encontró una relación significativa entre los estilos de apego y la satisfacción en la pareja.

Gijón et al. (2021) realizaron una investigación cuantitativa con el objetivo de analizar la relación entre los factores del apego adulto y su influencia en las relaciones de pareja en adultos de Coahuila y Tamaulipas. La muestra incluyó 61 participantes de 18 a 27 años de Saltillo, Monclova, Piedras Negras, Acuña y Tampico. Utilizaron el Cuestionario de Apego Adulto (Melero, R. y Cantero, M.J., 2008), y los resultados evidenciaron que la confianza en uno mismo y el apego seguro constituyen factores determinantes para establecer relaciones de pareja más saludables, estables y satisfactorias. En consecuencia, los autores concluyeron que el estudio del apego puede indicar la calidad de las relaciones de pareja y afectar las decisiones futuras en las relaciones sentimentales.

El Mchiout (2021) llevó a cabo una revisión sistemática con el objetivo de analizar, por un lado, la relación entre los estilos de apego y las relaciones de pareja, y por otro, determinar si el apego seguro constituye el estilo más adaptativo para mantener una relación sentimental. La revisión estuvo compuesta por 18 artículos seleccionados de las bases de datos Academic Search Complete, APA PsycArticles y APA PsycInfo. Los resultados confirmaron la relación entre los estilos de apego y las relaciones de pareja en la adultez, evidenciando que el apego seguro se asocia con relaciones de pareja más satisfactorias, mientras que los estilos de apego ansioso y evitativo se relacionan con menor satisfacción. Además, se reconoce que los patrones de apego pueden modificarse, lo que constituye una oportunidad de intervención para mejorar las relaciones de pareja.

Mónaco et al. (2022) llevaron a cabo un estudio con el propósito de analizar la relación entre el apego y la satisfacción con la relación de pareja, considerando el papel mediador de las competencias emocionales, y controlando la influencia del género, la edad y la duración de la relación. La muestra estuvo compuesta por 265 jóvenes españoles, de entre 18 y 36 años, que se encuentran en una relación de pareja. La duración de dichas relaciones oscilaba entre 3 meses y 11 años. Para la evaluación utilizaron la Escala de experiencias en relaciones íntimas (ECR-S), el Cuestionario de habilidades y competencias emocionales (ESCQ-21) y la Escala de valoración de las relaciones (RAS). Los hallazgos mostraron que la mayoría de los participantes presentaban un apego seguro (61,1%), mientras que el 38,9% evidenciaban apego inseguro. Asimismo, se encontró que tanto la ansiedad como la evitación en el apego se asociaban de manera negativa con la satisfacción en la

relación. De igual modo, quienes tenían un apego seguro sentían más satisfacción en la relación que las que tenían un apego preocupado. En cuanto al género y a la duración de la relación, no se observaron influencias significativas sobre los niveles de satisfacción. Sin embargo, se identificó que la edad influía negativamente en la satisfacción en aquellas personas con tendencias de apego ansioso.

Saquiz et al. (2022) realizaron un estudio transversal con el fin de analizar la relación entre el apego adulto, la satisfacción con la relación y la ciberviolencia en el noviazgo en jóvenes, durante la pandemia por COVID-19, en una muestra de 230 jóvenes mexicanos. Emplearon la Escala de apego adulto, Escala de Satisfacción (RAS) y Cyber Dating Abuse Questionnaire. Los hallazgos revelaron una relación positiva entre el apego seguro y la satisfacción en la relación, ya que las personas con este estilo de apego tienden a mostrar mayor autonomía y estabilidad en sus vínculos, eligen mejor a sus parejas y desarrollan con mayor éxito aspectos como la intimidad y el compromiso, lo que conlleva una mayor satisfacción en sus relaciones de pareja.

Cevallos y Eugenio (2025) realizaron una investigación cuantitativa de tipo no experimental con el propósito de examinar la relación entre los estilos de apego y la satisfacción con la vida en estudiantes universitarios. La muestra estuvo conformada por 347 estudiantes universitarios, quienes respondieron el cuestionario CaMir-R para la evaluación de los estilos de apego y la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS). Los hallazgos indicaron que el estilo de apego predominante fue el preocupado o ansioso (39.8 %), seguido del seguro (34.6 %) y, en menor medida, del evitativo (25.6 %). Respecto a la satisfacción vital, la categoría más frecuente fue la de “ligeramente satisfecho” (35.2 %). No se identificaron diferencias significativas

en función del género, la edad o el nivel académico. Los resultados evidencian una relación parcial entre los estilos de apego y la satisfacción con la vida, identificándose una correlación positiva moderada en el apego seguro y una correlación positiva baja en el apego preocupado. Además, la mayoría de los estudiantes presentó un nivel de satisfacción vital ligeramente favorable y no se hallaron diferencias significativas según el sexo.

Hernández et al. (2025) llevaron a cabo un estudio transversal de tipo correlacional con el propósito de analizar la relación entre los estilos de apego y la asertividad en personas con pareja, así como identificar diferencias según el sexo, en el Estado de Hidalgo, México. La investigación contó con una muestra de 200 estudiantes universitarios voluntarios, conformada por 100 hombres y 100 mujeres. Respecto al tiempo de relación, el 42% tenía una relación de dos años o más, el 20% entre uno y dos años, el 14% entre seis a doce meses, y el 24% entre uno a seis meses. Utilizaron la Escala de Estilos de Apego en Adultos para la Población Mexicana y el Inventario de Asertividad de Gambrill y Richey-II. Los resultados evidenciaron una relación positiva entre la asertividad y niveles bajos de apego ansioso y evitativo, predominando el apego seguro. Asimismo, se hallaron diferencias según sexo, siendo los hombres quienes presentaron mayores niveles de apego evitativo. Finalmente, se concluye que el apego inseguro junto con baja asertividad puede representar un riesgo en las relaciones de pareja.

Vizcay et al. (2025) realizaron una revisión sistemática con la finalidad de examinar las investigaciones científicas sobre la relación entre el apego adulto y la satisfacción en las relaciones de pareja. Para la búsqueda de los artículos emplearon

tres bases de datos: Scielo, Redalyc y Google Académico. Los criterios de selección incluyeron publicaciones en inglés correspondientes a los últimos cinco años, utilizaron como palabras clave “Apego adulto” y “Satisfacción en las relaciones de pareja”. Los resultados de la revisión evidenciaron una asociación positiva entre el apego seguro y un mayor nivel de satisfacción en la relación de pareja. En contraste, se identificó que las estrategias de apego evitativo y ansioso se vinculan con un menor nivel de satisfacción en la relación romántica, lo que respalda la idea de que estos estilos de apego tienden a deteriorar la calidad de los vínculos afectivos.

2.1.2. Antecedentes Nacionales

Zanabria (2019) realizó un estudio para analizar la relación entre las dimensiones de apego adulto y la inversión en las relaciones de pareja de adultos jóvenes. La investigación incluyó a 74 estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, con edades entre 18 y 30 años. Se empleó la Escala Revisada de Experiencias en Relaciones Cercanas (ECR-R) adaptada al español por Zambrano et al. (2009) y la Escala de Modelo de Inversión (IMS) adaptada al español por Otazzi (2009). Los resultados indicaron que la evitación en el apego adulto se correlaciona negativamente con la satisfacción y el compromiso en las relaciones. Además, se encontraron diferencias significativas por género, con los hombres mostrando mayores niveles de evitación en comparación con las mujeres.

Además, Rodriguez (2021), llevó a cabo una investigación que tiene como finalidad explorar las relaciones entre el apego adulto y la regulación emocional en un grupo de adultos emergentes pertenecientes a varias universidades de Lima Metropolitana. Este estudio tuvo como muestra 143 universitarios, de 18 a 29 años,

utilizando una adaptación colombiana de la Escala de Experiencias en Relaciones Cercanas-Revisada y la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional para la regulación emocional. Los resultados revelaron que tanto la ansiedad como la evitación en el apego se relacionan con dificultades en la regulación emocional, siendo la ansiedad más fuerte en cuanto a descontrol emocional y la evitación con mayor confusión emocional. También se encontraron correlaciones negativas entre las dimensiones del apego y la satisfacción en la relación, así como entre desatención emocional y edad o tiempo de pareja. Además, se identificaron diferencias entre personas con y sin pareja actual en relación con el apego y la confusión emocional, y entre los estilos de apego seguro y preocupado.

Montestruque (2021) llevó a cabo un estudio descriptivo con el propósito de determinar el estilo de apego que prevalece en estudiantes de psicología de una universidad privada de Chiclayo, 2020. La muestra consistió en 97 estudiantes universitarios y se utilizó el cuestionario de Apego Adulto, adaptado por Barreto y Coico en 2016. Los resultados indicaron que el estilo de apego inseguro preocupado fue prevalente en un 33% de los casos. Se observó que, entre las mujeres, el estilo de apego más común fue el inseguro preocupado, mientras que entre los hombres predominó el estilo de apego seguro. En cuanto a los ciclos universitarios, se encontró que, en el segundo ciclo, los estilos de apego inseguro preocupado y temeroso eran más comunes. En los cuarto y sexto ciclos, el estilo de apego seguro era más frecuente, mientras que, en el octavo y décimo ciclo, el estilo de apego inseguro preocupado era predominante.

Barrientos (2023) en su estudio correlacional investigó la relación entre estilos de apego y factores de personalidad en parejas adultas de San Pedro de Saño, con una muestra de 310 adultos de 20 a 25 años. Utilizó la Escala de Apego Adulto (EAA) y el Inventario de Personalidad (NEO FFI). Los resultados revelaron que las mujeres mostraron un mayor porcentaje de apego ansioso, mientras que los hombres presentaron una predominancia en el apego evitativo en comparación con las mujeres. No obstante, ambos géneros demostraron niveles similares de apego seguro. Asimismo, un 39,7% reportó apego evitativo, el 39,4% apego ansioso y solo el 21% apego seguro. Estos resultados sugieren que la mayoría de los participantes experimentan temor a la intimidad y niveles elevados de desconfianza en sus relaciones cotidianas, lo que limita sus interacciones interpersonales.

Asimismo, Ascenzo (2023) llevó a cabo una revisión sistemática con el propósito de examinar la relación existente entre las variables de apego y la satisfacción en la relación de pareja. La búsqueda se realizó siguiendo los lineamientos PRISMA en las bases de datos Web of Science, Scielo, Scopus y Ebsco. En total se seleccionaron 10 artículos, a fin de determinar si había una relación significativa entre el apego y la satisfacción en la pareja. Los resultados mostraron una asociación positiva entre el apego seguro y una mayor satisfacción en la relación de pareja. De igual manera, se observó que los estilos de apego inseguros, como el ansioso y el evitativo, guardan una relación negativa con la satisfacción en la relación. Otro hallazgo relevante fue que el apego constituye el constructo más significativo para predecir la satisfacción en las relaciones de tipo heterosexual.

Herrera y Florez (2025) realizaron una investigación de tipo correlacional con el propósito de analizar la relación entre los celos y los estilos de apego adulto en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. La muestra estuvo compuesta por 270 participantes, de los cuales el 60 % fueron mujeres (n = 163) y el 40 % hombres (n = 107), con edades comprendidas entre 18 y 25 años. Para la evaluación de las variables aplicaron el Inventario Multidimensional de Celos y la Escala de Estilos de Apego Adulto. Los hallazgos evidenciaron una relación negativa entre las dimensiones de los celos y los estilos de apego adulto. Asimismo, no se identificaron diferencias significativas en función del tiempo de duración de la relación y el tipo de apego. Se reportó, además, una fuerte correlación entre el apego seguro y la dimensión de confianza en las relaciones de pareja.

Deza y Mayhua (2025) llevaron a cabo un estudio de enfoque cuantitativo, de tipo correlacional, con un diseño no experimental y de corte transversal, cuyo propósito fue determinar la relación entre el apego en la infancia y la satisfacción en la relación de pareja en jóvenes universitarios de una universidad privada en Arequipa durante el 2025. La muestra estuvo conformada por 365 participantes, con edades entre 18 y 29 años, quienes mantenían una relación de pareja. Para la recolección de datos se emplearon el cuestionario CAMIR-R y la escala ESP-10. Los hallazgos evidenciaron una relación significativa entre los estilos de apego y la satisfacción en la relación de pareja. En particular, el apego seguro se asoció con mayores niveles de satisfacción y vínculos más estables, mientras que los estilos de apego inseguro se relacionaron con menor satisfacción y mayores dificultades en la interacción emocional. Además, se observó que la mayoría de los participantes presentaba apego seguro; en cuanto a la satisfacción, el 50% reportó niveles altos, el

30% niveles medios y el 20% niveles bajos, lo que resalta la importancia de las experiencias tempranas en la calidad de las relaciones en la adultez.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Apego Adulto

2.2.1.1. Definición y clasificación del apego en la infancia

Bowlby (1988) describió el apego como una conexión emocional única que implica una reciprocidad entre la comodidad, protección y gratificación, destacando la interacción entre el cuidador y el niño. Esta conexión es fundamental para el desarrollo de patrones de conducta que darán forma a la personalidad de cada individuo.

En consecuencia, el apego se puede entender como cualquier comportamiento orientado a mantener o lograr la cercanía con la figura de cuidado principal, y este proceso está influenciado por factores emocionales, cognitivos, conductuales y sociales (Bowlby, 2009; citado en Mayorga y Vega, 2021).

2.2.1.2. Teoría del Apego de Bowlby (1969 -1980)

La teoría del apego, desarrollada por Bowlby durante los años 1969 a 1980, sostiene que los vínculos afectivos establecidos en la infancia con los padres o el cuidador principal, así como las formas de experimentar, expresar y regular las emociones, influyen en el desarrollo de aspectos cognitivos, habilidades sociales y emocionales. Asimismo, destaca que estos lazos cumplen un papel fundamental en la construcción de relaciones duraderas y satisfactorias.

En esa misma línea, esta teoría plantea que, desde los primeros días de vida, se establece un vínculo emocional entre el bebé y su cuidador, el cual tendrá un impacto duradero en sus relaciones sociales y en la manera en que formará futuras relaciones amorosas. (Moneta, 2014). La primera conexión afectiva de un niño, generalmente con su madre o con un adulto cercano, es fundamental para su desarrollo psicológico, ya que está relación inicial sienta las bases para futuras interacciones. En este sentido, se ha señalado que un vínculo afectivo seguro favorece el bienestar, mientras que un apego inseguro puede generar inseguridades y afectar negativamente las relaciones futuras (Fraley, 2019).

Además, Rivera, et al. (2011) señalan que los jóvenes presentan diferencias en su capacidad para encontrar pareja y establecer relaciones, y que la experiencia con el cuidador principal, habitualmente la madre, en términos de apego, puede influir significativamente en este proceso.

En el marco de la teoría del apego, Bowlby (1973) propone tres postulados básicos en su teoría de apego:

1. Una persona que confía en tener el respaldo constante de su figura de apego, como su madre o cuidadora, es menos propensa a experimentar miedos o dudas intensas, a diferencia de quien carece de esa seguridad.

2. A medida que una persona pasa por los años de inmadurez, es decir, la infancia, niñez y adolescencia, desarrolla gradualmente la confianza en la disponibilidad de la figura de apego, la cual tiende a mantenerse relativamente estable a lo largo de la vida.

3. Las distintas expectativas sobre la disponibilidad y capacidad de respuesta de la figura de apego se construyen a partir de las experiencias vividas durante los primeros años de vida, reflejan de manera precisa las experiencias reales del individuo.

2.2.1.3. Teoría de apego de Ainsworth (1978)

Ainsworth et al. (1978) plantearon tres estilos de apego a partir del procedimiento experimental conocido como "la Situación Extraña", diseñado para evaluar la calidad del vínculo entre el niño y su cuidador, mediante la observación de sus reacciones frente a la separación y ante la presencia de una persona desconocida. En este experimento, se analizaron las conductas de los niños durante el reencuentro con sus madres tras la separación. A partir de estos patrones, se identificaron tres tipos de apego en la infancia: seguro, inseguro-ambivalente e inseguro-evitativo.

A) Apego Seguro:

Se caracteriza por la confianza del niño en la disponibilidad y sensibilidad de la figura de apego, lo que le permite experimentar seguridad y calma, especialmente, al reencontrarse con sus madres tras una separación. Esta confianza les permite explorar su entorno de manera independiente, ya que el niño percibe que puede recurrir a su cuidador en caso de necesitar apoyo. Asimismo, este tipo de apego se desarrolla cuando la figura parental responde de manera consistente, sensible y adecuada a las necesidades del menor (Ainsworth et al., 1978).

B) Apego Inseguro - ambivalente:

Se caracteriza por la angustia excesiva de los niños ante la separación de la figura de apego, manifestando una constante necesidad de proximidad y contacto. A pesar de que el cuidador puede mostrarse disponible en algunas ocasiones, la inconsistencia en sus respuestas genera inseguridad, lo que se traduce en ansiedad por la separación, conductas de aferramiento y una limitada exploración del entorno. Este patrón suele desarrollarse cuando la figura parental responde de manera irregular a las necesidades del niño, siendo en algunos momentos sensible y en otros distante o poco receptiva, o cuando existen separaciones frecuentes y amenazas de abandono como forma de control. Asimismo, el cuidador puede alternar entre conductas afectuosas y respuestas inapropiadas, interpretando erróneamente comportamientos normales del niño, como la frustración o la búsqueda de autonomía, como señales de rechazo, lo que puede dar lugar a reacciones de irritación, impaciencia o conductas de rechazo, contribuyendo así al desarrollo de inseguridad en el menor (Ainsworth et al., 1978).

C) Apego Inseguro-evitativo:

Se caracteriza por la tendencia del niño a ignorar o evitar la interacción con la figura de apego, mostrando una aparente independencia emocional. Ante experiencias repetidas de rechazo o de escasa respuesta a sus necesidades, el niño aprende a inhibir la expresión de malestar y a no buscar consuelo, desarrollando la expectativa de que no recibirá apoyo

cuando lo necesite. En consecuencia, puede mostrarse distante, poco expresivo emocionalmente y orientado a buscar ser emocionalmente autosuficiente, evitando depender del amor y apoyo de otros, lo que limita el establecimiento de vínculos cercanos. Este patrón suele originarse en contextos donde el cuidador responde de manera fría, rechazante o poco disponible frente a las demandas afectivas del menor, especialmente cuando el niño busca consuelo y protección, generando un conflicto interno que tiende a permanecer oculto (Ainsworth et al., 1978).

2.2.1.4. Clasificación de los estilos de apego adulto

A) Modelo de Hazan y Shaver (1987)

El apego en la etapa adulta se forma a partir de experiencias en la adolescencia, donde se establecen conexiones emocionales con personas de confianza, generalmente positivas para el individuo. Existen varias teorías sobre el apego en adultos, que preceden a las teorías sobre el apego infantil (Díaz Blánquez y Díaz Atienza, 2016).

El apego es un proceso que se conserva durante toda la vida y que repercute en las relaciones interpersonales en la etapa adulta. En este sentido, Hazan y Shaver (1987, citados en Barrientos, 2023) fueron los primeros en describir los estilos de apego en la vida adulta, extrapolando los tipos identificados por Ainsworth en la niñez. Estos investigadores propusieron que el amor romántico en la adultez es un sistema de apego similar al formado entre el bebé y su cuidador. Así, los estilos de apego se convierten en un factor común en relaciones significativas a lo largo de la vida, afectando cómo las personas conciben el amor romántico, su

confianza y disponibilidad hacia sus parejas, y la percepción de su propio valor. Estos estilos influyen en las reacciones del adulto en sus relaciones de pareja.

En la edad adulta, el estilo de apego se conceptualiza a través de dos dimensiones principales: ansiedad y evitación (Mikulincer y Shaver, 2007). A partir de estas dimensiones, Hazan y Shaver (1987) propusieron la existencia de estilos de apego en la adultez, entre los que se encuentran el seguro, evitativo y ambivalente.

- Apego Seguro: El apego seguro se caracteriza por un modelo mental positivo de sí mismo y de los demás, así como por una adecuada autoestima. Las personas con este estilo se sienten cómodas con la cercanía y la dependencia afectiva, sin presentar una preocupación constante por el abandono. Asimismo, Yárnoz y Comino (2011) señalan que este estilo se asocia a relaciones afectivas basadas en la confianza, el compañerismo y la predominancia de emociones positivas.
- Apego Evitativo: Se caracteriza por la incomodidad al establecer cercanía con otras personas y por una tendencia a la autosuficiencia. Por otro lado, también puede existir una necesidad de dependencia; sin embargo, cuando perciben altos niveles de intimidad emocional, tienden a sentirse incómodos y a tomar distancia afectiva. En este sentido, Yárnoz y Comino (2011) señalan que este estilo se asocia con miedo a la intimidad,

desconfianza hacia los demás y dificultades en la expresión emocional.

- Apego Ansioso/Ambivalente: Se caracteriza por la inseguridad y la desconfianza al establecer vínculos con otras personas. Aunque existe un fuerte deseo de cercanía emocional, las personas con este estilo suelen preocuparse constantemente por la posibilidad de no ser valoradas o de que su pareja no desee continuar la relación, lo que genera ansiedad ante el abandono. Yárnoz y Comino (2011) señalan que este estilo se asocia con una vivencia del amor de carácter más obsesivo, un intenso deseo de reciprocidad y unión con la pareja, así como el temor de que esta intensidad puede resultar abrumadora para el otro.

En concordancia con lo señalado, los estilos de apego ejercen influencia en las relaciones románticas, afectando dimensiones como la calidad del vínculo, la forma en que se gestionan los conflictos y la duración de la relación (Medina et al., 2016).

B) Modelo de Bartholomew y Horowitz (1991):

El modelo categorial del apego adaptado a la edad adulta, originalmente propuesto por Hazan y Shaver, fue reformulado por Bartholomew y Horowitz (1991, citado en Durand, 2025), quienes plantearon una clasificación dimensional y prototípica del apego basada en dos representaciones fundamentales: el modelo de sí mismo y el modelo de los otros, ambos en versiones positivas o negativas.

El modelo de sí mismo refleja la autovaloración y la percepción de ser o no digno de recibir atención y afecto de los demás. En cambio, el modelo de los otros alude a la evaluación de la figura de apego, considerándola confiable y accesible o, por el contrario, poco disponible y rechazante.

De la combinación de estas dos dimensiones surgen cuatro configuraciones: un modelo de sí mismo positivo, asociado a la percepción de merecer amor y cuidado; un modelo de sí mismo negativo, en el que la persona se considera indigna de afecto; un modelo de los otros positivo, donde se percibe a los demás como protectores; y un modelo de los otros negativo, en el que se percibe a los demás como poco confiables y rechazantes, dando lugar a los cuatro estilos de apego en la adultez organizados en celdas.

- **Celda I: Estilo seguro:** Se caracteriza por una valoración positiva de sí mismo y por la capacidad de percibir a los otros como personas en quien confiar, accesibles y sensibles a las propias necesidades.
- **Celda II: Estilo preocupado:** Se asocia con una baja percepción de valía personal, a pesar de expectativas favorables hacia los otros, lo que lleva a buscar la aprobación y la valoración de los demás.
- **Celda III: Estilo evitante-temeroso:** Tienen una visión negativa tanto de sí mismo como de los demás, considerados poco confiables y sensibles. Por ello, las personas tienden a evitar la

cercanía como protección frente al rechazo, mostrando un patrón de evasión ante el miedo.

- **Celda IV: Estilo evitante-rechazante:** Se caracteriza por una valoración positiva de sí mismo junto a una visión negativa de los demás. Por lo tanto, suelen evitar relaciones cercanas para protegerse de la decepción, priorizando la independencia y una aparente invulnerabilidad emocional.

Este modelo incorpora dos dimensiones: dependencia y evitación de la intimidad. La primera, situada en el eje horizontal, va desde un nivel bajo cuando la autoestima se basa en la valoración interna, hasta un nivel alto, cuando depende de la aceptación de los demás. La segunda, la evitación de la intimidad, refleja el grado en que los individuos rehúyen el contacto cercano, que oscila entre un nivel bajo, cuando se busca la cercanía, y un nivel alto, cuando se evita el contacto por temor a consecuencias negativas. (Bartholomew y Horowitz, 1991; citado en Durand, 2025).

C) Modelo de Brennan, Clark y Shaver (1998)

Brennan, Clark y Shaver (1998) realizaron investigaciones con el propósito de desarrollar una teoría del apego en adultos basada en dos dimensiones fundamentales: la ansiedad y la evitación.
La primera dimensión se relaciona con la ansiedad, definida como el miedo al rechazo interpersonal o al abandono, así como una excesiva necesidad de aceptación y malestar cuando la pareja no está disponible o no responde de manera esperada. Por otro lado, la segunda dimensión

corresponde a la evitación, la cual implica temor a la dependencia y a la intimidad interpersonal, además de una excesiva necesidad de autosuficiencia y la dificultad para expresarse emocionalmente ante los demás y la propia pareja.

La presente investigación se sustenta en la teoría del apego adulto propuesta por Hazan y Shaver (1987), quienes plantean que los modelos internos de apego construidos durante las primeras etapas del desarrollo permanecen y se reflejan en las relaciones afectivas establecidas en la adultez. Asimismo, para su abordaje empírico se consideró el enfoque dimensional del apego, en concordancia con los aportes de Brennan, Clark y Shaver (1998), quienes proponen que las diferencias individuales en los vínculos afectivos pueden representarse principalmente mediante dos dimensiones: ansiedad y evitación. En coherencia con este modelo, el instrumento utilizado en la presente investigación, elaborado por Condori (2019), operacionaliza el constructo de apego adulto mediante las dimensiones de apego ansioso y apego evitativo, permitiendo identificar patrones de vinculación en relaciones de pareja.

2.2.2. Teoría triangular del amor de Sternberg (1986, 1988)

Según Sternberg (1986), el amor es una de las emociones más intensas y deseadas que una persona puede sentir. En su teoría sobre el amor, señala tres elementos esenciales para una relación exitosa: intimidad, pasión y decisión/compromiso.

A) La intimidad se refiere a los sentimientos que favorecen la cercanía, el vínculo emocional y la conexión entre las personas dentro de una relación. Este componente se manifiesta cuando se experimenta un

conjunto suficiente de emociones positivas que generan proximidad afectiva, aunque su intensidad puede variar según cada individuo.

B) La pasión se relaciona con los factores motivacionales y de activación emocional que generan atracción y deseo en una relación. En los vínculos amorosos, suelen predominar las necesidades sexuales, aunque también pueden intervenir otras como la autoestima, el afecto, la afiliación o la necesidad de apoyo emocional, cuya intensidad varía según la persona, el contexto y el tipo de relación. Este componente se manifiesta mediante la activación psicológica y fisiológica, las cuales se influyen mutuamente. Asimismo, la pasión mantiene una relación dinámica con la intimidad, ya que puede surgir a partir de ella o favorecer su desarrollo, dependiendo de las características de la relación.

C) El compromiso incluye dos aspectos, la decisión de amar a una persona en el corto plazo y el compromiso de mantener ese amor a lo largo del tiempo. Ambos elementos no siempre ocurren juntos, ya que decidir amar no implica necesariamente un compromiso, ni el compromiso implica siempre una decisión consciente. En muchos casos, el compromiso es el que sostiene la relación en momentos difíciles, incluso cuando la intimidad o la pasión disminuyen. Por ello, este componente resulta fundamental para la estabilidad del vínculo, ya que permite mantener la relación y superar etapas complicadas. Asimismo, el compromiso puede surgir a partir de la intimidad o la pasión, pero también puede existir de manera previa, como ocurre en algunos vínculos familiares o matrimonios arreglados. En síntesis, el componente decisional y de compromiso puede influir en los otros elementos del

amor y desempeña un papel clave en la estabilidad de las relaciones afectivas.

Hazan y Shaver (1987, citado en Lemaitre, 2025) sostienen que el amor puede entenderse como una expresión del sistema de apego en la adultez. Esto se debe a que experiencias como el enamoramiento, la necesidad de conservar el vínculo afectivo y las respuestas emocionales ante la separación o la posible pérdida de la pareja reflejan los patrones de búsqueda de cercanía y seguridad emocional descritos por la teoría del apego. Este planteamiento puede vincularse teóricamente con los componentes del amor propuestos por Sternberg, en la medida en que el sistema de apego influye en la forma en que las personas experimentan la intimidad, la pasión y el compromiso en sus relaciones de pareja.

2.2.2.1. Tipologías de amor según la combinación de los componentes

Robert Sternberg (1986) plantea la teoría triangular del amor, la cual sostiene que este se compone de tres elementos esenciales: intimidad, pasión y compromiso. A partir de la combinación de estos componentes, se generan ocho posibles configuraciones: la ausencia de todos ellos da lugar al “no amor”, mientras que las demás combinaciones originan distintas formas de amor, identificándose en total siete tipos.

1. El cariño: Se presenta cuando predomina únicamente la intimidad, sin la presencia de pasión ni compromiso. Este tipo de vínculo se caracteriza por sentimientos de cercanía, afecto y confianza propios de una amistad significativa. Existe una conexión emocional, pero no hay atracción intensa ni la intención de mantener una relación a largo plazo. A diferencia

de relaciones más profundas, la ausencia de la otra persona no genera una preocupación constante ni un impacto significativo en la vida cotidiana.

2. Encaprichamiento: Surge cuando predomina exclusivamente la pasión, sin intimidad ni compromiso. Este tipo de amor suele surgir de manera repentina, como en el llamado "amor a primera vista", y se asocia a una intensa activación emocional y fisiológica. Las personas pueden experimentar una fuerte atracción y excitación, acompañada de reacciones corporales como el aumento del ritmo cardíaco o la sensación de nerviosismo. Sin embargo, este tipo de vínculo tiende a ser inestable, ya que no se sustenta en una conexión emocional profunda ni en la decisión de mantener la relación, por lo que puede desaparecer con la misma rapidez con la que aparece.
3. Amor vacío: Se caracteriza por la presencia exclusiva del compromiso, sin intimidad ni pasión. En este tipo de relación, la decisión de permanecer juntos se mantiene, aunque ya no exista una conexión emocional profunda ni atracción física entre los miembros de la pareja. Suele observarse en relaciones de larga duración que, con el tiempo, han perdido el afecto y la cercanía que antes las definían.
4. Amor romántico: Se origina a partir de la combinación de la intimidad y la pasión. En este tipo de amor, existe tanto una conexión emocional profunda como una fuerte atracción física entre los miembros de la pareja. Las personas no solo se sienten cercanas y unidas afectivamente, sino que también experimentan deseo y excitación hacia el otro. Sin embargo, a diferencia del encaprichamiento, el amor romántico incluye una base

emocional más sólida, aunque aún carece de un compromiso estable a largo plazo.

5. Amor de compañía: Se establece a partir de la combinación de la intimidad y el compromiso. Este tipo de amor se caracteriza por una relación basada en el afecto, la cercanía emocional y la decisión de mantener el vínculo a largo plazo. Suele presentarse como una amistad profunda y estable, en la que la pasión ha disminuido o ya no tiene un papel central. Es común en relaciones duraderas, como matrimonios consolidados, donde predomina el apoyo mutuo, la confianza y la convivencia.
6. Amor fatuo: Se deriva de la combinación de la pasión y el compromiso, en ausencia de la intimidad. Este tipo de amor se caracteriza por relaciones en las que existe una fuerte atracción emocional o física que lleva a decisiones rápidas de compromiso, sin que previamente se haya desarrollado una conexión afectiva profunda. Suele asociarse con relaciones intensas y aceleradas, donde las parejas toman decisiones importantes en poco tiempo, como comprometerse o casarse rápidamente. Sin embargo, al no contar con una base sólida de intimidad, este tipo de vínculo puede ser inestable y tener un mayor riesgo de disolución.
7. Amor consumado: Resulta de la integración de los tres componentes del amor: intimidad, pasión y compromiso. Este tipo de amor es considerado el ideal al que muchas personas aspiran en sus relaciones de pareja. Sin embargo, su logro no garantiza su permanencia, ya que puede debilitarse si no se mantiene de manera constante. En algunos casos, este tipo de amor puede ser más estable, como ocurre en la relación entre padres e hijos, donde suelen coexistir la conexión emocional, la satisfacción de

necesidades afectivas y un compromiso sólido. Su estabilidad depende del tipo de vínculo y del contexto en el que se desarrolla.

2.2.3. Relaciones de pareja

La relación de pareja se define como el vínculo entre dos individuos que eligen compartir de forma continua sus emociones y vivencias. Asimismo, dentro de las relaciones, se encuentra la relación de pareja, que permite el intercambio de valoración intelectual, emocional y física (Blandón y López, 2016). Este vínculo afectivo implica una cierta estabilidad temporal, acuerdos mutuos y construcción de proyectos a corto, mediano y largo plazo, así como una percepción compartida de la realidad (Romero, 2019).

Por otro lado, Acevedo et al. (2010) sostienen que las parejas funcionales, que se consideran felices y con una relación sólida, cuentan con habilidades para resolver problemas y gestionar conflictos de forma efectiva. En contraste, las parejas disfuncionales, con estrategias inadecuadas para abordar los problemas, tienden a ser más infelices y a sentirse insatisfechas con su relación, lo que a menudo lleva al deterioro y a la ruptura. Estas parejas también tienen mayor tendencia a la violencia, lo que aumenta el riesgo de separación o divorcio.

Los conflictos en las relaciones de pareja suelen originarse en ciertos componentes fundamentales que conforman la estructura de la relación, entre ellos la intimidad, el compromiso, la dominancia, el apego, las dificultades en la comunicación y resolución de problemas, entre otros. Cuando se presentan desequilibrios o dificultades en estos aspectos, pueden surgir conflictos que repercuten negativamente en la estabilidad y satisfacción de la relación (Higuera, 2002). En este sentido, Cidoncha (2017) señala que las relaciones de pareja son

cruciales en la vida de las personas; sin embargo, la presencia de violencia y conflictos puede afectar de manera desfavorable el bienestar psicológico de sus integrantes.

2.2.4. Conflictos de pareja

Según Vindas (2009), los conflictos en las relaciones de pareja se manifiestan como discrepancias, diferencias o desacuerdos respecto a opiniones, puntos de vista o comportamientos derivados de ciertas situaciones. Estos conflictos pueden surgir por diversas razones, como distintos criterios, comunicación deficiente o incluso choques de personalidades. Otros desencadenantes de conflictos pueden ser la falta de respeto, la desconfianza, los cambios que se producen a lo largo de la vida, la rigidez frente a ideas o generalizaciones, el control excesivo, los celos o problemas personales no resueltos, entre otros. Además, la naturaleza de los conflictos puede variar: algunos son considerados sanos porque ofrecen oportunidades para crecer y desarrollar nuevas habilidades, mientras que otros son más problemáticos y ocultos, con un alto grado de incertidumbre que dificulta identificar el problema real y, por ende, obstaculiza la búsqueda de soluciones y acuerdos.

En los Estados Unidos, el porcentaje de estudiantes que experimentaron violencia física durante el noviazgo varió entre el 5,5% y el 12,1%. En Sudáfrica, el 19% de los adolescentes fueron víctimas o sobrevivientes de violencia de pareja, mientras que el 13% admitió haber cometido actos de violencia en sus relaciones. (Mason et al., 2016)

2.2.4.1. Áreas de conflictos de pareja

A) Intimidad:

Las barreras que existen entre ambos individuos en cuanto al nivel de intimidad. Esto incluye aspectos como la muestra de cariño (gestos, relaciones sexuales, etc.). En este sentido, los conflictos surgen cuando las necesidades sexuales o afectivas de una de las partes no son satisfechas, ya sea por falta de calidad o de frecuencia en las relaciones, lo que genera insatisfacción en la relación. Por el contrario, las personas más felices describen sus relaciones sexuales como satisfactorias (Sandhya, 2009; citado en Cidoncha, 2017).

B) Compromiso:

El nivel de dedicación que cada miembro aporta a la relación. Se manifiesta mediante la inversión instrumental, que implica el esfuerzo conductual para mantener o fortalecer la relación, y la inversión expresiva, que consiste en acciones destinadas a hacer feliz a la pareja (Cidoncha, 2017).

C) Dominancia:

El equilibrio de poder y control en la toma de decisiones en la pareja abarca aspectos como el manejo del dinero, el uso del tiempo libre, las tareas del hogar y las prioridades profesionales. Los conflictos surgen cuando uno asume la dominancia sin consentimiento del otro o cuando esta dominancia afecta negativamente la intimidad (Cidoncha, 2017).

D) Apego:

Cuando las expectativas o patrones de apego adquiridos en la infancia no se cumplen, pueden surgir problemas serios en las parejas. Estas conductas son automáticas e inconscientes, por lo que los conflictos resultantes pueden ser intensos y difíciles de detectar, generando emociones fuertes sin solución clara (Cidoncha, 2017).

E) Celos:

Los celos son una respuesta emocional que puede presentarse en cualquiera de los miembros de la pareja ante una sospecha, real o imaginaria, que amenaza la estabilidad de la relación o incluso conducir a su ruptura (García et al., 2001; citado en Cidoncha, 2017).

F) Problemas en la comunicación y en la resolución de conflictos:

Las dificultades en la comunicación y en la resolución de conflictos pueden generar problemas que afectan múltiples áreas de la relación. Cuando los conflictos no se expresan ni se manejan adecuadamente desde el inicio, la pareja establece patrones que perpetúan o agravan el conflicto. En este sentido, la comunicación es un elemento central para las relaciones de pareja, ya que puede fortalecerla o deteriorarla dependiendo de la presencia de respeto, o de que no se permite que la otra persona exprese libremente sus pensamientos y sentimientos (Dattilio y Padesky, 2000; citado en Cidoncha, 2017).

2.2.5. Satisfacción en la pareja

La satisfacción en la pareja se refiere a la evaluación interna de agrado o desagrado que una persona experimenta en relación con su pareja, la cual puede generar sensaciones de placer o displacer. La calidad de la satisfacción se puede medir en función del grado en que ambos miembros de la relación expresan afecto y complacencia mutua (González, 2018). En esta misma línea, Hendrick (1988, citado en Cidoncha, 2017) señala que la satisfacción en la relación de pareja es la opinión subjetiva que realiza la persona sobre su relación, la cual se basa en la integración de aspectos positivos y negativos, así como en sus sentimientos y actitudes hacia la misma.

A) Dimensiones de la satisfacción de pareja

Lozano et al. (2010) propone que la satisfacción en la pareja está puede evaluarse a través de cinco dimensiones:

- Físico-sexual: Incluye el contacto y los gestos físicos como caricias, abrazos, besos y la actividad sexual.
- Intercambios emocionales: Facilitan la interacción de la pareja, abarcando la expresión de emociones y cómo son interpretadas por el otro.
- Comunicación y diversión: Se refiere a la manera en que la pareja interactúa y disfruta de actividades recreativas, tanto en el hogar como fuera de él, lo cual es esencial para mantener una relación íntima exitosa.

- La familia: Se centra en cómo la pareja se coordina para llevar a cabo las labores domésticas y tomar decisiones, así como en la forma en que abordan en conjunto los desafíos que se presentan.
- Los hijos: Abarca el sentimiento de la pareja respecto a la crianza, educación y protección de sus hijos.

Según Guzmán y Silva (2015), un aspecto fundamental para lograr una relación de pareja satisfactoria es el respeto mutuo. La pareja adquiere habilidades y características que les permiten respetarse a pesar de sus imperfecciones. Además, es importante mantener un alto grado de tolerancia y asumir con buena disposición los roles y responsabilidades dentro de la relación.

B) Modelos en la conceptualización de la satisfacción en la pareja

Según Moral (2008), existen tres modelos principales para conceptualizar la satisfacción en la relación de pareja.

A) Modelo unidimensional: El modelo unidimensional se basa en una dimensión valorativa de placer-displacer, en la que la satisfacción en la pareja resulta del equilibrio entre los aspectos positivos y negativos de la relación (Locke y Wallace, 1959; Hendrick, 1988, citados en Moral, 2008).

B) Modelo bidimensional: El modelo bidimensional se basa en la idea de que la felicidad en la relación de pareja no es un constructo unidimensional, sino un estado complejo compuesto por dos factores independientes: satisfacciones e insatisfacciones. En este sentido, el

bienestar en la relación se explica a partir del equilibrio entre ambas dimensiones (Larson y Bahr, 1980, citados en González y Veray, 2018).

C) Modelo multidimensional: El modelo multidimensional considera la satisfacción en la relación de pareja como una actitud compleja que integra diversos componentes, tales como la interacción, la expresión de afecto y la organización de la vida en pareja, los cuales en conjunto determinan la calidad de la relación (Pick y Andrade, 1988; citados en Moral, 2008).

En el presente estudio se adopta como base el modelo unidimensional de la satisfacción en la pareja, el cual entiende este constructo como la apreciación que el individuo realiza sobre su relación de pareja. Este enfoque resulta adecuado, ya que permite abordar la satisfacción desde una perspectiva integral, facilitando su evaluación general en coherencia con los objetivos de la investigación.

Asimismo, uno de los pilares en la satisfacción en la pareja está determinado por la calidad de la relación de pareja.

2.2.6. Calidad de relación de pareja

Considerando el papel de los ideales en las relaciones románticas, la satisfacción funciona como un indicador mediante el cual cada miembro evalúa el funcionamiento de la relación. En este sentido, la satisfacción puede interpretarse como la percepción del éxito de la relación, medida por la felicidad que aporta a cada persona y cómo fomenta sentimientos de valoración personal (Sternberg y Hojjat, 1997; citado en Sandino de Luca, 2016).

Por lo tanto, la calidad percibida de la relación se manifiesta cuando los lazos entre los miembros se fortalecen, lo que a su vez conlleva un aumento en las

perspectivas de futuro y el nivel de compromiso. En este contexto, resulta innegable la importancia de las habilidades de comunicación, inteligencia emocional y resolución de conflictos de las personas involucradas en la pareja. (Sánchez y González, 2017)

Además, la formación y el mantenimiento de vínculos emocionales cercanos e íntimos, como las relaciones de pareja, son cruciales para el desarrollo psicosocial de adolescentes y jóvenes, ya que influyen significativamente en su salud, bienestar y capacidad de adaptación. En este contexto, la calidad de la relación constituye un elemento clave para el buen funcionamiento de estas relaciones, entendiéndose como el nivel en que los miembros de la pareja expresan intimidad, cariño y apoyo mutuo. Asimismo, las parejas que experimentan una alta calidad en su relación tienden a presentar mayores niveles de bienestar, satisfacción, compromiso y perspectivas positivas hacia futuras relaciones (Collins et al., 2009; citado en Medina et al., 2016).

Según el estudio realizado por Simpson et al. (2007), señalan que la vinculación emocional durante la infancia puede predecir la calidad emocional de las relaciones de pareja en adultos jóvenes. No obstante, esta conexión estaba influenciada por factores como las habilidades sociales durante la infancia y las relaciones seguras o inseguras con amigos durante la adolescencia.

2.2.6.1. Dimensiones de la calidad de relación de pareja

Se indica que la calidad de una relación de pareja es un concepto con varias dimensiones, es posible evaluarla mediante sus elementos más habituales, que incluyen compromiso, confianza, pasión y satisfacción. (Fletcher et al., 2000)

a) Satisfacción:

La satisfacción en una relación de pareja es la opinión subjetiva de alguien sobre su relación, basada en aspectos positivos y negativos, así como en sus sentimientos y actitudes. (Hendrick, 1988; citado en Cidoncha, 2017)

b) Compromiso:

El compromiso en una relación es un proceso que involucra tanto el pensamiento como las emociones, y que influye en la decisión que los individuos toman acerca de seguir adelante o permanecer en su relación. (Lund, 1985; citado en Escobar et al., 2020)

c) Amor:

Es una actitud sostenida de una persona hacia otra, que implica una predisposición a pensar, sentir y actuar de cierta manera, con componentes como la necesidad de conexión y dependencia, la disposición a ayudar, y aspectos de exclusividad y posesión. (Rubin, 1973; citado en Retana y Sánchez, 2005)

d) Pasión:

La pasión es el aspecto de la relación que se encarga de la atracción física y sexual, el romance y el deseo de estar juntos, generando emoción y excitación. (Sternberg, 1986)

e) Intimidad:

La intimidad se caracteriza por la sensación de cercanía y vínculo en la relación. La pasión es el aspecto responsable de la atracción física y sexual, el romance y el deseo de estar juntos, aportando energía y emoción. (Sternberg, 1986)

f) Confianza:

La confianza es la expectativa de que otra persona responderá de manera adecuada a las necesidades propias, tanto ahora como en el futuro. (Rempel et al., 1985; citado en Fuentes, 2015)

2.3. Definición de términos

2.3.1. Apego

El apego se entiende como el vínculo emocional que se establece en las primeras etapas de la infancia entre el niño y sus padres o cuidador principal, el cual brinda seguridad emocional esencial y favorece el desarrollo cognitivo y afectivo del individuo (Bowlby, 1989).

2.3.2. Apego adulto

- *Definición Conceptual:* Se refiere a la forma en que los vínculos afectivos tempranos se reflejan en las relaciones románticas en la adultez, influyendo en la manera de vincularse con la pareja y en la calidad de la relación. Asimismo, se expresa en la regulación emocional frente a situaciones de conflicto o amenaza. (Hazan y Shaver, 1987)
- *Definición Operacional*: Será medida a través de la Escala Apego Adulto (EAA) creada por José Luis Condori Contreras en el año 2019. Este instrumento tiene como objetivo el obtener datos exactos sobre los niveles de Apego Adulto, asimismo, fue aplicado y validado en una muestra de adultos jóvenes que presentaron edades entre los 20 y 25 años. Este cuestionario consta de 25 ítems, repartidos en tres dimensiones, los cuales son el apego seguro, apego ansioso y apego evitativo. Además, cuenta con una escala Likert de

cuatro puntos de frecuencia (1= Totalmente de acuerdo, 2= De acuerdo, 3= En desacuerdo, 4= Totalmente en desacuerdo).

A. Apego Seguro

El apego seguro se caracteriza por un modelo mental positivo tanto de sí mismo como de los demás, así como por una adecuada autoestima. Las personas con este tipo de apego se sienten cómodas con la dependencia afectiva en la relación de pareja y no presentan preocupación constante por el abandono (Hazan y Shaver, 1987).

B. Apego Evitativo

Se caracteriza por la incomodidad al establecer cercanía con otras personas y por una tendencia a la autosuficiencia. No obstante, también sienten la necesidad de dependencia ante otros individuos, aunque cuando perciben un alto nivel de intimidad emocional por parte de otros, tienden a sentirse incómodos (Hazan y Shaver, 1987).

C. Apego Ansioso / Ambivalente

Este estilo de apego se caracteriza por la desconfianza e inseguridad al establecer vínculos con otras personas, ya que, aunque buscan una alta cercanía emocional, suelen preocuparse de manera constante por la posibilidad de no ser valorados o de que su pareja no desee continuar la relación (Hazan y Shaver, 1987).

2.3.3. Relaciones de pareja

Una relación entre dos personas que implica interacción social y actividades compartidas, con la intención implícita o explícita de mantener la relación hasta que una de las partes decida finalizar o ésta evolucione a un tipo diferente de relación,

como la convivencia o el matrimonio. (Straus, 2004; López et al, 2019; citado en Achina, 2021)

2.3.4. Satisfacción en pareja

- *Definición Conceptual:* La satisfacción en la pareja es la valoración que una persona hace de sus sentimientos hacia su relación actual, experimentando agrado o desagrado, lo que refleja sensaciones de placer o displacer. (González, 2018)
- *Definición Operacional:* Será medida a través de la escala de satisfacción en la pareja (ESP – 10), originalmente desarrollada por González et al., (2018) en España y adaptada al contexto peruano por Vásquez (2020). Esta escala consta de 10 ítems y sigue un modelo unidimensional. Las opciones de respuesta son de tipo Likert, con un rango que va desde "totalmente en desacuerdo" hasta "muy de acuerdo" (puntaje de 1 a 4). Está dirigida a hombres y mujeres adultos que se encuentran en una relación.

2.4. Hipótesis

2.4.1. Hipótesis General

Los estilos de apego adulto se relacionan significativamente con satisfacción en la pareja en estudiantes de una universidad pública de Lima Metropolitana.

2.4.2. Hipótesis Específicas

- La dimensión apego ansioso/ambivalente se relaciona significativamente con satisfacción en la pareja en estudiantes de una universidad pública de Lima Metropolitana.

- La dimensión apego evitativo se relaciona significativamente con satisfacción en la pareja en estudiantes de una universidad pública de Lima Metropolitana.
- Existen diferencias en los estilos de apego adulto en estudiantes de una universidad pública de Lima Metropolitana, según sexo y tiempo de relación.
- Existen diferencias en satisfacción en la pareja en estudiantes de una universidad pública de Lima Metropolitana, según sexo y tiempo de relación.

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

3.1. Tipo y nivel de investigación

El enfoque de este estudio se caracteriza por ser de naturaleza cuantitativa, lo que implica que se utilizará métodos cuantitativos y herramientas estadísticas para recopilar datos y analizarlos, empleando enfoques de razonamiento hipotético-deductivo (Sánchez et al., 2018).

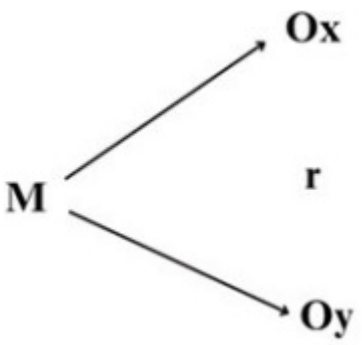
Además, es importante destacar que el presente estudio tiene su fundamentación en la investigación básica y sustantiva, cuyo objetivo principal es comprender los aspectos fundamentales de los fenómenos, tanto en su descripción como en su explicación. (Sánchez et al., 2018) En este sentido, el estudio intenta describir e informar la correlación entre los estilos de apego adulto y satisfacción en la pareja en estudiantes de una universidad pública de Lima Metropolitana.

3.2. Diseño de investigación

La investigación corresponde a un diseño no experimental y transversal por lo que se plantea como descriptivo comparativo correlacional, el cual busca determinar el grado de relación que existe entre dos o más variables en una misma muestra de sujetos (Sánchez y Reyes, 2006).

Este enfoque se elige debido a que el objetivo principal de la presente investigación es hallar el grado de relación existente entre los diferentes estilos de apego adulto y satisfacción en la pareja en una muestra de estudiantes de una universidad pública de Lima Metropolitana.

A continuación, se muestra el diagrama del presente estudio:



Donde se considera:

M: Muestra de estudiantes universitarios

Ox: Variable de apego adulto

Oy: Variable de satisfacción en la pareja

r: Relación entre las variables.

3.3. Variables de estudio

Variables de Correlación:

a) Apego adulto
   - Ansiedad
   - Evitación

b) Satisfacción en la pareja

Variables de Comparación:

- Sexo
- Tiempo de relación

3.4. Unidad de análisis

Estudiante de una universidad pública de Lima Metropolitana.

3.5. Población de estudio

La población de estudio se define como un conjunto determinado, delimitado y accesible de casos que sirve como referencia para la selección de la muestra, y que cumple con una serie de criterios previamente establecidos por el investigador. (Arias et al., 2016)

En la presente investigación, la población estuvo conformada por estudiantes de pregrado pertenecientes a las facultades de Psicología e Ingenierías de una universidad pública de Lima Metropolitana, con edades comprendidas entre los 20 y 30 años.

3.6. Tamaño de la muestra

La muestra estuvo conformada por 265 estudiantes, entre varones y mujeres, pertenecientes a una universidad pública de Lima Metropolitana, quienes cumplieron con los criterios previamente establecidos para la investigación.

En una primera etapa, se recopilaron aproximadamente 300 cuestionarios, los cuales fueron distribuidos proporcionalmente entre las facultades consideradas. Posteriormente, durante el proceso de depuración de datos, se excluyeron aquellos cuestionarios que presentaban respuestas incompletas, inconsistencias o posibles sesgos, obteniéndose finalmente 265 casos válidos para el análisis estadístico. La selección de participantes se realizó mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia.

Asimismo, el tamaño de la muestra se sustentó en lo planteado por Lloret-Segura et al. (2014), quienes señalan que, para la mayoría de los análisis descriptivos y psicométricos de los ítems, una muestra igual o superior a 200 participantes puede considerarse suficiente.

3.7. Selección de la muestra

Se emplea el método de muestreo no probabilístico por conveniencia en estudiantes de una universidad pública. En consecuencia, se sostiene que este enfoque de muestreo elige intencionalmente una muestra compuesta por individuos a los que los investigadores pueden acceder fácilmente (Supo, 2014).

3.7.1. Criterios de inclusión

- Edades comprendidas entre los 20 a los 30 años.
- Ambos sexos.
- Que tengan o hayan tenido una relación sentimental de tres meses a más de duración.
- Participación voluntaria.
- Estudiantes de pregrado de una universidad pública.
- Que pertenezcan a las carreras de Psicología e Ingenierías.

3.7.2. Criterios de exclusión

- Estudiantes que presenten respuestas inadecuadas, incoherentes o incompletas en los instrumentos de evaluación.
- Estudiantes que no acepten el consentimiento informado.

En la tabla 1, se presenta la frecuencia y el porcentaje de estudiantes según el sexo, donde se observa que la muestra esta conformada por 158 hombres (59.6%) y 107 mujeres (40.4%), lo cual evidencia una mayor cantidad de hombres.

Tabla 1

Distribución de frecuencias y porcentajes de los estudiantes según el sexo

Sexo	Frecuencia	% del Total
Hombres	158	59.6%
Mujeres	107	40.4%

A continuación, en la tabla 2 se encuentran los datos de frecuencia y porcentaje de los estudiantes según su carrera profesional, donde se destaca que la mayoría de los estudiantes provienen de las carreras de Ingenierías (169), mientras que la menor cantidad corresponde a la carrera de Psicología (96).

Tabla 2

Distribución de frecuencias y porcentajes de los estudiantes según carrera profesional

Carrera	Frecuencia	% del Total
Psicología	96	36.2%
Ingenierías	169	63.8%

En la Tabla 3 se presentan los datos de frecuencia y porcentaje de los estudiantes según la duración de su relación de pareja. Se observa que 123 estudiantes presentan relaciones de más de 12 meses (46.4%), 88 estudiantes están en relaciones de 3 a 6 meses (33.2%) y 54 estudiantes han estado en relaciones de 7 a 12 meses (20.4%).

Tabla 3

Distribución de frecuencias y porcentajes de los estudiantes según duración de la relación de pareja

Duración de la relación	Frecuencia	% del Total
3 a 6 meses	88	33.2%
7 a 12 meses	54	20.4%
más de 12 meses	123	46.4%

3.8. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Según lo indicado por Hernández y Duana (2020), las técnicas para recopilar datos abarcan métodos y acciones que posibilitan al investigador obtener la información requerida para abordar su pregunta de investigación. Asimismo, los instrumentos recogen la información esencial, siendo uno de ellos el cuestionario, que consiste en ítems o preguntas vinculadas a las variables a ser observadas.

El presente estudio se realiza bajo la técnica psicométrica, para lo cual se empleó la Escala Apego Adulto (EAA) (ver Anexo C) y la Escala de Satisfacción en la Pareja (ESP-10) (ver Anexo D), las cuales se describen a continuación.

Asimismo, se utilizó una ficha de datos sociodemográficos elaborada para el estudio (ver Anexo B), con la finalidad de recoger información general de los participantes, y se empleó un consentimiento informado para garantizar la participación voluntaria y el cumplimiento de los principios éticos (ver Anexo A).

3.8.1. Escala de Apego Adulto (EAA)

La Escala de Apego Adulto (EAA) fue diseñada por José Luis Condori Contreras en el año 2019 en Lima – Perú (ver Anexo C). El instrumento fue desarrollado y validado en una población adulta y tiene como propósito evaluar el apego en adultos y determinar el estilo de apego que una persona presenta en su relación de pareja. La EAA se enfoca en medir dos dimensiones del apego, las cuales son apego ansioso y apego evitativo. La escala consta de 25 ítems distribuidos en dos dimensiones donde 12 ítems pertenecen a la dimensión de apego ansioso/ambivalente y 13 ítems a la dimensión apego evitativo; y su tipo de respuesta es de tipo Likert con 4 opciones. A partir de estas dimensiones, el apego seguro se interpreta como la combinación de bajos niveles de ansiedad de apego y evitación de la intimidad. El instrumento muestra una validez de contenido adecuada, con un valor de 1 en la primera validación y de 0.9 en la segunda validación. Además, presenta una confiabilidad aceptable, dado que el coeficiente de consistencia interna, determinado mediante el Alfa de Cronbach, es de $\alpha = 0.789$. Asimismo, la consistencia interna por dimensiones, se pudo observar que la dimensión "evitativa" muestra un índice de $\alpha=0.889$, mientras que la dimensión "ansiosa" obtiene un valor de $\alpha=0.859$. (Condori, 2019)

3.8.2. Escala de Satisfacción en la Pareja (ESP-10)

La Escala de Satisfacción en la Pareja (ESP-10) fue desarrollada por González (2018) (ver Anexo D) con una muestra de 504 adultos puertorriqueños, basada en el diseño original de la Escala de Satisfacción Marital (ESM) de Roach, Frazier y Bowden (1981). Los resultados indican que la ESP-10 presenta indicadores satisfactorios de validez y confiabilidad (0.91). De igual manera, la escala consta de 10 ítems, posee una estructura unidimensional y emplea un formato de respuesta tipo

Likert, cuyas alternativas son: totalmente de acuerdo, de acuerdo, en desacuerdo y totalmente en desacuerdo.

La escala de satisfacción en la pareja fue adaptada al contexto peruano por Vásquez (2020) en estudiantes universitarios de Lima y se evaluó su validez de contenido mediante la opinión de cinco jueces expertos. A través de la V de Aiken, se demostró que los ítems obtuvieron valores superiores a 0.85. Además, la escala mostró índices adecuados de confiabilidad por consistencia interna, con coeficientes alpha y omega ($\alpha = .90$, $\omega = .90$), respectivamente.

3.9. Procedimientos de recolección de datos

Como primer paso, se gestionó y obtuvo la autorización correspondiente de los autores para emplear los instrumentos Escala Apego Adulto (EAA) desarrollada por José Condori (2019) (ver Anexo E), y la Escala de satisfacción en la pareja (ESP-10) versión peruana adaptada por Vásquez (2020) (ver Anexo F). Luego de ello, se procedió a establecer contacto y coordinación con las autoridades académicas pertinentes con el fin de solicitar los permisos necesarios para la aplicación de las pruebas en el entorno universitario elegido, específicamente en la Facultad de Psicología e Ingenierías de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos.

De igual manera, se llevó a cabo la evaluación y recopilación de información en la muestra seleccionada, de manera presencial, mediante la aplicación de un formulario. Durante este proceso, se procuró garantizar las condiciones adecuadas, resguardando en todo momento los principios éticos y los criterios de inclusión y exclusión previamente establecidos para la muestra.

Asimismo, el proceso de recolección de datos se desarrolló a lo largo de aproximadamente cuatro meses, debido a la necesidad de cumplir con los distintos criterios. Al culminar, se realizó la recopilación de los cuestionarios completados y,

posteriormente, se procedió con el análisis e interpretación de los resultados. En total, se obtuvieron 265 cuestionarios respondidos correctamente, los cuales fueron considerados para el procesamiento de los datos.

3.10. Técnicas de procesamiento de datos

Los datos fueron recopilados y posteriormente sometidos a un proceso de depuración y codificación, se empleó la hoja de cálculo de Microsoft Excel, obteniéndose un total de 265 respuestas válidas. Una vez consolidada la base, se aplicaron los programas estadísticos Statistical Package for Social Sciences (SPSS) versión 30, Jamovi 2.3.28 y Software R Studio (Posit team, 2025).

En el análisis descriptivo se calcularon frecuencias, porcentajes, medidas de tendencia central y de dispersión como la media y la desviación estándar. En cuanto al análisis inferencial, se evaluó la validez de los instrumentos mediante un análisis factorial confirmatorio, cuyos índices se ubicaron dentro de los parámetros aceptables, lo que permitió establecer la adecuación de los cuestionarios para el estudio. Posteriormente, se examinó la confiabilidad a través de los coeficientes Alfa de Cronbach y Omega de McDonald, con lo cual se confirmó la consistencia interna de los instrumentos y de cada una de sus dimensiones. También se verificó la normalidad de los puntajes a través de la prueba de Shapiro-Wilk y, de acuerdo con estos resultados, se aplicaron pruebas no paramétricas. Para las comparaciones entre dos y tres grupos se emplearon la prueba U de Mann-Whitney y la prueba H de Kruskal-Wallis.

Asimismo, se efectuó un análisis de correlación con el coeficiente Rho de Spearman, complementado con el cálculo del tamaño del efecto mediante el coeficiente de determinación (r^2), así como con la estimación del tamaño del efecto en las

comparaciones realizadas, el cual fue interpretado de acuerdo con los criterios de Cohen (1988), considerando valores de .30 como efecto bajo, .50 como efecto moderado y valores mayores a .50 como efecto alto.

3.11. Aspectos éticos

El presente estudio se llevó a cabo respetando los principios éticos de la investigación. En primer lugar, se garantizó la participación voluntaria de los sujetos a través del uso del consentimiento informado (ver Anexo A), en el cual se detallaron los objetivos del estudio, las condiciones de participación y el uso de la información recopilada.

Asimismo, se aseguró la confidencialidad y el anonimato de la información brindada por los participantes, evitando recopilar datos que pudieran permitir su identificación. La información obtenida fue utilizada exclusivamente con fines académicos y de investigación.

De igual manera, se respetó el derecho de los participantes a retirarse del estudio en cualquier momento sin que ello implicara alguna consecuencia. Finalmente, se obtuvo la autorización de los autores para el uso de los instrumentos aplicados en la investigación (ver Anexos E y F), en cumplimiento de los derechos de autor y del uso adecuado de los mismos.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

4.1. Análisis psicométrico de la Escala Apego Adulto

4.1.1.Validez

El análisis se llevó a cabo mediante un análisis factorial confirmatorio, cuyos resultados se presentan en la Tabla 4. En relación con los índices de ajuste, el CFI = .914 y el TLI = .901, lo que indica un nivel de ajuste aceptable del modelo. Por otro lado, el SRMR = .0822, refleja un ajuste marginal, al situarse ligeramente por encima del punto de corte recomendado. Asimismo, el RMSEA = .0891, indica un ajuste moderado del modelo. En conjunto, los índices de ajuste comparativo alcanzan valores que cumplen con los criterios de aceptación más flexible.

Tabla 4

Índices de ajuste de la Escala Apego Adulto para el Análisis Factorial Confirmatorio

CFI	TLI	SRMR	RMSEA
.914	.901	.0822	.0891

4.1.2. Confiabilidad

La confiabilidad interna del cuestionario se evaluó utilizando el coeficiente alfa de Cronbach (α), alcanzando un valor de .777 para la dimensión de Ansiedad y .784 para la dimensión de Evitación.

Tabla 5

Análisis de Confiabilidad de la Escala Apego Adulto

Dimensión	α de Cronbach	ω de McDonald
Dimensión de Ansiedad	.777	.785
Dimensión de Evitación	.784	.790
Total	.793	.799

4.2. Análisis psicométrico del Cuestionario de Satisfacción en la pareja

4.2.2.Validez

Se realizó mediante un análisis factorial confirmatorio, cuyos resultados se presentan en la Tabla 6. En cuanto a los índices de ajuste, el CFI = 0.995 y el TLI = .994, evidencian un excelente ajuste del modelo. Por su parte, el SRMR = .058, refleja un buen ajuste. Asimismo, el RMSEA = .076, indica un ajuste aceptable del modelo. En conjunto, los índices de ajuste comparativo alcanzan valores que cumplen con los criterios de aceptación más permisivos.

Tabla 6

Índices de ajuste del Cuestionario de Satisfacción en la pareja para el Análisis Factorial Confirmatorio

CFI	TLI	SRMR	RMSEA
.995	.994	.058	.076

4.2.1. Confiabilidad

Se evaluó la consistencia interna del cuestionario utilizando el alfa de Cronbach (α), obteniéndose un valor de .904 para la escala.

Tabla 7

Análisis de Confiabilidad del Cuestionario de Satisfacción en la pareja

Escala	α de Cronbach	ω de McDonald
Satisfacción de la pareja	.904	.909

4.3. Resultados descriptivos

Se llevaron a cabo los análisis estadísticos descriptivos de los instrumentos empleados en la investigación, obteniéndose los promedios y puntajes correspondientes para cada uno.

En primer lugar, se presenta la muestra de esta investigación que obtuvo en la dimensión de ansiedad una media de 17.2 y una desviación estándar de 4.44 (Tabla 8). En la dimensión de evitación, la media fue de 15.9 y la desviación estándar de 4.26.

Tabla 8

Estadísticos descriptivos de las dimensiones de Apego adulto

Subescalas	Media	Mediana	Moda	DE
Dimensión de Ansiedad	17.2	17	17.0	4.44
Dimensión de Evitación	15.9	16	15.0[a]	4.26
Total	33.1	32	32.0	6.82

Nota: DE= desviación estándar

En cuanto a la escala de satisfacción en la pareja presentó una media de 30.8 y desviación estándar de 5.47 (Tabla 9).

Tabla 9

Estadísticos descriptivos de Satisfacción en la pareja

Escala	Media	Mediana	Moda	DE
Satisfacción en la pareja	30.8	30	29.0	5.47

4.4. Resultados inferenciales

Prueba de normalidad

Por otro lado, al realizar la prueba de Shapiro-Wilk de las dimensiones de las variables y desglosado por sexo, la tabla 10 muestra que todas las dimensiones de la variable Apego Adulto: dimensión Ansiedad y dimensión Evitación obtuvieron una $p<.05$. Esto indica que los puntajes no siguen una distribución normal, por lo cual se va a utilizar el coeficiente Rho de Spearman para las correlaciones, U de Mann-Whitney para la comparación de dos grupos, y *Kruskal-Wallis* para tres grupos. Un resultado similar se observa en la Tabla 11, donde se presenta la variable Satisfacción en la pareja.

Tabla 10

Prueba de normalidad para la variable Apego Adulto según sexo

	Sexo	Shapiro Wilk	n	p
Dimensión por ansiedad	Hombres	.978	158	.011
	Mujeres	.953	107	< .001
	Total	.970	265	< .001
Dimensión por evitación	Hombres	.971	158	.002
	Mujeres	.975	107	.044
	Total	.982	265	.002
Apego Adulto	Hombres	.971	158	.002
	Mujeres	.967	107	.010
	Total	.971	265	< .001

Nota: n=muestra; p=nivel de significancia

Tabla 11

Prueba de normalidad para la variable Satisfacción en la pareja según sexo

	Sexo	Shapiro Wilk	n	p
Satisfacción en la pareja	Hombres	.972	158	.003
	Mujeres	.968	107	.010
	Total	.97	265	<.001

Nota: n=muestra; p=nivel de significancia

De igual manera, se llevó a cabo la prueba de Shapiro-Wilk para las dimensiones de las variables, desglosadas por duración de la relación. La Tabla 12 muestra que todas las dimensiones de la variable Apego Adulto presentan valores de $p<.05$, lo que sugiere

que los datos no siguen una distribución normal; por ello se optó por el coeficiente Rho de Spearman para la prueba de hipótesis. De forma similar, en la Tabla 13 se observa que la variable Satisfacción en la pareja tampoco presenta distribución normal en la mayoría de los grupos; con excepción del grupo que tiene una duración de relación de 3 a 6 meses (p =.103), cuyos datos sí se aproximan a una distribución normal.

Tabla 12

Prueba de normalidad para la variable Apego Adulto según la duración de la relación

	Duración de la relación de pareja	Shapiro Wilk	n	p
Dimensión de ansiedad	3 a 6 meses	.961	88	.010
	7 a 12 meses	.968	54	.157
	más de 12 meses	.967	123	.004
Dimensión de evitación	3 a 6 meses	.977	88	.114
	7 a 12 meses	.972	54	.236
	más de 12 meses	.973	123	.015
Total	3 a 6 meses	.955	88	.004
	7 a 12 meses	.977	54	.368
	más de 12 meses	.959	123	< .001

Nota: n=muestra; p=nivel de significancia

Tabla 13

Prueba de normalidad para la variable Satisfacción en la pareja según la duración de la relación

	Duración de la relación de pareja	Shapiro Wilk	n	p
Satisfacción en la pareja	3 a 6 meses	.976	88	.103
	7 a 12 meses	.948	54	.020
	más de 12 meses	.957	123	<.001

Nota: n=muestra; p=nivel de significancia

4.5. Contrastación de hipótesis

En primer lugar, en relación con la hipótesis general, la cual propone que los estilos de apego adulto están relacionados con satisfacción en la pareja en estudiantes universitarios, los resultados presentados en la Tabla 14 evidencian un coeficiente Rho de Spearman que revela una correlación inversa significativa (-.308). Esto sugiere que, a mayor predominio de estilos de apego evitativo o ansioso, menor es la satisfacción en la relación de pareja, asimismo, se observa un tamaño de efecto moderado ($r^2 = .095$).

Tabla 14

Correlación del Apego adulto y satisfacción en la pareja

	Rho	p	r^2
Apego Adulto	-.308	<.001	.095

n= 265

Del mismo modo, se formularon las siguientes hipótesis específicas. La primera hipótesis específica propone la existencia de una relación significativa entre el apego ansioso/ambivalente y satisfacción en la pareja en estudiantes de una universidad pública de Lima Metropolitana. Como se observa en la Tabla 15, se obtuvo un coeficiente rho de Spearman que indica una correlación inversa muy baja (-.014), la cual no resulta estadísticamente significativa, y presenta un tamaño de efecto (r^2 = .00012) prácticamente nulo.

Tabla 15

Correlación de la dimensión de Ansiedad y satisfacción en la pareja

	rho	p	r^2
Dimensión de Ansiedad	-.014	.818	.000122
n= 265			

Nota: rho=coeficiente de correlación; p=nivel de significación; N=muestra; r^2=coeficiente de determinación

La segunda hipótesis específica plantea la existencia de una relación significativa entre el apego evitativo y satisfacción en la pareja en estudiantes de una universidad pública de Lima Metropolitana. Tras el análisis, se obtuvo un coeficiente rho de Spearman de -.524, el cual indica una correlación inversa y significativa entre el apego evitativo y la satisfacción en la pareja (Tabla 16). Asimismo, se observa un tamaño de efecto grande (r^2 = .274), por lo que se confirma la hipótesis planteada.

Tabla 16

Correlación de la dimensión de Evitación y satisfacción en la pareja

	rho	p	r^2
Dimensión de Evitación	-.524	<.001	.274

Nota: rho=coeficiente de correlación; p=nivel de significación; N=muestra; r^2=coeficiente de determinación

La tercera hipótesis específica presenta que existen diferencias en las dimensiones del apego adulto según el sexo de los participantes. Al analizar las dimensiones de ansiedad y evitación entre hombres y mujeres, como se presenta en la tabla 17, no se encuentran diferencias significativas. Sin embargo, al observar los rangos medios, se percibe ligeramente que los hombres obtienen puntuaciones más altas en ambas dimensiones, tanto en ansiedad como en evitación, en comparación con las mujeres.

Tabla 17

Comparación de la variable apego adulto según sexo

	Rango Promedio		U de Mann-Whitney	p	r_{bis}
	Hombres	Mujeres			
Dimensión de Ansiedad	17.4	16.9	7733.500	.238	.0851
Dimensión de evitación	16.3	15.4	7646.000	.186	.0955

Asimismo, la tercera hipótesis específica plantea que existen diferencias en las dimensiones del apego adulto según la duración de la relación de pareja. De acuerdo con los datos presentados en la Tabla 18, se evidencia una diferencia significativa en la

dimensión de ansiedad del apego adulto de acuerdo con la duración de la relación (H = 6.863; p =.032), aunque con un tamaño de efecto pequeño. En este caso, el grupo con una duración de relación de 6 a 12 meses presenta el mayor rango promedio (156.07) en comparación con los demás grupos. Por otro lado, no se identifican diferencias significativas en la dimensión de evitación (H = 1.298; p =.523); sin embargo, se observa que el grupo de 3 a 6 meses presenta el mayor rango promedio (139.78), seguido de los otros grupos, lo que sugiere una posible mayor presencia de evitación en relaciones de menor duración.

Tabla 18

Comparación de la variable apego adulto según la duración de la relación, con la prueba Kruskal-Wallis

	Rango Promedio			H	p	ε^2
	3 a 6 meses	6 a 12 meses	más de 12 meses			
Dimensión de Ansiedad	121.98	156.07	130.76	6.863	.032	.02599
Dimensión de evitación	139.78	134.06	127.68	1.298	.523	.00492

En relación con la interpretación de los resultados obtenidos de las dimensiones de apego evaluadas, según los criterios del instrumento, los participantes que presentan puntajes bajos en las dimensiones de apego ansioso y apego evitativo son clasificados como apego seguro.

Con respecto a la cuarta hipótesis específica, se plantea que existen diferencias en satisfacción en la pareja en estudiantes de una universidad pública de Lima Metropolitana

según el sexo de los estudiantes. Después de comparar la satisfacción en la pareja que presentan las mujeres y los varones, se observa que no existen diferencias significativas entre ambos (Tabla 19), con un tamaño del efecto pequeño.

Tabla 19

Comparación de la variable Satisfacción en la pareja según sexo

	Rango Promedio		U de Mann-Whitney	p	r_{bis}
	Hombres	Mujeres			
Satisfacción en la pareja	30.5	31.3	7697	.216	.0894

Además, la cuarta hipótesis específica sugiere que existen diferencias en la satisfacción de pareja entre los estudiantes de una universidad pública de Lima Metropolitana según la duración de su relación. No obstante, tras el análisis, los resultados presentados en la tabla 20 indican que, aunque las parejas con relaciones más largas tienden a reportar mayor satisfacción, las diferencias entre los grupos no son significativas y el tamaño del efecto es pequeño.

Tabla 20

Comparación de la variable Satisfacción en la pareja según la duración de la relación, con la prueba Kruskal-Wallis

	Rango Promedio			H	p	ε^2
	3 a 6 meses	6 a 12 meses	más de 12 meses			
Satisfacción en la pareja	119.70	135.49	141.42	4.208	.122	.0159

CAPÍTULO V

DISCUSIÓN

Las relaciones de pareja están experimentando cambios preocupantes, reflejados en el aumento de los índices de divorcio y separaciones en el Perú (INEI, 2017). Esta situación es resultado de los factores que influyen en la satisfacción dentro de las relaciones, especialmente en grupos vulnerables como los estudiantes universitarios, quienes a menudo enfrentan dinámicas relacionales complejas e inestables (Cruz y Lázaro, 2016).

En este contexto, el estilo de apego adulto se presenta como un factor clave que puede influir en la satisfacción de las relaciones de pareja. Desde la teoría del apego, John Bowlby (1988) plantea que los vínculos emocionales formados en la infancia constituyen modelos internos de funcionamiento que influyen de manera significativa en las relaciones interpersonales durante la adultez, particularmente en los vínculos románticos. Esta influencia resulta especialmente relevante en los jóvenes adultos, quienes, debido a las presiones académicas y sociales, pueden experimentar inseguridades que dificulten el mantenimiento de relaciones estables y saludables.

En este sentido, diversos estudios han demostrado la influencia del apego en la satisfacción de pareja. Investigaciones como las de Candel y Turliuc (2019), junto con Mónaco et al. (2022), Ascenso (2023), Vizcay et al. (2025) y Deza y Mayhua (2025) señalan que los estilos de apego inseguros, tanto el evitativo como el ansioso, se relacionan negativamente con la satisfacción en las relaciones de pareja.

En esta línea, los resultados del presente estudio, en la muestra total, evidencian que los estilos de apego adultos inseguros tienen una correlación inversa con la

satisfacción en la pareja de los estudiantes universitarios. Al analizar las dimensiones de manera específica, se encontró que el apego evitativo mostró una relación significativa con la satisfacción en la pareja, mientras que el apego ansioso/ambivalente no presentó una asociación estadísticamente significativa. Asimismo, el estilo de apego seguro, según la medición del instrumento utilizado, se interpreta a partir de la presencia de puntuaciones bajas en las dimensiones de apego ansioso y apego evitativo. Por otra parte, Hazan y Shaver (1987) plantean que el apego evitativo se caracteriza por la incomodidad ante la cercanía emocional y la tendencia a mantener distancia afectiva, lo cual dificulta la construcción de vínculos íntimos y satisfactorios. Por otro lado, el apego ansioso se asocia con inseguridad, temor al abandono y desconfianza en la estabilidad del vínculo, generando una constante necesidad de validación emocional. Ambos estilos, al ser considerados inseguros, afectan negativamente la calidad de la relación de pareja y la percepción de satisfacción.

Por consiguiente, los resultados obtenidos guardan mayor similitud con lo expuesto por Rodríguez (2021), quien plantea que la dimensión de evitación muestra una correlación negativa más fuerte con la satisfacción en la relación en comparación con la dimensión de ansiedad. Esto se explicaría debido a que las personas con alta ansiedad suelen valorar más sus relaciones, mientras que las personas con apego evitativo tienden a sentirse más insatisfechas con su pareja. Del mismo modo, Candel y Turliuc (2019) destacaron que la evitación constituye el factor con el efecto más marcado y desfavorable dentro de la relación. Asimismo, Medina et al. (2017) y Zanabria (2019) encontraron que el apego evitativo mostró correlaciones negativas y fuertes con diversos aspectos de la calidad de la relación, incluida la satisfacción en la pareja, mientras que el apego ansioso no mostró correlaciones significativas.

Este patrón puede explicarse desde la teoría del apego, la cual plantea que los estilos de apego se forman a partir de las respuestas del cuidador frente a las necesidades emocionales del niño, generando representaciones internas de seguridad o inseguridad que se mantienen a lo largo de la vida (Ainsworth et al., 1978). De manera complementaria, Hazan y Shaver (1987, citados en Lemaitre, 2025) sostienen que estos estilos se manifiestan en las relaciones de pareja, influyendo en cómo las personas viven la cercanía emocional y el vínculo afectivo, lo cual repercute en el nivel de satisfacción dentro de la relación.

Referente a la comparación de las dimensiones de apego adulto entre hombres y mujeres, se observa una ligera tendencia en la que los hombres obtienen puntuaciones más altas en ambas dimensiones, tanto en ansiedad como en evitación, en comparación con las mujeres, aunque estas diferencias no son significativas. Estos hallazgos coinciden con los estudios de Pérez et al. (2018) y Guzmán y Contreras (2012), quienes tampoco encontraron diferencias significativas en los estilos de apego adulto entre ambos sexos. No obstante, diversas investigaciones han encontrado diferencias significativas en los estilos de apego adulto entre hombres y mujeres. Medina et al. (2017), Zanabria (2019), Barrientos (2023) y Hernández et al. (2025) identificaron que los hombres tienden a presentar niveles más altos de evitación en comparación con las mujeres, la cual está caracterizada por la incomodidad ante la intimidad y la búsqueda de independencia. Estos hallazgos pueden explicarse desde la perspectiva de la psicología evolutiva, la cual sugiere que las mujeres tienen una tendencia genética a enfocarse más en los lazos emocionales dentro de las relaciones de pareja, a diferencia de los hombres, quienes suelen adoptar una actitud más distante (Buss et al., 1992; citado en Medina et al., 2017).

En el presente estudio, no se identificaron diferencias significativas en la satisfacción de la pareja según el sexo, como lo reportan también Guzmán y Contreras (2012), Rivera (2021), Mónaco et al. (2022) y Cevallos y Eugenio (2025), quienes señalan que el género no está relacionado con el nivel de satisfacción en la relación de pareja, es decir, no varía dependiendo de si se es hombre o mujer.

En cuanto al tiempo de duración de la relación, se percibe que la dimensión de evitación del apego adulto parece ser ligeramente más predominante en relaciones de corta duración, sin embargo, esta diferencia no resulta estadísticamente significativa. Así lo señalan los estudios de Mónaco et al. (2022) y de Herrera y Flórez (2025), quienes tampoco encontraron variaciones significativas según el tiempo de duración de la relación. Por otro lado, sí se encontró una diferencia significativa entre la dimensión de ansiedad y el tiempo de la relación. Según Matos (2017), existe una relación positiva entre las dimensiones de ansiedad y evitación con el tiempo de la relación. Esto sugiere que, a medida que la relación avanza, aumenta el predominio de los estilos de apego ansioso y evitativo, ya que, con el tiempo, las parejas se conocen mejor y comienzan a mostrar sus temores y dificultades emocionales para manejar los conflictos sentimentales.

Por otro lado, se evidencian diferencias en la satisfacción de pareja entre los estudiantes universitarios en función de la duración de su relación, mostrando que las parejas con relaciones más largas tienden a reportar mayor satisfacción, aunque estas diferencias no son significativas. A pesar de esto, la investigación de Haden et al. (2014) plantea que el tiempo de la relación sí tiene un impacto en la satisfacción de la pareja. De manera similar, Aragón y Cortés (2021) respaldan lo expresado, señalando que a medida que la relación se prolonga, la satisfacción en la pareja tiende a incrementarse. Esto se debe a aspectos como compartir tiempo juntos y disfrutar de la compañía mutua,

mantener una comunicación efectiva para discutir puntos de acuerdo como desacuerdos, compartir intereses comunes, percibir apoyo mutuo y contar con confianza en la relación (Cauich et al., 2013; García y Romero, 2012; Morales y Díaz, 2013; Sánchez, 2009; Sánchez y Ortega, 2008; Zamora et al., 2018).

No obstante, este resultado no puede atribuirse únicamente al tiempo de relación, sino que también estaría influenciado por factores emocionales que intervienen en la dinámica de la pareja. Es decir, en concordancia con la teoría del apego, los estilos de apego ejercen influencia en las relaciones románticas, afectando la calidad del vínculo, la manera en que se gestionan los conflictos y la duración de la relación (Medina et al., 2016). En este sentido, la satisfacción en la pareja no depende exclusivamente de variables como el tiempo de relación o el sexo, sino también de los patrones emocionales de vinculación que se configuran entre los miembros de la pareja.

CONCLUSIONES

De acuerdo con los resultados hallados en la investigación, se concluye lo siguiente:

- Se determina, a partir de la relación entre los estilos de apego y la satisfacción en la pareja, que existe una asociación significativa entre ambas variables. Específicamente, un mayor predominio de estilos de apego inseguros, como el ansioso y el evitativo, se vincula con menores niveles de satisfacción en la relación de pareja.

- Los estilos de apego, en relación a las dimensiones, especialmente la dimensión de evitación, presentan fuerte una relación negativa con la satisfacción en la relación de pareja. Aunque la dimensión de ansiedad también se asocia de forma inversa, su impacto es de menor relevancia. Esto sugiere que los estudiantes universitarios con apego evitativo tienden a experimentar niveles más bajos de satisfacción en sus relaciones en comparación con el apego ansioso, lo cual permite apreciar qué tipo de apego requiere mayor atención en las intervenciones.

- La dimensión evitación en el apego presenta un impacto negativo más pronunciado en la satisfacción de la pareja. Las personas con este apego suelen buscar independencia y mantener distancia emocional, experimentando mayores niveles de insatisfacción en sus relaciones, lo cual evidencia como la evitación afecta la dinámica dentro de las relaciones.
- Aunque no se encontró una relación significativa entre la duración de la relación y la satisfacción de pareja, se observó una conexión entre la dimensión de ansiedad y el tiempo de la relación. Esto sugiere que, a medida que pasa el tiempo, las parejas podrían enfrentar mayores inseguridades relacionadas con la ansiedad, lo que podría influir negativamente en su satisfacción. Este hallazgo da conocer que

es la ansiedad lo que se incrementa con el tiempo, lo cual afecta negativamente la calidad de la relación.

- No se encontraron diferencias significativas en los estilos de apego entre hombres y mujeres, lo que coincide con investigaciones previas que afirman que el género no influye directamente en el estilo de apego adulto. Sin embargo, otros estudios han observado lo contrario, por lo cual señalan que los hombres tienden a presentar un apego más evitativo que las mujeres. Sin embargo, los presentes resultados mencionados respaldan la idea de considerar otros factores que podrían tener mayor peso que el género.

RECOMENDACIONES

En base a los datos hallados en el presente estudio, se recomienda lo siguiente:

- Proponer programas de intervención que estén dirigidos a estudiantes universitarios, orientados a promover vínculos afectivos más seguros y reducir los patrones de apego evitativo y ansioso. Dichos programas podrían incluir talleres psicoeducativos que se encuentren enfocados en el fortalecimiento de la comunicación emocional y el manejo de conflictos.
- Asimismo, es fundamental brindar atención a los jóvenes adultos, especialmente a aquellos que se encuentran en la etapa universitaria, a través de servicios de apoyo psicológico como UNAYOE, ya que enfrentan presiones académicas, sociales y personales que pueden incidir negativamente en su bienestar emocional y su capacidad para mantener relaciones saludables.
- Fomentar el conocimiento sobre los estilos de apego y su influencia en las relaciones interpersonales resultaría beneficioso tanto en el ámbito académico como en la vida personal de los estudiantes universitarios. Esto se puede lograr a través de talleres de desarrollo personal y emocional, los cuales representarían una estrategia eficaz para sensibilizar y fortalecer la reflexión sobre la importancia de estos temas.
- Se sugiere que futuras investigaciones profundicen en la relación entre la duración de las relaciones y satisfacción en la pareja, así como en los factores contextuales que podrían influir en la relación entre los estilos de apego y satisfacción en las relaciones, tales como las diferencias culturales, las características socioeconómicas de los estudiantes o el contexto familiar.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Acevedo, V., Restrepo, L., y Tovar, J. (2010). Parejas satisfechas de larga duración en la ciudad de Cali. *Pensamiento Psicológico, 3*(8), 87-107. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80130808

Achina, J. (2021). *Dependencia emocional y estilos de apego durante las relaciones de noviazgo en jóvenes universitarios, 2021*. [Tesis de maestría, Universidad Central del Ecuador]. Repositorio Institucional de la UCE. https://www.dspace.uce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/aa16f626-4f35-4bff-a324-f87b227c1b80/content

Ainsworth, M., Blehar, M., Waters, E., & Wall, S. (1978). Patterns of attachment: A psychological study of the Strange Situation. Hillsdale, Estados Unidos: Lawrence Erlbaum Associates Inc.

Aragón, E., y Cortés, L. (2021). Factores asociados a la satisfacción en las relaciones. *Revista De Estudios Clínicos e Investigación Psicológica*, *11*(21). https://www.researchgate.net/publication/354508619_ASSOCIATED_FACTORS_TO_SATISFACTION_IN_THE_DATING_RELATIONSHIPS_IN_UNIVERSITY_STUDENTS

Arias, J., Villasís, M., y Miranda, M. (2016). El protocolo de investigación III: La población de estudio. *Revista Alergia México*, *63*(2), 201-206. https://doi.org/10.29262/ram.v63i2.181

Ascenzo, A. (2023). *Relación entre el apego y la satisfacción en la pareja: Una revisión aplicada*. https://repositorio.ulima.edu.pe/handle/20.500.12724/18228

Bartholomew, K., & Horowitz, L. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, *61*(2), 226-244. https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.2.226

Barrientos, S. (2023). *Estilos de apego y factores de la personalidad en parejas adultas, San Pedro de Saño—2022.* [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Los Andes]. Repositorio Institucional de la UPLA. https://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/6033

Blandón, A., y López, L. (2016). Comprensiones sobre pareja en la actualidad: Jóvenes en busca de estabilidad. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud, 14* (1), 505-517. http://www.scielo.org.co/pdf/rlcs/v14n1/v14n1a35.pdf

Barroso, O. (2011). El apego adulto: La relación de los estilos de apego realizados en la infancia en la elección y dinámica de pareja. *Revista Digital de Medicina Psicosomática y Psicoterapia, 4*(1), 1-25. https://psicociencias.org/pdf_noticias/Apego_Adulto.pdf

Brennan, K., Clark, C., y Shaver, P. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. En J.A. Simpson y W.S. Rholes (Eds.), Attachment theory and close relationships (pp. 46- 76). New York, NY: Guilford Press.

Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Vol. 2. Separation: Anxiety and anger*. Basic Books. https://docslib.org/doc/2225615/john-bowlby-separation-anxiety-and-angry-attachment-and-loss-vol-2-1976?utm_source

Bowlby, J. (1988). *Una base segura: apego entre padres e hijos y un desarrollo humano saludable*, Libros básicos. https://holossanchezbodas.com/wp-content/John-Bowlby-Una-base-segura.pdf

Cauich, G., Alvarado, J., Mendoza, M., López, L., y González, L. (2013). Satisfacción en el noviazgo en adultos jóvenes según su orientación sexual en Mérida, Yucatán. *Psicumex*, *3*(1), 26-36. https://doi.org/10.36793/psicumex.v3i1.237

Cano, A. (2022). *Propiedades psicométricas de la escala de satisfacción en la pareja (ESP-10) en adultos de Lima Metropolitana, 2021* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional de la UCV. https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/85466

Candel, O., & Turliuc, M. (2019). Insecure attachment and relationship satisfaction: A meta-analysis of actor and partner associations. Personality and Individual Differences, 147, 190-199. https://www.researchgate.net/publication/332878674_Insecure_attachment_and_relationship_satisfaction_A_meta-analysis_of_actor_and_partner_associations

Chavez, P. (2024). *Inteligencia emocional y calidad de la relación de pareja en adultos de 18 a 25 años de edad* [Tesis de licenciatura, Universidad Tecnológica Indoamérica]. Repositorio Institucional de la UTI. https://repositorio.uti.edu.ec//handle/123456789/6719

Cevallos, L., y Eugenio, L. (2025). Estilos de apego y satisfacción con la vida en estudiantes universitarios. *Sinergia Académica*, *8*(4), 99-118. https://doi.org/10.51736/sa

Cidoncha, A. (2017). *Satisfacción, Conflictos y Consecuencias Psicológicas en las relaciones de pareja: Una revisión bibliográfica* [Tesis de pregrado, Universidad Jaume I]. Repositorio Institucional de la UJI. http://hdl.handle.net/10234/173374

Condori, J. (2019). *Construcción de una escala de apego adulto en una zona del distrito de Los Olivos, Lima 2019* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional de la UCV. https://hdl.handle.net/20.500.12692/45855

Cruz, N., y Lázaro, D. (2016). Construcción de la relación de pareja en estudiantes universitarios de Nuevo León, México. *Revista Ciencia y Tecnología, 12*(4), 51-67. https://revistas.unitru.edu.pe/index.php/PGM/article/view/1515

Deza, F., y Mayhua, K. (2025). *Apego en la infancia y satisfacción de pareja en jóvenes de una Universidad Privada en Arequipa, 2025* [Tesis de pregrado, Universidad Continental]. https://repositorio.continental.edu.pe/item/b11fb100-418c-4cca-b34b-ddd95173e2eb

Díaz Blánquez, M., & Díaz Atienza, J. (2016). El apego adulto y la amistad: Revisión bibliográfica. *Revista de Psiquiatría y Psicología del Niño y del Adolescente, 11*(1),11-23. https://doi.org/10.65549/tjpc2s71

Durand, J. (2025). *Apego adulto y dependencia emocional en mujeres de la comunidad LGTB+ de Lima Metropolitana* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio institucional Cybertesis UNMSM. https://hdl.handle.net/20.500.12672/25946

El Mchiout, J. (2021). *Influencia de los tipos de apego en las relaciones de pareja: Una revisión sistemática* [Trabajo de Fin de Grado, Universidad de La Laguna]. https://riull.ull.es/xmlui/handle/915/24624

Escobar, G., Sánchez, R., y Lavalle, D. (2020). Adaptación y validación de la Escala del Modelo de Inversión en población mexicana. *Psicología Iberoamericana*, *27*(1), 31-40. https://doi.org/10.48102/pi.v27i1.42

Fraley, R. (2019). Attachment in adulthood: Recent developments, emerging debates, and future directions. *Annual Review of Psychology, 70*(1), 401-422. https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010418-102813

Fletcher, G., Simpson, J., y Thomas, G. (2000). The Measurement of Perceived Relationship Quality Components: A Confirmatory Factor Analytic Approach. *Personality and Social Psychology Bulletin, 26*, 340-354. https://doi.org/10.1177/0146167200265007

Futterknecht, S., y Valcarcel, T. (2025). *Estilos de apego y dependencia emocional en jóvenes con relaciones de pareja* [Trabajo de suficiencia profesional para optar el título de licenciado en Psicología, Universidad de Lima]. https://repositorio.ulima.edu.pe/handle/20.500.12724/22755

Fuentes, G. (2015). *Confianza en relaciones románticas - propiedades psicométricas de la versión en español de la escala de confianza* [Tesis de licenciatura, Universidad de Los Andes]. http://hdl.handle.net/1992/17483

García, M., y Romero, A. (2012). Mantenimiento en la relación de pareja: construcción y validación de dos escalas. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación - e Avaliação Psicológica, 2*(34), 133–155. http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=459645438007

Gijón, M., Hernández, M., y Santiago, E. (2021). Apego y relación de pareja en jóvenes de 18 a 27 años. *Revista psicológica de la salud*, *9*(1), 68-77. https://doi.org/10.21134/pssa.v9i1.706

González, J., y Veray, J. (2018). Propiedades psicométricas de la escala de satisfacción en la pareja (ESP-10) en una muestra de adultos puertorriqueños. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, *21*(1), 100-120. https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2018/epi181f.pdf

Guzmán, M., y Silva, R. (2015). Satisfacción marital y dependencia emocional en madres de las organizaciones sociales de mujeres del distrito de la Victoria [Tesis de pregrado, Universidad Privada Juan Mejía Baca]. http://repositorio.umb.edu.pe/handle/UMB/25

Guzmán, M., y Contreras, P. (2012). Estilos de Apego en Relaciones de Pareja y su Asociación con la Satisfacción Marital. *Psykhe (Santiago)*, *21*(1), 69-82. https://doi.org/10.4067/S0718-22282012000100005

Haden, B., Smith, V., & Webster, G. (2014). Relationship duration moderates associations between attachment and relationship quality: meta-analytic support for the temporal adult romantic attachment model. *Personality and Social Psychology Review, 18*(1), 42-58. https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24026179/

Hazan, C., y Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology, 52*(3), 511–524. https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511

Hernández, S., y Duana, D. (2020). Técnicas e instrumentos de recopilación de datos. *Boletín Científico de las Ciencias Económicas Administrativas del ICEA, 9*(17), 51-53. https://doi.org/10.29057/icea.v9i17.6019

Herrera, A., y Florez, C. (2025). *Celos y estilos de apego adulto en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana* [Psicología, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. Repositorio Institucional de la UPC. https://doi.org/10.19083/tesis/684322

Hernández, A., Melo, Z., Guzmán, R., Escamilla, M., y Rivera, A. (2025). Estilos de Apego y Asertividad en Hombres y Mujeres Universitarios en una Relación de Pareja. *Ciencia Latina: Revista Multidisciplinar*, *9*(1), 21-46. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=10070461

Higuera, J. (2002). La estructura de la pareja: implicaciones para la terapia cognitivo conductual. *Clínica y salud, 13* (1), 89-125. https://www.redalyc.org/pdf/1806/180618083004.pdf

Instituto Nacional de Estadística e Informática (2022). *Más de 47 mil matrimonios fueron inscritos en el Perú de enero a setiembre de 2021.* https://m.inei.gob.pe/prensa/noticias/mas-de-47-mil-matrimonios-fueron-inscritos-en-el-peru-de-enero-a-setiembre-de-2021-13431/

Instituto Nacional de Estadística e Informática (2019). *Perú: Indicadores de Violencia Familiar y Sexual, 2012 – 2019.* https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib1686/libro.pdf

Lloret-Segura, S., Ferreres-Traver, A., Hernández-Baeza, A., y Tomás-Marco, I. (2014). El Análisis Factorial Exploratorio de los Ítems: Una guía práctica, revisada y actualizada. *Anales de Psicología*, *30*(3), 1151-1169. https://doi.org/10.6018/analesps.30.3.199361

Lemaitre, M. (2025). *Relación entre las dimensiones del apego, la diferenciación del self y el manejo de conflictos en relaciones románticas de adultos jóvenes* [Tesis de pregrado, Universidad de los Andes]. Repositorio Institucional Séneca. https://hdl.handle.net/1992/76686

Lozano, R., Armenta, C., García, A., Padilla, N., y Díaz-Loving, R. (2010). Validación de la Escala de Evaluación de Relaciones en la población mexicana. *Acta de Investigación Psicológica, 18*(2), 56–65. https://www.redalyc.org/pdf/1339/133915921007.pdf

Mason, A., Koker, P., Eggers, S., Mathews, C., Temmerman, M., Leye, E., Vries, P., y Vries, H. (2016). Intimate partner violence in early adolescence: The role of gender, socioeconomic factors and the school. *South African Medical Journal, 106*(5), 502-509. http://www.samj.org.za/index.php/samj/article/view/9770/7315

Matos, P. (2017). *Estilos de apego en la relación de pareja y niveles del bienestar psicológico en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima* [Tesis de pregrado, Universidad Ricardo Palma]. Repositorio Institucional de la URP. https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/d147d485-f7ae-41b2-8cf8-5682731f8323/content

Martínez, J., Fuertes, A., Orgaz, B., Vicario, I., y González, 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, 30*(1), 211-220. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-97282014000100022

Mayorga, J., y Vega, V. (2021). Relación entre estilos de apego y estrategias de regulación emocional en estudiantes universitarios. *Psicología UNEMI, 5*(9), 46-57. https://doi.org/10.29076/issn.2602-8379vol5iss9.2021pp46-57p

Medina, C., Rivera, L., y Aguasvivas, J. (2016). El apego adulto y la calidad percibida de las relaciones de pareja: Evidencias a partir de una población adulta joven. *Salud & Sociedad, 7*(3), 306-318. https://www.redalyc.org/pdf/4397/439749582005.pdf

Mikulincer, M., y Shaver, P. (2007). Attachment in Adulthood: Structure, Dynamics, and Change. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, *197*, 144-145. https://doi.org/10.1097/NMD.0b013e318195fe3f

Moral, J. (2008). Validación de la escala de valoración de la relación en una muestra mexicana. *Revista Electrónica de Metodología Aplicada*, *13*(1), 1-12. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2585639

Morales, M., y Díaz, D. (2013). Noviazgo: Evolución del significado psicológico durante la adolescencia. *Uaricha, 10*(22), 20-31. https://www.revistauaricha.umich.mx/ojs_uaricha/index.php/urp/article/view/96

Montestruque, J. (2021). *Estilos de apego en estudiantes de psicología de una universidad privada de Chiclayo, 2020* [Tesis de licenciatura, Universidad Católica Santo Toribio De Mogrovejo]. Repositorio Institucional de la USAT. http://hdl.handle.net/20.500.12423/4154

Moneta, M. (2014). Apego y pérdida: redescubriendo a John Bowlby. *Revista chilena de pediatría, 85*(3), 265-268. http://dx.doi.org/10.4067/S0370-41062014000300001

Mónaco, E., De la Barrera, U., & Montoya-Castilla, I. (2022). Are emotional competencies mediators between attachment and relationship satisfaction in young couples? *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*, *30*(2), 427-445. https://doi.org/10.51668/bp.8322206n

Proulx, C., Helms, H., & Payne, C. (2020). Wives "and husbands" relationship quality and psychological distress: A meta-analysis. *Journal of Marriage and Family, 82*(1), 243–260. https://doi.org/10.1111/jomf.12639

Pérez, C., y Ñontol, M. (2018). *Estilos de apego y estrategias de afrontamiento en adolescentes de una Institución Educativa de Cajamarca* [Tesis de pregrado, Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo]. Repositorio Institucional de la UPAGU. http://repositorio.upagu.edu.pe/handle/UPAGU/661

Quispe, D., y Sullca, J. (2023). *Celos y violencia en relaciones de pareja en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, 2023* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional de la UCV. https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/130796

Retana, B., y Sánchez, R. (2005). Construcción y validación de una escala para medir adicción al amor en adolescentes. *Enseñanza e Investigación en Psicología, 10*(1), 127-141. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29210109

Rivera, P., y Díaz, N. (2021). *Los estilos de apego y su relación con la satisfacción en las relaciones de parejas en población joven y adulta cartagenera* [Tesis de pregrado, Universidad Tecnológica de Bolívar]. https://utb.alma.exlibrisgroup.com

Rivera, D., Cruz, C., y Muñoz, C. (2011). Satisfacción en las Relaciones de Pareja en la Adultez Emergente: El Rol del Apego, la Intimidad y la Depresión. *Terapia psicológica*, *29*(1), 77-83. https://doi.org/10.4067/S0718-48082011000100008

Romo, J. (2008). Estudiantes universitarios y sus relaciones de pareja. De sus experiencias y proyectos de vida. *Revista Mexicana de investigación educativa, 13*(38), 801-823. https://www.redalyc.org/pdf/140/14003806.pdf

Rodriguez, M. (2021). *Apego adulto y regulación emocional en estudiantes de universidades privadas de Lima* [Tesis de pregrado, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio Institucional de la PUCP. https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/19565

Romero, A. (2019). *La inteligencia emocional y su influencia en la percepción de la calidad de la relación de pareja de los funcionarios del GAD Municipal del Cantón Santa Rosa de la provincia del Oro* [Tesis de pregrado, Universidad Tecnológica Indoamérica]. Repositorio Institucional de la UTI. https://repositorio.uti.edu.ec//handle/123456789/1379

Sarquiz, G., Guzmán, R., Rojas, J., y Fragoso, R. (2022). Ciberviolencia en el noviazgo, apego y satisfacción en la relación en jóvenes mexicanos durante el confinamiento. *Revista de Investigación Apuntes Universitarios*, *12*(4), 120–141. https://doi.org/10.17162/au.v12i4.1238

Sandino de Luca, M. (2016). *Facebook - ¿un giro en la comunicación en las relaciones románticas de los jóvenes?* [Tesis de licenciatura, Universidad de Los Andes]. Repositorio Institucional de la UANDES. http://hdl.handle.net/1992/18460

Sánchez, H., y Reyes, C. (2015). *Metodología y diseños en la investigación científica*. https://www.academia.edu/metodologíaydiseñosenlainvestigación

Sánchez, H., Reyes, C., y Mejía, K. (2018). *Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística.* Repositorio de la Universidad Ricardo Palma. https://repositorio.urp.edu.pe/handle/20.500.14138/1480

Sánchez, V., Ortega, J., Ortega, R., y Viejo, C. (2008). Las relaciones sentimentales en la adolescencia: Satisfacción, conflictos y violencia. *Escritos de Psicología (Internet)*, *2*(1), 97-109. https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1989-38092008000300011&script=sci_arttext

Sánchez, R. (2009). Expectativas, percepción de estabilidad y estrategias de mantenimiento en las relaciones amorosas. *Enseñanza e investigación en psicología*, *14*(2), 229-243. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29211992002

Sánchez, D., y González, E. (2017). Los programas de mediación escolar como herramientas para la promoción de unas relaciones de pareja saludables en la adolescencia. *Revista española de orientación y psicopedagogía, 28*(1), 72-85. https://www.redalyc.org/pdf/3382/338252055006.pdf

Sternberg, R. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review*, *93*(2), 119-135. https://doi.org/10.1037/0033-295X.93.2.119

Simpson, J., Collins, W., Tran, S., & Haydon, K. (2007). Attachment and the experience and expression of emotions in romantic relationships: A developmental

perspective. *Journal of Personality and Social Psychology, 92*(2), 355–367. https://doi.org/10.1037/0022-3514.92.2.355

Supo, J. (2014). *Cómo elegir una muestra. Técnicas para seleccionar una muestra representativa.* https://dariososafoula.files.wordpress.com/2017/01/como-elegir-unamuestra-jose-supo.pdf

Vasquez, K. (2020). *Adaptación de la escala de satisfacción en la pareja (ESP-10) en una Muestra de Universitarios de Lima* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional de la UCV. https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/63579

Vizcay, N., Di Giuseppe, S., y Milozzi, S. (2025). Revisión Sistemática Sobre el Apego Adulto y la Repercusión en la Satisfacción de las Relaciones de Pareja. *Revista de psicoterapia*, *36*(130), 82-90. https://doi.org/10.5944/rdp.v36i130.43608

Vindas, M. (2009). *Cómo superar conflictos de pareja.* Desarrollo Familiar.

Yárnoz, S., y Comino, P. (2011). Evaluación Del Apego Adulto: Análisis De La Convergencia Entre Diferentes Instrumentos. *Acción Psicológica*, *8*(2), 67-85. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=344030766006

Zanabria, R. (2019). *Dimensiones de apego adulto e inversión en las relaciones de pareja de estudiantes universitarios* [Tesis de pregrado, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio Institucional de la PUCP. https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/14453

Zamora, G., Alvídrez Villegas, S., Aizpitarte, A., y Rojas, J. (2018). Prevalencia de violencia en el noviazgo en una muestra de varones adolescentes mexicanos. *Revista de psicología y ciencias del comportamiento de la Unidad Académica de Ciencias Jurídicas y Sociales*, *9*(1), 30-53. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-18332018000100030&script=sci_arttext

Zambrano, R., Villada, J. A., Vallejo, V., Córdoba, V., Giraldo, J., Herrera, B., Giraldo, M., y Correa, C. (2009). Propiedades psicométricas de la prueba de apego adulto «Experiencias en relaciones cercanas-revisado» (Experiences in close relationships-revised, ECR-R) en población colombiana. *Revista de la Facultad de Psicología Universidad Cooperativa de Colombia, 5*(8), 7-14. https://bibliotecadigital.udea.edu.co/dspace/bitstream/10495/9113/1/

ANEXOS

Anexo A. Consentimiento Informado

Estimado (a) participante:

Hola, mi nombre es Kristhell Maribel Fernandez Alejos, soy estudiante del décimo ciclo de la carrera de Psicología de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. En la actualidad, me encuentro realizando una investigación sobre "Estilos de apego adulto y la satisfacción en la pareja en estudiantes universitarios" para obtener el título profesional de psicología; y para ello quisiera contar con su valiosa colaboración. El proceso consiste en la aplicación de dos pruebas psicológicas: Escala Apego Adulto y Escala de Satisfacción en la Pareja, además, se le pide completar una ficha sociodemográfica, que me ayudará a entender mejor el contexto y las características de los participantes en el estudio.

La información que recopilemos será utilizada exclusivamente para fines de investigación y será confidencial y anónima.

Su participación es muy importante para el éxito de este estudio, lo cual le tomará aproximadamente 10 minutos, le agradezco de antemano su colaboración.

☐ Acepto

_____

Firma

Anexo B. Ficha de Datos Sociodemográficos

Esta es una encuesta en la que Ud. participa voluntariamente, por lo que le agradeceré que sea totalmente sincero (a) en sus respuestas. Antes de responder los cuestionarios le pido que me proporcione los siguientes datos:

Sexo:	□ Masculino	□ Femenino
Edad:	□ 20 años □ 21 años □ 22 años □ 23 años □ 24 años □ 25 años	□ 26 años □ 27 años □ 28 años □ 29 años □ 30 años
Ciclo universitario:	□ 5to ciclo □ 6to ciclo □ 7to ciclo	□ 8vo ciclo □ 9no ciclo □ 10mo ciclo
Carrera profesional:	□ Psicología □ Enfermería	□ Medicina □ Ingenierías
Distrito donde vives:		
¿Tienes actualmente una relación de pareja con una duración:	□ 3 a 6 meses □ 7 a 12 meses	□ más de 12 meses
Si actualmente no tienes una relación de pareja; ¿has tenido una relación de pareja con una duración:	□ 3 a 6 meses □ 7 a 12 meses	□ más de 12 meses

Marque la alternativa que se considere adecuada, no existen respuestas buenas ni malas.

¿Buscas atención constante en tu pareja sentimental?	□ Casi nunca □ En ciertas ocasiones	□ Frecuentemente □ Siempre

Anexo C. Escala Apego Adulto (EAA)

José Luis Condori Contreras - 2019, Lima, Perú

INSTRUCCIONES: A continuación, lea cada oración y conteste según crea conveniente que la caracterizan a usted como pareja. Recuerde que no hay respuestas malas o buenas y lo importante es que conteste con sinceridad.

Las opciones a contestar son las siguientes:

4	3	2	1
Totalmente de acuerdo	De acuerdo	En desacuerdo	Totalmente en desacuerdo

N°		4	3	2	1
1	Entrego todo en mi relación pero siento que soy la (el) único que lo hace.				
2	Cuando siento que alguien está interesado/a en mí, esto me incomoda y lo(a) ignoro.				
3	Si mi pareja termina la relación, la(o) buscaría constantemente para que vuelva conmigo.				
4	Para sentirme cómodo en una relación mi pareja debe darme mucho espacio personal.				
5	Soy de las personas que se enamoran o ilusionan fácilmente.				
6	Si mi pareja muestra afecto hacia mí, lo(a) rechazo.				
7	Cuando estoy sin mi pareja me siento triste.				
8	En mi relación actual, quisiera que interactuemos lo menos posible por mi comodidad.				
9	Por miedo a que abandone mi pareja, debo darle siempre la razón.				
10	Difícilmente confío en mi pareja.				
11	Si mi pareja quisiera terminar la relación, soy capaz de hacer lo que sea para que no ocurra.				
12	Considero insoportable la idea de depender de mi pareja ya sea				

	pidiendo consejo o ayuda.				
13	Tengo miedo a quedarme solo(a) para siempre.				
14	Prefiero manejar solo(a) mis asuntos personales que compartirlas con mi pareja.				
15	Tengo miedo de que mi pareja me abandone.				
16	Las decisiones sobre mi vida solo las tomo yo, sin ninguna ayuda porque no confío en nadie.				
17	Pienso constantemente si mi pareja realmente me quiere.				
18	Me he sentido incómodo(a) en una situación de intimidad física.				
19	Me han dicho que soy poco afectuoso (a) con mi pareja.				
20	Es difícil decidirme en formar una relación amorosa.				
21	Usualmente pienso que mi pareja me ha sido o podría serme infiel.				
22	Fácilmente le pongo fin a mis relaciones.				
23	Las personas en las que estoy interesado(a) sentimentalmente, no sienten lo mismo por mí.				
24	Me gusta compartir demasiado tiempo con mi pareja.				
25	Se me dificulta mostrar mis emociones a mi pareja.				

Anexo D. Escala de Satisfacción en la pareja (ESP-10)

Versión peruana artículo Vásquez (2020)

Instrucciones: A continuación, encontrará una serie de preguntas relacionadas a la satisfacción que pudiese tener en su relación de pareja. Al lado de cada premisa encontrará una serie de alternativas que van de 1 a 4. Por favor, marque con una (x) el número de la categoría que mejor describa su grado de acuerdo o desacuerdo con cada afirmación. Recuerde que no hay respuestas correctas o incorrectas. Por favor, responda a las preguntas abierta y sinceramente.

1. Totalmente en desacuerdo
2. En desacuerdo
3. De acuerdo
4. Muy de acuerdo

		1	**2**	**3**	**4**
1	Estoy satisfecho en mi relación de pareja.				
2	Disfruto de la compañía de mi pareja.				
3	Me divierto mucho con mi pareja.				
4	No hay otra persona que puede hacerme feliz como mi pareja.				
5	Mi pareja me hace saber cuán satisfecho está en la relación.				
6	Disfruto plenamente del sexo con mi pareja.				
7	Confió plenamente en mi pareja.				
8	Me siento acoplado/a con mi pareja				
9	Mi pareja es el amor de mi vida.				
10	Me siento completo/a en mi relación de pareja.				

Anexo E. Permiso de instrumento Escala Apego Adulto (EAA)

de José Luis Condori Contreras - 2019, Lima, Perú



JOSE CONDORI <joze.co19@gmail.com> lun, 25 sept 2023, 8:29 p.m.

para mí

Buenas noches,

Yo el licenciado en psicología, Jose Luis Condori Contreras con colegiatura 40194 le autorizo a Kristhell Fernandez Alejos, estudiante de la carrera profesional de psicología de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos UNMSM - Perú, el uso de mi ESCALA APEGO DE APEGO ADULTO DE JOSE CONDORI (AA) exclusivamente para fines académicos y de investigación.

Saludos cordiales

•••

--

Lic. Jose Luis Condori Contreras

Licenciado en Psicología

Encargado del Comité Institucional de Ética en Investigación del Hospital Nacional Sergio Bernales

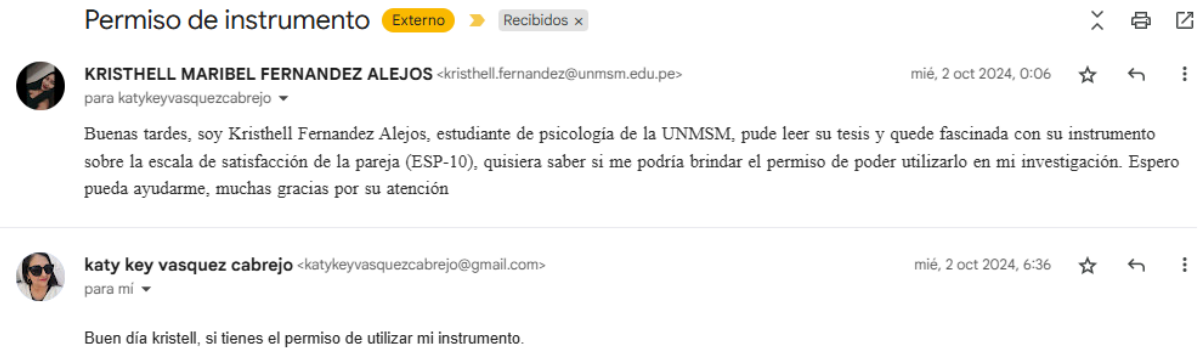
PERÚ | Ministerio de Salud | Viceministerio de Prestaciones y Aseguramiento en Salud | Hospital Nacional Sergio E. Bernales

HOSPITAL NACIONAL SERGIO E. BERNALES

COMITÉ INSTITUCIONAL DE ÉTICA EN INVESTIGACIÓN

Anexo F. Permiso de instrumento de Escala de Satisfacción en la Pareja (ESP-10)

Versión peruana artículo Vásquez (2020)



Permiso de instrumento Externo Recibidos ×

KRISTHELL MARIBEL FERNANDEZ ALEJOS <kristhell.fernandez@unmsm.edu.pe> mié, 2 oct 2024, 0:06

para katykeyvasquezcabrejo

Buenas tardes, soy Kristhell Fernandez Alejos, estudiante de psicología de la UNMSM, pude leer su tesis y quede fascinada con su instrumento sobre la escala de satisfacción de la pareja (ESP-10), quisiera saber si me podría brindar el permiso de poder utilizarlo en mi investigación. Espero pueda ayudarme, muchas gracias por su atención

katy key vasquez cabrejo <katykeyvasquezcabrejo@gmail.com> mié, 2 oct 2024, 6:36

para mí

Buen día kristell, si tienes el permiso de utilizar mi instrumento.