

APEGO EN LA INFANCIA Y APEGO ADULTO

Influencia en las relaciones amorosas y sexuales



TRABAJO FIN DE MÁSTER

Realizado por

MÍRIAM SÁNCHEZ HERRERO

bajo la dirección de

Dr. D. Félix López Sánchez

UNIVERSIDAD DE SALAMANCA

MÁSTER EN ESTUDIOS INTERDISCIPLINARES DE GÉNERO

Julio 2011



VNiVERSiDAD D SALAMANCA



*PROGRAMA OFICIAL D POSTGRADO EN ESTVDiOS D GÉNERO Y
POLíTICAS DE iG VALDAD*

MÁSTER EN ESTVDiOS iNTER DiSCIPLiNARES DE GÉNERO

APEGO EN LA INFANCIA Y APEGO ADULTO

Influencia en las relaciones amorosas y sexuales

Realizado por

MÍRIAM SÁNCHEZ HERRERO

bajo la dirección de

Dr. D. Félix López Sánchez

Salamanca, Julio 2011

Aprovecho este trabajo para mostrar mi agradecimiento más sincero a todas aquellas personas que han hecho posible este trabajo. A mi familia por su paciencia y comprensión a lo largo de todo este tiempo, a mis amigos por su colaboración y apoyo, a mi tutor Félix López por su dedicación incondicional y sobre todo, a aquellas personas que de forma anónima se ofrecieron a hablar abiertamente de su historia familiar, amorosa y sexual para hacer posible este trabajo de investigación a pesar de los obstáculos encontrados en el camino.

Abriendo puertas sin miedo...

“Cuántas puertas dejamos de abrir por miedo a arriesgar, cuántas veces perdemos la libertad y morimos por dentro, solamente por sentir miedo de abrir la puerta de nuestros sueños”

(Anónimo)

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	9
<hr/>	
MARCO TEÓRICO	
<hr/>	
I. La familia como fuente de formación del apego	14
1. Papel de la familia en el desarrollo afectivo y social	14
2. Estilos de apego, estilos de relación	16
II. El apego	17
1. Aproximación al concepto de apego	18
2. Componentes básicos, características y funciones del apego	19
3. El apego en la infancia: estilos de apego y su origen	21
3.1. Estilo de apego seguro	22
3.2. Estilo de apego ansioso y ambivalente	23
3.3. Estilo de apego evitativo	25
3.4. Un cuarto estilo de apego: el apego desorganizado	26
4. Papel de las figuras de apego en la socialización de los hijos	27
4.1. Principales funciones de las figuras de apego	27
4.2. Las figuras de apego como determinante del estilo de apego del niño, y en un futuro, adulto	28
4.3. Una base segura	29
4.3.1. Componentes de una base segura	29
4.3.1.1. La sensibilidad	29
4.3.1.2. La aceptación frente al rechazo	30
4.3.1.3. La cooperación frente a la intrusividad	31
4.3.1.4. La accesibilidad o disponibilidad	31
4.3.2. La importancia de crear de una base segura	32

4.4. Cambios en las jerarquías de apego de la infancia a la adultez	33
5. El apego adulto: estilos de apego	35
6. Influencia del estilo de apego adquirido en la infancia, en las futuras relaciones de pareja	39
6.1. La teoría del apego y las relaciones amorosas en la vida adulta	40
6.1.1. Concepto de las figuras de apego principales según el estilo de apego: expectativas	40
6.1.2. Estrategias de regulación afectiva	43
6.1.3. Sentimientos y expresión emocional	45
6.1.4. Conductas	45
6.1.4.1. Conductas de búsqueda y oferta de apoyo	45
6.1.4.2. Conductas de cuidado	45
6.1.4.3. Conductas adoptadas para resolver los conflictos	46
6.1.4.4. Conductas de apego y de exploración (relaciones afectivas frente al ocio y al trabajo)	46
6.1.5. Personalidad	47
6.1.5.1. Rasgos de personalidad	47
6.1.5.2. Trastornos de personalidad y estilo de apego	48
6.1.5.3. Dependencia emocional como patología de la vinculación Afectiva	49
III. Sexualidad, vínculos sexuales	52
1. El deseo sexual y el placer	53
2. La atracción	56
3. El enamoramiento	58
IV. Relación entre sexualidad y apego	60
1. Apego y sexualidad en la adolescencia	62
2. Apego y sexualidad en la adultez	63

INVESTIGACIÓN EMPÍRICA

I. Objeto del estudio	67
II. Hipótesis del trabajo	67
III. Metodología	69
1. Material y método	69
2. Descripción de la muestra	70
IV. Resultados y análisis de los resultados	71
<i>Bloque 1: Análisis descriptivo de la muestra</i>	71
1. Análisis descriptivo de la muestra por grupos	71
1.1. Sexo	71
1.2. Edad	72
1.3. Nivel cultural	73
1.4. Actividad	75
1.5. Pareja en la actualidad	76
1.6. Tipo de pareja	77
1.7. Número de parejas (con una duración superior a seis meses)	79
1.8. Conductas sexuales alcanzadas	81
1.9. Número de personas con las que has mantenido relaciones coitales (si ha sido con varias)	82
2. Análisis descriptivo de la muestra: estilo de apego actual	84
<i>Bloque 2: Análisis comparativo de la muestra</i>	86
1. Estudio de la variable sexo	86
1.1. Relación existente entre la variable sexo y el estilo de apego adulto	86
1.2. Relación existente entre la variable sexo y el estilo de apego en la infancia	90

1.2.1.	Relación existente entre la variable sexo y las variables ligadas al afecto ofrecido por la figura de apego durante la infancia (relación cálida-distante)	91
1.2.2.	Relación existente entre la variable apego y las variables ligadas al control ejercido por la figura de apego durante la infancia (autonomía-control)	99
1.3.	Relación existente entre la variable sexo y otras variables estudiadas	107
1.3.1.	Relación con la familia de origen	107
1.3.2.	Relación con amigos/as	108
1.3.3.	Opinión sobre el ser humano	108
1.3.4.	Relación con las parejas anteriores	109
1.3.5.	Relación con la pareja actual (si se tiene y si es de duración mayor a seis meses)	110
2.	Estudio de la variable apego	111
2.1.	Estudio de la relación existente entre la variable apego y la variable número de parejas (con una duración mayor a seis meses)	111
2.2.	Estudio de la relación existente entre la variable apego y la variable número de personas con las que se ha mantenido relaciones coitales	113
2.3.	Estudio de las diferencias según sexo en el estilo de apego adulto	115
2.4.	Estudio de las diferencias según sexo en el estilo de apego en la infancia	117
<hr/>		
	Conclusiones	121
	Bibliografía	127
	Anexos	131

INTRODUCCIÓN

Somos un ser para el contacto y la vinculación, lo que quiere decir, inexorablemente que, si no entramos en contacto con los demás y nos vinculamos a algunas personas podemos morir (el peligro más extremo, en el caso de los menores de edad), desarrollarnos de manera deficiente, social y hasta físicamente o, en el menor de los casos, sufrir emocionalmente por tener relaciones interpersonales inadecuadas o conflictivas.

Pero la forma de resolver esta forma de contacto y vinculación, en el caso de los adultos, ha cambiado. En el pasado, las personas se sentían obligadas a establecer un vínculo con una persona del sexo opuesto, con la que se casarían y establecerían un contrato de por vida (López, 2009).

Hoy, en países como el nuestro, las personas no se sienten presionadas para casarse (cada vez más personas permanecen solteras hasta avanzada edad o durante toda la vida), se vinculan con quien quieren y en la forma que quieren, conviven como consideran más conveniente y se desvinculan cuando consideran oportuno. Es decir, las parejas son cada vez más diversas en cuanto a la forma de relación, su estilo de vida como pareja y el tiempo en que los emparejados permanecen juntos.

Es decir, estamos en un momento en el que las personas no se sienten obligadas a casarse y establecen relaciones con la pareja muy diversas, de forma que la institución matrimonial ha dejado de ser uniforme: parejas sin formalizar, parejas de hecho, uniones de hecho, parejas homosexuales, casamientos religiosos, casamientos civiles, etc. Y, lo que es más decisivo, es legal el derecho a la separación y a formar nuevas parejas posteriormente. Ha llegado la libertad a las relaciones de pareja, admitiendo cualquier forma de diversidad que los interesados quieran vivir.

El resultado es que son cada vez más las personas que viven a lo largo de su vida varios procesos de vinculación y desvinculación amorosa, pero, ¿cómo se adapta nuestra naturaleza emocional, afectiva y social a estos cambios?; ¿sabemos vivir las

nuevas formas de vinculación y desvincularnos?; ¿ha tenido y tiene la infancia algún rol en estos cambios? (López, 2009).

Por todos estos cambios que se están produciendo en las estructuras sociales y familiares, creemos importante analizar los procesos de vinculación de los individuos así como las diferencias de género que se puedan encontrar.

Este estudio intenta analizar la relación existente entre los diferentes estilos de apego en los niños/as y adolescentes, con las características de sus futuras relaciones de pareja, tanto a nivel de afectos sexuales como a nivel de apego adulto.

Se tendrá especialmente en cuenta las diferencias de género, un aspecto menos investigado. ¿Qué diferencias de género hay en los afectos sexuales: deseo, atracción y enamoramiento? ¿Qué estilos de apego tienen los hombres y las mujeres actuales? ¿Cómo se adapta unos y otras a los cambios en relación a las formas de vinculación y desvinculación?

Se estudiarán temas como la formación de los distintos estilos de apego en la infancia, el apego adulto, relación entre apego y sexualidad, y los diferentes tipos de apego en la relaciones de pareja, que conllevan tanto afectividad amorosa como sexual. Todo ello a través de la investigación bibliográfica y del análisis cuantitativo de los resultados obtenidos tras el estudio de los datos que aportarán los cuestionarios.

MARCO TEÓRICO

I. La familia como fuente de formación del apego

1. Papel de la familia en el desarrollo afectivo y social

Resulta inevitable pensar en la familia cuando se trata de investigar el origen de las características personales y sociales de las personas. Es así por varias razones, entre las que se pueden destacar al menos cuatro:

- a)* Las influencias familiares son las que primero ocurren, dado que las personas no podemos sobrevivir sin ayuda y dado que la circunstancia más habitual para todos es la de crecer en el seno de una familia.
- b)* Por lo que a niños y adolescentes se refiere, las influencias son además las más persistentes, hecho acentuado más aún en los últimos años entre nosotros como consecuencia de una cada vez más tardía salida del hogar familiar de la juventud.
- c)* Las relaciones familiares están dotadas de una especial intensidad y a ellas solemos además atribuir una especial capacidad configuradora sobre las relaciones posteriores fuera de la familia.
- d)* En las creencias más extendidas entre la población general se ha observado la tendencia a pensar que la influencia de la familia es particularmente importante en los ámbitos social y personal, mientras que se duda un poco más de su papel sobre el ámbito intelectual.

Por lo tanto no podemos sino confirmar la importancia y la relevancia del papel de la familia. (López, Etxebarria, Fuentes, & Ortiz, 1999).

En Occidente, el tipo de familia predominante ha evolucionado hacia el sistema formado por la unión de un hombre y una mujer, con gran independencia de las familias de origen. El resultado es una familia convencional como la representada en la figura 1.

Aunque cada sociedad organiza las familias de manera diferente, en todas ellas se establecen vínculos afectivos muy fuertes entre sus miembros, que afectan tanto a las relaciones verticales como a las horizontales. Vínculos asimétricos entre los adultos (los padres), y los menores (los hijos) –el apego de los hijos hacia los padres y el sistema de cuidados de los padres hacia los hijos– y vínculos más simétricos entre los adultos (esposos) y entre los menores (hermanos). Los vínculos entre los esposos implican diferentes grados de pasión sexual, intimidad y compromiso, mientras el resto de los vínculos conlleva un rechazo de los contenidos sexuales.

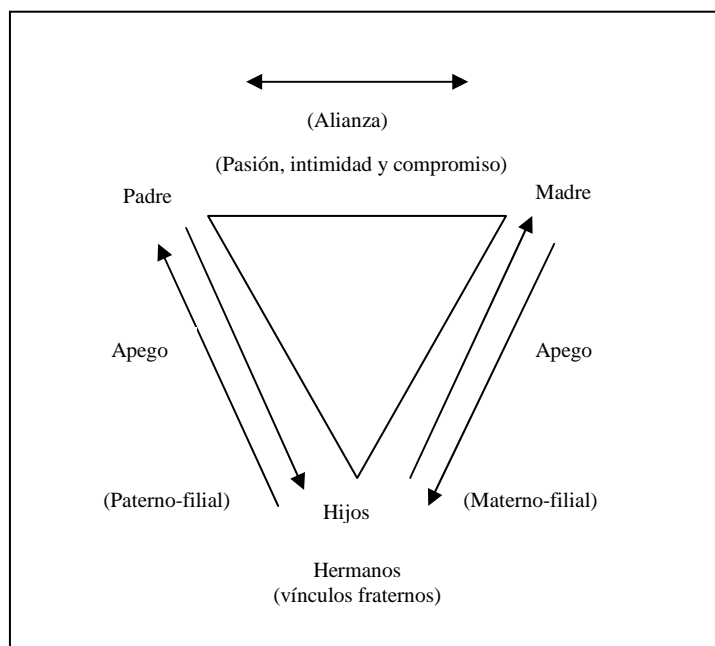


Figura 1.- *El apego en el sistema familiar.*

FUENTE: LÓPEZ, F., ETXEBARRIA, I., FUENTES, M. J., & ORTIZ, M. J. (eds.), *Desarrollo afectivo y social*, Madrid, 1999.

Pero debe tenerse en cuenta que cada vez hay más personas que hacen “ciclos vitales alternativos” con separaciones, divorcios, familias reconstituidas, familias monoparentales, parejas que deciden no tener hijos, parejas heterosexuales de hecho, parejas homosexuales, etc., que crean contextos muy diferentes para los menores.

Este sistema familiar tiene una serie de diversas y complejas funciones. Desde el punto de vista de las mujeres y los hombres, es una forma de organizar la satisfacción de la necesidad de intimidad sexual y afectiva; desde el punto de vista de los hijos, la familia es el contexto social básico que les permite satisfacer aspectos esenciales de sus necesidades biológicas, cognitivas, emocionales y sociales; desde el punto de vista social, la familia es la institución básica de la organización de las relaciones sociales.

Las relaciones familiares influyen determinadamente en la orientación y competencia social del niño. La familia, al ser el primer contexto de desarrollo de los niños y niñas, puede favorecer o dificultar su futura adaptación al contexto social de los iguales, lo cual significa que la contribución que hace la familia a las relaciones de los niños con sus compañeros, y en un futuro con sus parejas, comienza mucho antes de que los niños inicien realmente sus interacciones con los iguales. (López, Etxebarria, Fuentes, & Ortiz, 1999).

2. Estilos de apego, estilos de relación

La constatación de la existencia de distintos tipos de apego en la infancia está desde el principio asociada a la existencia de distintos estilos de relación con niños y niñas por parte de sus padres y madres. Así, los aspectos del comportamiento de los padres predicen el desarrollo de uno u otro estilo de apego en sus hijos.

En el modelo tradicional de socialización, el estilo de apego que lo hijos desarrollan se considera dependiente de dos rasgos fundamentales de la conducta de los padres: la disponibilidad y la sensibilidad. En la situación ideal, el adulto responde habitualmente

a las llamadas de atención del niño o la niña (disponibilidad) y lo hace adecuando su respuesta a las necesidades puestas de manifiesto en la conducta infantil (sensibilidad); en tales casos, lo más habitual es que el niño o la niña desarrollen un apego seguro hacia las figuras con presencia estable en sus vidas que así actúan. En el caso de que el adulto no se muestre ni receptivo a las llamadas de atención ni sensible a las necesidades que expresan, el tipo de apego esperable será inseguro y evitativo. Finalmente, si el comportamiento adulto está marcado por la contradicción (a veces se muestra disponible y en otras actúa con insensibilidad), la inseguridad del apego irá marcada por las señales de la ambivalencia (López, Etxebarria, Fuentes, & Ortiz, 1999).

II. El apego

Una de las grandes tendencias que tiene el ser humano es aquella que le lleva en busca de la unión, la intimidad y el placer en las relaciones con los demás. Esta tendencia se pone de manifiesto en tres grandes necesidades primarias, no aprendidas:

- Necesidad de establecer vínculos afectivos percibidos como incondicionales y duraderos: Apego.
- Necesidad de disponer de una red de relaciones sociales: Amigos, conocidos y pertenencia a una comunidad.
- Necesidad de contacto físico placentero: Actividad sexual asociada al deseo, atracción y/o enamoramiento.

Estas tres necesidades, sentidas objetivamente, favorecen la supervivencia del individuo y de la especie, ya que el apego contribuye a asegurarle los “cuidados maternos” que requiere, la red de relaciones asegura la pertenencia al grupo y, por consiguiente, la defensa y alimentación, y, por último, la necesidad de actividad sexual conlleva la reproducción. Si el individuo concreto no satisface adecuadamente estas

necesidades, aparte de otras consecuencias objetivas, sentirá soledad emocional, soledad social y frustración sexual.

De entre todas las necesidades interpersonales, el apego, vínculo afectivo con las personas que satisfacen las necesidades emocionales y cuidados básicos– normalmente los progenitores y/u otros familiares– responde a la necesidad afectiva más fuerte y estable a lo largo del ciclo vital. (Ortiz & Yárnoz, 1993)

Las conductas de apego son manifestaciones observables y cuantificables que el sujeto despliega con la meta específica de lograr y mantener proximidad, contacto y comunicación con sus figuras de apego, que son personas mejor capacitadas que él mismo para enfrentarse al mundo. (Lafuente & Cantero, 2010)

Cada individuo construye modelos representacionales del mundo y de sí mismo dentro de aquel. Con la ayuda de estos modelos representacionales el individuo capta situaciones, percibe a los otros, interpreta las acciones e intenciones de sus semejantes, predice hechos futuros y hace planes. Un aspecto clave de los modelos representacionales de las figuras de apego es la noción de quienes son esas figuras de apego, dónde han de encontrarse y como se espera que han de responder. De la misma manera, un aspecto clave de los modelos representacionales del self es si uno es aceptable, potencialmente valorado y capaz de ser querido por las figuras de apego. En este sentido los modelos representacionales del self son también la base de la autoestima y del sentido de la identidad. (Ortiz & Yárnoz, 1993)

1. Aproximación al concepto de apego.

La teoría del apego tiene su origen en la figura histórica de John Bowlby, quien rechazó los planteamientos teóricos dominantes hasta el momento (conductismo y psicoanálisis) en la concepción de la afectividad y formuló una teoría de la vinculación revolucionaria para la época, al considerar la vinculación afectiva como una necesidad

primaria. A partir de este momento, son numerosos los autores que investigan, amplían y comprueban empíricamente esta teoría del vínculo, llegando a ser en la actualidad un marco de referencia único en el estudio de los procesos afectivos en la infancia, pero también en la edad adulta.

López (2009) define apego como el vínculo afectivo por excelencia; lo establecen los niños y niñas durante el primer año de vida con las personas que los cuidan, con uno o varios cuidadores, y, salvo situaciones muy extremas, mantienen este vínculo toda la vida con esas personas. Incluso cuando esas personas a las que se vinculan mueren, éstas pueden seguir siendo figuras afectivas muy importantes en su vida.

Pero la capacidad de establecer nuevos vínculos de apego permanece abierta durante toda la vida, de manera que niños relativamente mayores pueden apegarse a nuevos cuidadores, por ejemplo, a los padres adoptivos, a alguna hermana o hermano y, en la vida adulta, a la pareja. De hecho, como afirma López (2009), “el apego es un vínculo generoso: cuando mejor esté vinculado el niño o niña a la madre, más probable es que se vincule bien al padre, a los hermanos, a otros familiares y a su pareja en la vida adulta. Por eso, si el apego es adecuado, no tendría que haber celos entre las figuras de apego (entre el padre y la madre o entre la nuera y la suegra, por ejemplo). Los celos, en el caso del apego, son siempre una forma deficitaria de vivir esta relación, a diferencia de lo razonables que pueden ser, a veces, en las relaciones de pareja.

2. Componentes básicos, características y funciones del apego.

López (2009) afirma que este vínculo tiene tres componentes básicos tan interrelacionados que forman un sistema:

- a) la *construcción mental* que acaba haciendo el niño (conocimiento de la relación de pertenencia– “Son mis padres, soy su hijo” – e incondicionalidad–“No me van a fallar” –; representación de la relación, de las figuras de apego y de sí mismo, así como la representación que cree tienen los cuidadores de él),

- b) la unión afectiva* (sentimientos estables positivos asociados a las figuras de apego: alegría y bienestar con su presencia, ansiedad en su ausencia no entendida, ternura y empatía hacia los cuidadores, etc.)y
- c) el sistema de conductas de apego* (todo un sistema orientado a mantener la proximidad o accesibilidad, la interacción privilegiada de contacto y comunicación íntima, la exploración con base segura, el refugio en las dificultades, el consuelo emocional de los cuidadores, etc.)

Gómez (2009) afirma que, a través de la interacción de los sistemas de conducta se genera el apego, cuyas características son las siguientes:

- a)* El apego se caracteriza por el esfuerzo en mantener la proximidad con la persona con la que se está vinculando. Establecida la vinculación afectiva, el apego es un sistema que se activa en estados de peligro, aflicción o inseguridad. En esta situación, la primera reacción es la recuperación de la proximidad y el contacto.
- b)* El apego se caracteriza también por el mantenimiento de contacto sensorial privilegiado. En este tipo de interacción es donde mayor contacto corporal se produce entre dos personas. La distancia corporal, la distancia de las caras es mínima. Los sonidos, el lenguaje peculiar especialmente modulado, los olores, el tacto, la calidez, la ternura caracterizan este momento. En realidad, esta intimidad físico-sensorial sólo se recuperará en la relación de amantes adultos.
- c)* Otra de las características del apego consiste en que la seguridad que promueve el propio vínculo permite la exploración del entorno. En efecto, en su génesis se establece la base de seguridad que promueve relaciones con el entorno más eficaces. La seguridad que aporta la vinculación afectiva, siendo la figura de apego la referencia esencial, permite al niño o a la niña explorar el mundo que le rodea.
- d)* La ansiedad ante la separación es otra de las características del sistema de apego. Como indicábamos, la figura de apego es la referencia que genera seguridad.

Ante la separación de ésta, surge lo que conocemos como ansiedad de separación que tiende a desaparecer al recuperar la proximidad y el contacto.

En este sentido, el apego tiene múltiples funciones. López (2009) señala las siguientes:

- a) Es un sistema de conductas con el que las crías humanas contribuyen a su *supervivencia*, procurando estar próximas a su cuidador que las alimenta y protege. El lloro es innato, una capacidad que permite a la cría decir que no se encuentra bien, que necesita ciertos cuidados, o que ha observado algún peligro en su entorno. De esta forma, el sistema de apego no sólo ayuda a los cuidadores manteniendo la proximidad, contribuyendo a la seguridad del propio niño, sino que solicita los cuidados, los reclama, incluso angustiosamente, cuando los necesita, dos formas de contribuir a su supervivencia.

- b) Es el recurso fundamental para sentirse seguro, confiado, sereno y estable emocionalmente. El niño, al saberse aceptado, valorado, querido y cuidado, protegido, puede emocional y sentimentalmente sentirse seguro, tranquilo y alegre. “Nada me puede pasar y, si algo malo me sucede, tendré una ayuda eficaz”.

3. El apego en la infancia: estilos de apego y su origen

A finales del primer año de vida el niño ya tiene una larga experiencia relacional con las figuras de apego. Además, entre los tres y los seis u ocho meses aparecen nuevas capacidades (reconocimiento perceptivo de la persona y poder de recuerdo y evocación, permanencia de las figuras de apego, intencionalidad en las interacciones, etc.) que le permiten ir construyendo representaciones mentales de cómo son las figuras de apego y cuál es el significado de las situaciones. Estas capacidades, y la experiencia de

aprendizaje acumulada, hacen que el niño a finales del primer año de vida haya adquirido lo que podríamos llamar *estilo de apego* relativamente estable, que se expresa en conductas (Ortiz & Yárnoz, 1993).

“El niño debe ser capaz de discriminar a la figura materna (o a quien desarrolle esta función) de los desconocidos y de reconocerla como permanente más allá de sus percepciones para establecer con ella un lazo estable”.

López y Ortiz (1999)

A partir de las relaciones con sus cuidadores principales, encontramos tres patrones o estilos de apego, con una serie de conductas características. López (2009) señala tres estilos de apego, ya bien conocidos, desde finales de los 70 del siglo pasado:

3.1. *Estilo de apego seguro*

Los niños que han construido este estilo de apego han aprendido que sus cuidadores, al menos uno de ellos, no les van a fallar, les son incondicionales, los quieren, los valoran y los cuidan eficazmente.

Afectivamente quieren a las figuras de apego y se sienten queridos, aceptados y valorados. Emocionalmente se sienten bien en presencia e interacción con las figuras de apego, mientras que experimentan ansiedad o miedo cuando les faltan, si no comprenden la razón de la ausencia, o si aún no han aprendido que sus cuidadores van a volver.

Los niños con estilo de apego seguro se comportan de manera muy activa y confiada, interactuando de forma positiva con las figuras de apego y también explorando el entorno cercano.

Usan con frecuencia el código de la intimidad para relacionarse con sus cuidadores, mirando, tocando, abrazando, expresando y compartiendo emociones, etc. La armonía de esta interacción íntima, el hecho de que se entiendan bien y compartan emociones, es causa y signo de esta seguridad en el apego.

En las separaciones breves, las propias de la vida cotidiana (cuando los cuidadores los dejan con parientes o amigos, cuando empiezan a ir a un centro infantil, etc.), protestan vivamente; pero pronto aprenden que estas separaciones no son un abandono y que las figuras de apego vuelven una y otra vez. Después de la separación, se alegran vivamente en el reencuentro con las figuras de apego, expresan claramente conductas de apego positivas (abrazos, caricias, etc.) y, lo que es más significativo, recuperan la tranquilidad y la calma enseguida.

En definitiva, son niños que están convencidos de que sus figuras de apego les son incondicionales, los aceptan, los quieren, los cuidan y los valoran.

- *Origen de este tipo de apego:*

Está en el éxito de la interacción entre los cuidadores y el niño, en la intimidad lograda, en la disponibilidad y accesibilidad de los cuidadores, en la respuesta pronta, afectiva y eficaz a las demandas del niño o niña y en la coherencia de las relaciones. Es así como aprenden a sentirse seguros y queridos, confiar en los demás y saberse valiosos.

3.2. *Estilo de apego ansioso y ambivalente*

Son niños que construyen un patrón de inseguridad o duda en la relación. No consiguen estar seguros de la incondicionalidad de las figuras de apego (por eso necesitan mucha aprobación, que les demuestren una y otra vez que los quieren), de su disponibilidad o accesibilidad (por eso no aceptan las separaciones), de su cariño, de la valoración que hacen de ellos, y por último, de su eficacia. Están preocupados por la relación, temiendo ser abandonados, y por eso vigilan continuamente la presencia de las figuras de apego, se separan poco de ellas y exploran el ambiente de forma poco relajada. “No sé si me quieren, no sé si volverán, no sé si son capaces de ayudarme, no sé si me valoran bien”.

Soportan muy mal las separaciones breves, adaptándose mal a otros cuidadores o al ingreso en centros infantiles. En el reencuentro con las figuras de apego, después de una separación breve, se comportan de forma ambivalente, aparentemente contradictoria. Por un lado, buscan el reencuentro y lo desean vivamente; por otro, se muestran remisos a entrar en contacto franco, cariñoso y abierto. Después del reencuentro quedan sensibilizados por el miedo a una nueva posible separación y se muestran muy pegajosos, no se quieren separar para nada de sus figuras de apego y no recobran la calma, el juego, la exploración confiada.

En definitiva, no se sienten seguros de lo que más desean: una relación estable, incondicional e íntima con sus cuidadores. Han tenido la oportunidad de saber lo mucho que vale esta relación de intimidad; por eso es lo que más desean, pero dudan de poder mantenerla, oscilando entre momentos de bienestar y momentos de inestabilidad. Por ello, la preocupación sobre lo que es y va a ser la relación y la necesidad de que le confirmen una y otra vez que los quieren, así como la necesidad de mantener la presencia de los cuidadores, es una de las características centrales de este estilo de apego.

- *Origen de este estilo de apego:*

Las causas pueden ser muy diversas, entre ellas, la incoherencia en la conducta de los cuidadores, por ejemplo, siendo unas veces muy condescendientes y otras muy exigentes; muy amables, unas veces muy agrios, otras (de forma que no saben a qué atenerse); la expresión en palabras o actos de dudas o críticas negativas sobre el valor de los hijos; el chantaje emocional como forma de disciplina (por ejemplo, señalándole una y otra vez que, si no hacen lo que los cuidadores quieren, los dejarán de querer); la propia inestabilidad de las relaciones entre los padres; las experiencias negativas cuando han necesitado consuelo; la dificultad para conseguir una comunicación íntima armónica, la ansiedad emocional de los propios cuidadores; etc.

3.3. *Estilo de apego evitativo*

Los niños que han adquirido este patrón de conducta han experimentado que, en realidad, no pueden contar con sus figuras de apego, no los quieren, no los valoran o no tienen capacidad para ayudarlos. El sufrimiento que este rechazo o falta de respuestas adecuadas de los cuidadores les causa, es tan grande que se ven obligados a aprender a vivir, en la medida que un menor lo puede hacer, sin ellos. Igualmente han aprendido a no expresar ni entender las emociones de los demás, a evitar el contacto emocional que siempre les fue frustrante. De esta forma acaban formando una especie de coraza insensible, que los lleva a temer y rechazar la intimidad y a comportarse como si no les importaran demasiado los demás, especialmente desde el punto de vista afectivo. Es decir, han aprendido a evitar las relaciones íntimas, las manifestaciones de cariño espontáneas y relajadas, etc. Carecen de código de la intimidad y, por tanto, de conexión íntima con los cuidadores, teniendo también serias dificultades para relacionarse con las educadoras o los amigos de forma amable y afectiva.

En las separaciones breves, protestan menos que los niños con otros estilos de apego, puesto que han aprendido que la protesta y las llamadas de atención no tienen respuesta y, en el reencuentro, después de una separación de los cuidadores, evitan las manifestaciones afectivas, se comportan con indiferencia e incluso pueden rechazar las caricias.

Los menores evitativos construyen una aparente autonomía, que no es tal, sino que se trata de un conjunto de estrategias para sufrir lo menos posible, pero sintiéndose profundamente inseguros e insatisfechos.

- *Origen de este estilo de apego:*

Las causas que provocan la evitación son el rechazo emocional de los cuidadores, la falta de respuesta a sus demandas, la falta de interacción íntima, la interacción fría y distante, la falta de disponibilidad y accesibilidad, la ineficacia ante las ayudas que ha necesitado, la minusvaloración, etc.

3.4. *Un cuarto estilo de apego: el apego desorganizado*

Este estilo de apego no es un patrón fácil de entender, hasta el punto de que algunos autores no lo aceptan, considerándolo más bien un cajón de sastre, donde se meten a los niños que tienen un comportamiento inadecuado y contradictorio. Este tipo de apego es una mezcla de los dos estilos inseguros descritos, porque sufren de ansiedad y sufren de evitación, a la vez.

La incoherencia de este patrón hace difícil su descripción, aunque suele destacarse la tendencia a tener conductas estereotipadas, cambios inesperados y aparentemente incomprensibles en las relaciones con los demás, tendencia a destruir los juguetes u objetos, relaciones conflictivas con los compañeros, dificultades para entenderse con las cuidadoras, etc.

- *Origen de este estilo de apego:*

Las causas de este supuesto cuarto patrón son siempre muy graves, citándose con frecuencia el haber sufrido maltrato o rechazo muy activo por parte de los cuidadores. Lo que suele sucederles a los menores con patrón desorganizado es que, teniendo razones para evitar la intimidad, ni siquiera han conseguido un patrón que les permita controlar las emociones, como ocurre en los evitativos, por lo que se desbordan sus emociones negativas a la vez que no pueden expresar las positivas.

Naturalmente estos tipos de apego se viven en grados muy diferentes, en la mayor parte de los casos no de forma tan aguda como la descrita, por razones didácticas, de forma que el estilo ansioso, sobre todo, y el evitativo, si no se dan en un grado muy alto, pueden ser compatibles con una vida personal y social normalizada. Es decir, no deben ser vistos como patologías, sino como patrones de comportamiento que tienen dificultades y deficiencias con la confianza y seguridad (el ansioso), con la vida emocional y la intimidad (el evitativo).

Es evidente, por tanto, que en esta teoría se defiende de manera clara que hay una forma adecuada de apego (estilo de apego seguro) y formas inadecuadas (los demás estilos, que son siempre inseguros), siendo dentro de los inseguros el evitativo y, sobre todo, el desorganizado, los que conllevan mayores deficiencias.

4. Papel de las figuras de apego en la socialización de los hijos

4.1. Principales funciones de las figuras de apego

López (2009) señala las siguientes funciones de las figuras de apego:

- a) Las figuras de apego son las personas que más influyen en la *socialización* de los niños y niñas. Los instruyen continuamente de manera formal e informal, les obligan a comportarse de una determinada manera, hacen lo posible para que interioricen sus valores y son sus modelos de referencia más significativos. De forma que, gracias a las figuras de apego, tienen motivaciones afectivas y oportunidades de todo tipo para socializarse en la familia y grupo o comunidad donde han nacido.
- b) De las figuras de apego se aprenden valores, ideologías, conductas pero lo que se aprende especialmente es todo lo referido a la *vida sexual* y a las relaciones amorosas.
- c) De las figuras de apego se aprende *a interpretar* lo que se puede esperar del mundo, de la vida, de los seres humanos y de las relaciones, interpretación de la que depende mucho no sólo nuestro grado de bienestar o malestar (well-being), sino también nuestra forma de abrirnos o cerrarnos socialmente, confiar o desconfiar de los seres humanos, esperar que las relaciones de pareja vayan bien o mal. Y ya se sabe que esta interpretación es un conjunto de expectativas y

valores que condicionan de forma decisiva, como veremos más adelante, cómo afrontamos las relaciones de pareja y, por ello, contribuyen a nuestro éxito o fracaso, en lo que se ha llamado profecía autocumplida, es decir, un pronóstico que, al hacerlo, resulta ser más probable que se cumpla.

d) De las figuras de apego se *aprende* la igualdad entre los sexos, el respeto, las manifestaciones afectivas positivas, la forma de discutir, afrontar y resolver los conflictos con sus contrarios.

c) Es también en la relación de apego donde se aprenden el *lenguaje de la intimidad*, el *código de la intimidad*, que precisamente usamos únicamente en dos tipos de situaciones: con las figuras de apego (en la infancia especialmente) y entre amantes (en el sentido de personas que se quieren, estén casadas o no). Este lenguaje es único y específico a estas relaciones de intimidad. Si no lo hemos aprendido en la infancia, con las figuras de apego, nos encontraremos como quien no sabe un idioma, como quien no es capaz de entender y hacerse entender, como quien está solo y se siente incapaz de conectar con los demás.

4.2. *Las figuras de apego: determinantes del estilo de apego del niño, y en un futuro, adulto.*

En la teoría del apego, las interacciones tempranas madre-hijo (siempre que hablamos de la madre nos referimos a las figuras de apego que tenga de hecho el menor) constituyen el eje central a partir del cual el niño organiza su mundo y se desarrolla. La representación mental que tiene el niño generada a partir de sus primeras experiencias de interacción, marca notablemente su evolución posterior y su competencia en las relaciones sociales en general.

Como señalábamos en apartados anteriores, la historia de las relaciones con las figuras de apego van a depender de dos aspectos fundamentales que van a condicionar

las relaciones interpersonales íntimas, las de amistad y las relaciones sociales en general:

- a) La adquisición de un estilo u otro de apego, lo que llevará a la persona a tener relaciones de confianza o desconfianza básica con los demás.
- b) La habilidad o carencia para usar los códigos de comunicación en las relaciones con los demás, especialmente en aquellas que requieren intimidad: tocar y ser tocados, mirar confiadamente, abrazar, acariciar, expresar emociones, entender emociones, etc.

4.3. *Una base segura*

4.3.1. *Componentes de una base segura*

Como explicábamos antes, los rasgos de accesibilidad y sensibilidad de la conducta de los padres están claramente relacionados con el estilo de apego que lo hijos desarrollan. Ahora pasaremos a analizar con mayor precisión cuáles han sido los aspectos que se han asociado con unas relaciones madre-hijo satisfactorias, promotoras de un apego seguro, y por tanto de un adecuado desarrollo socioafectivo. (López, Etxebarria, Fuentes, & Ortiz, 1999).

4.3.1.1. *La sensibilidad*

La sensibilidad materna hace referencia a la habilidad de los padres a lo hora de percibir e interpretar adecuadamente los mensajes del niño y dar una respuesta apropiada y puntual a los mismos. Partiendo de esta definición podemos señalar que toda actuación sensible atraviesa por cuatro fases: a) una percepción adecuada de la

señal infantil, *b*) una interpretación correcta de la señal, *c*) la selección de la respuesta apropiada y contingente, *e*) la coherencia en las respuestas dadas.

En resumen, una figura de apego sensible es capaz de ver las cosas desde el punto de vista del niño, está alerta a las señales de este, no distorsionándolas ni interpretándolas en función de sus propias necesidades y deseos y genera interacciones sincrónicas oportunas y satisfactorias para ambos.

4.3.1.2. La aceptación frente al rechazo

Este aspecto del comportamiento parental hace referencia al balance entre los sentimientos positivos que la madre manifiesta hacia su hijo y al grado en que es capaz de resolver una situación en la que confluyan sentimientos conflictivos. La madre que acepta al niño lo hace en todas sus manifestaciones emocionales, incluso cuando está enfadado, o no responde a sus intentos de apertura social. Esta madre puede, en un determinado momento, sentirse molesta por esta conducta, pero ella no concibe a su hijo como un oponente. Acepta la responsabilidad de su rol materno a pesar de las limitaciones que este rol ejerce en el resto de sus actividades y no experimenta sentimientos de enfado y resentimiento hacia el niño. Una madre que no acepta a su hijo suele protestar si este interfiere en sus actividades, o incluso, puede llegar a mostrarle abiertamente su rechazo oponiéndose constantemente a sus deseos, o mostrando una permanente disposición de enfado e irritación.

La aceptación puede ser entendida también en un sentido más amplio: el haber deseado el nacimiento del niño, aceptar su sexo, su figura corporal, sus capacidades y sus posibles minusvalías. Es aceptarle incluso cuando su conducta sea reprobable, manteniendo siempre con él, en definitiva, una relación de incondicionalidad.

4.3.1.3. La cooperación frente a la intrusividad

Este aspecto hace referencia al grado en el que la iniciativa de interacción materna se realiza teniendo en cuenta el estado y la actividad del niño en ese momento. Así, la madre cooperativa considera al niño como alguien distinto a ella, que puede tener sus propias preferencias. Suele evitar las situaciones en las que ha de interferir en la actividad del niño o ejercer control directo sobre él. No obstante, cuando ha de intervenir, suele ser habilidosa, de forma que el niño no lo percibe como una intrusión. Por el contrario, la madre intrusiva es aquella que no respeta la autonomía y particularidad del niño. Trata de controlarle y configurar su conducta. Es una madre que sigue sus propias inclinaciones sin tener en cuenta los deseos del niño o la actividad que está realizando en ese momento.

Otra forma de intrusividad es la sobreprotección, de forma que la madre vigila excesivamente a su hijo y hace cosas que el propio niño ya es capaz de hacer por sí mismo, no dándole la autonomía que, conforme avanza en edad, debe ir concediéndole por temor a que le pase algo o por considerar que su hijo es más pequeño de lo que realmente es.

4.3.1.4. La accesibilidad o disponibilidad

Una figura de apego es considerada disponible cuando es capaz de atender a las señales y manifestaciones del niño a pesar de estar ocupada con otros asuntos. No obstante, el niño también juega un papel fundamental en este proceso interactivo que sienta las bases de su evolución posterior. Como Bowlby (1969) señalara, los cuidados que la madre proporciona al bebé influyen enormemente sobre el modo en que se desarrolla la conducta afectiva; sin embargo, no hay que olvidar el grado en que el mismo niño inicia la interacción y determina la forma que ésta adopta (López, Etxebarria, Fuentes, & Ortiz, 1999).

4.3.2. *La importancia de crear de una base segura*

Como enunciábamos antes, una de las variables parentales que afectan al desarrollo social del niño es el tipo de apego que los padres crean con sus hijos. La teoría del apego predice que el tipo de apego y el modelo interno que construye el niño de sus figuras de apego influye en el futuro desarrollo de las relaciones sociales del niño con sus compañeros. Esta afirmación se basa en los siguientes argumentos: *a)* las relaciones de apego seguras con los cuidadores promueven expectativas sociales positivas en el niño respecto a su aceptación y éxito en las relaciones sociales, expectativas favorables que animan al niño a implicarse activamente en las interacciones; *b)* la experiencia de los niños con cuidadores responsivos y empáticos desarrolla las capacidades de comprensión social, empatía y reciprocidad en las relaciones, capacidades necesarias para mantener relaciones competentes con los iguales, y *c)* el apego seguro genera en el niño un sentimiento de autovaloración y autoeficacia que le proporciona la seguridad en sí mismo necesaria para explorar activamente el entorno y para iniciar interacciones con los pares con la confianza inicial de que será aceptado por los otros por su valía personal.

Los padres que crean vínculos de apego seguro con sus bebés, a diferencia de los que desarrollan apegos inseguros, contribuyen a que durante la infancia sus hijos obtengan mejores resultados en competencia social, en popularidad con los pares y en el establecimiento de relaciones amistosas con los compañeros. La argumentación radica en que el niño construye su modelo mental de apego en base a la interiorización de sus experiencias con las figuras de apego y estas experiencias influyen en sus futuras relaciones sociales tanto con los adultos como con los pares. Así, los niños con apego seguro construyen un modelo mental de sus figuras de apego de aceptación y confianza en las relaciones que después transfieren a sus relaciones con los pares, anticipando la aceptación y el éxito con ellos.

Los niños con apego inseguro evitativo, al desarrollar expectativas de rechazo parental, las generalizan a sus relaciones con los pares y pueden percibirlos como

rechazantes y hostiles, lo cual les lleva a reaccionar agresivamente hacia ellos. Por otro lado, los niños con apego inseguro ambivalente generan expectativas de temor al rechazo, por lo que en sus interacciones con los iguales pueden intentar evitar el rechazo a través del aislamiento, la pasividad, la inhibición social y el comportamiento dependiente del adulto (López, Etxebarria, Fuentes, & Ortiz, 1999).

La teoría del apego mantiene la idea de que una buena experiencia de apego provee al individuo de representaciones mentales positivas respecto a uno mismo y los demás, y con ello constituye la base de seguridad que se expresa en el modo de relacionarse expresado en estilos de apego. Las personas que desarrollan una buena base de seguridad poseen mayores recursos para afrontar la angustia o ansiedad que surge de la percepción de situaciones de amenaza o abandono.

Por lo tanto, el concepto de seguridad en el apego no sólo se refiere a la confianza básica hacia los otros, sino también a la percepción que el individuo tiene a cerca de sus propios recursos y de su propia afectividad; y de sus recursos reales (Gómez, 2009).

En síntesis, el papel de la familia en la formación del apego es imprescindible. Existe la necesidad de que estos sistemas familiares generen apegos seguros en sus hijos para evitar problemas futuros, todos vinculados entre sí como son la sumisión, una baja autoestima, un carácter posesivo, la vulnerabilidad emocional, la dependencia, el maltrato psicológico e incluso el físico.

4.4. Cambios en las jerarquías de apego de la infancia a la adultez

El apego es característico de la naturaleza humana en todas las etapas de la vida, pero por lo general presentan manifestaciones menos intensas y absorbentes después de la infancia y la niñez. A pesar de todo, el deseo de amor y de cuidados persiste siempre, y es sobre todo acuciante cuando una persona está atravesando momentos estresantes, que le producen ansiedad y le alteran profundamente. Esas necesidades afectivas en etapas

posteriores a la infancia y la niñez no deben en ningún caso tildarse de infantiles o regresivas.

Para entender el apego y su evolución a lo largo del ciclo vital hemos de tener en cuenta que no es un vínculo aislado, sino que forma parte de un sistema intrafamiliar básico, dentro del cual el ser humano resuelve principalmente sus necesidades de seguridad emocional, contacto y vinculación.

A partir de la adolescencia se produce un paso gradual de los distintos componentes conductuales del apego hacia otras figuras distintas de las parentales, lo que origina un cambio en el orden jerárquico de las figuras. Por lo tanto, antes de adentrarnos en las tipologías de apego adultas, se describirán los revelos que van recibiendo el testigo del apego, a medida que el ciclo vital avanza en un proceso de transmisión secuencial escalonado (Lafuente & Cantero, 2010).

- Durante la infancia, las figuras principales de apego son los padres, seguidos respectivamente por los abuelos, los hermanos, otros familiares como tíos, primos, y los amigos; y excepcionalmente, un cuidador aislado.
- En la adolescencia los padres continúan siendo las figuras principales de apego, seguidas también por los abuelos y los hermanos. A continuación se suele citar a los amigos, algunos de los cuales, ya avanzada esta etapa, pueden ir adquiriendo las distintas funciones de una figura de apego, y por último se nombra a otros familiares. La pareja o novio asoma tímidamente a finales de esta etapa.
- Llegada la juventud, junto a los padres se sitúan como figura principal la pareja y los amigos. A continuación estarían los hermanos, seguidos de los abuelos y otros familiares. La categoría “otros familiares” es ahora más diversa, ya que junto a tíos y primos se incluye también a sobrinos y a cuñados.

- Durante la edad adulta el cónyuge o pareja estable acapara en la mayoría de los casos la posición de mayor privilegio, aunque para algunos son aún los padres o los hijos las principales figuras de apego. Por detrás quedan los hermanos, los amigos, algo relegados ahora por las obligaciones familiares y laborales, y como en las etapas precedentes, otros familiares.

(Lafuente & Cantero, 2010)

5. El apego adulto: estilos de apego.

En los primeros estudios sobre el apego, Bowlby (1979) afirmó que el apego “es propio de los seres humanos desde la cuna hasta la sepultura”, afirmando que el sistema de apego es un sistema de apego innato y vital para la supervivencia que perdura a lo largo del desarrollo.

Haciendo una traslación de los estilos de apego de los niños a los adultos, Hazan y Shaver (1987), proponen tres tipos básicos de apego adulto: seguro, ansioso-ambivalente y evitativo. En el ámbito de la investigación, ellos proponen tres ítems que definen cada estilo (Gómez, 2009):

- *Seguro*: me es relativamente fácil estar unido íntimamente a algunas personas; me encuentro bien dependiendo de ellas y haciendo que ellas dependan de mí; no suelo estar preocupado por el miedo a que los demás me abandonen; ni preocupado porque alguien esté demasiado unido a mí.
- *Ansioso-ambivalente*: encuentro que los otros son reacios a unirse a mí tanto como yo quisiera; frecuentemente estoy preocupado porque temo que mi pareja no me ame realmente o no desee estar conmigo; deseo unirme completamente a otra persona y este deseo parece ahuyentar a la gente lejos de mí.

- *Evitativo*: estoy incómodo en las relaciones íntimas con los demás; encuentro que es difícil permitirme a mí mismo depender emocionalmente de ellos; estoy nervioso cuando alguien trata de intimar demasiado conmigo; con frecuencia mis parejas desean que yo intime más con ellos de lo que me resulta cómodo a mí.

Bartholomew (1991, 1997) plantea una interesante versión actualizada de los estilos de apego en adultos en cuatro categorías. Su planteamiento es el siguiente: Si el modelo interno, siguiendo a Bowlby, está compuesto por dos variables, el modelo de sí mismo y el modelo de los demás, y si éstas se relacionan entre sí de modo ortogonal, de esta relación resultan cuatro categorías y no tres. Tal y como ya hemos indicado, el modelo interno se conforma por la integración del modelo de sí mismo en términos de autoestima y del modelo de los demás en términos de confianza hacia los otros. Conviene detenernos en estas dos dimensiones para comprender mejor la dinámica de las relaciones interpersonales (véase la figura 2).

El modelo de sí mismo, expresado en términos de autoestima, indica la capacidad del individuo de regular el grado de dependencia hacia los demás. Una persona segura aceptará el grado óptimo de dependencia del otro, necesario para satisfacer las necesidades afectivas, y garantizar su autonomía personal.

El modelo de los de los demás, que se expresa en términos de confianza de tal modo que las personas podrían mostrarse confiadas o desconfiadas hacia los demás. En las relaciones interpersonales, la confianza se expresa en términos de evitación. Una persona segura no tendría motivos para evitar las relaciones de proximidad. El objetivo final consiste en llegar a ser una persona adulta autónoma y equilibrada (Gómez 2009).

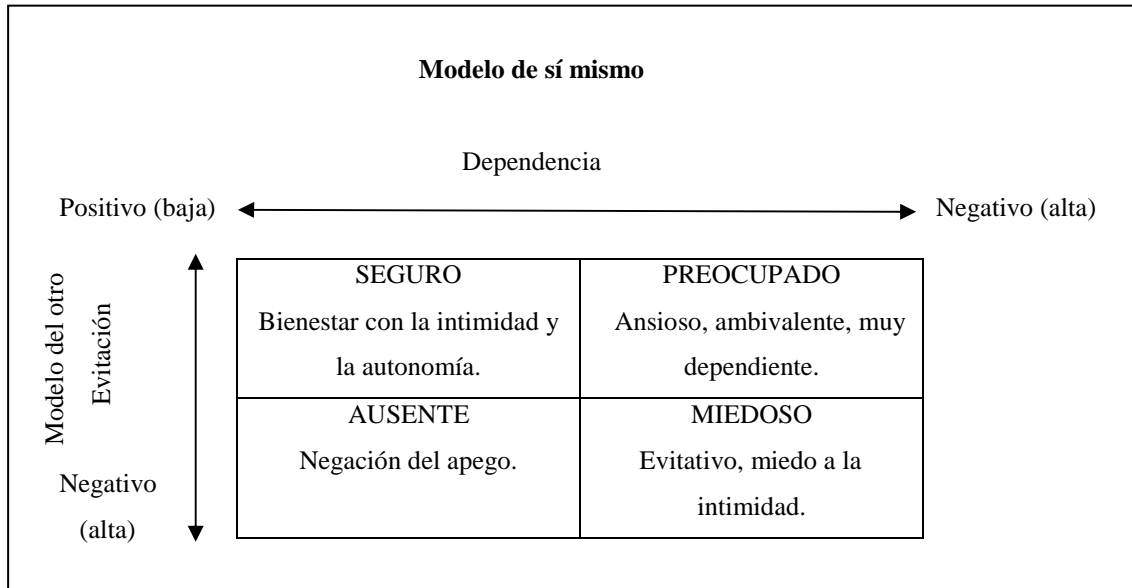


Figura 2.- Estilos de apego según Bartholomew.

FUENTE: LÓPEZ, F; I. ETXEBARRIA, M.J. FUENTES y ORTIZ, M.J. (eds.), *Desarrollo afectivo y social*, Madrid, 1999.

Cada individuo podría situarse en la zona alta o baja de la escala de dependencia y de la escala de evitación dando lugar a los cuatro estilos o prototipos de apego propuestos por Bartholomew, los cuales hemos utilizado a la hora de analizar los resultados en nuestra investigación:

- *Seguro*: Persona que siente bienestar con la intimidad y la autonomía. Se caracteriza por un bajo nivel de dependencia, y un bajo nivel de evitación.
- *Miedoso*: persona que evita la relación porque teme la intimidad. Reconoce que necesita a los demás, pero le aterra la proximidad. Posee un alto nivel de dependencia y un alto nivel de evitación.
- *Preocupado*: persona que tiende a mantener relaciones ansiosas y ambivalentes en situaciones de proximidad, en general muy dependiente. Se caracteriza por un alto nivel de dependencia, bajo nivel de evitación.

- *Ausente*: persona que niega la necesidad de apego, mostrándose muy evitativa. Muestra una autosuficiencia defensiva, no cree en las necesidades afectivas. Posee un bajo nivel de dependencia y un alto nivel de evitación.

Estos cuatro estilos de apego adulto propuestos por Bartholomew están estrechamente relacionados con las cuatro categorías de amor también enunciadas por él, las cuales hemos utilizado para valorar en nuestra investigación el apego adulto (actual) de la muestra estudiada.

- *Estilo de apego seguro*: “Me resulta fácil sentirme emocionalmente cercano a otros. Me siento cómodo sabiendo que puedo contar con su ayuda y que ellos pueden contar con la mía. No me preocupa estar sólo o que otras personas no me acepten”.
- *Estilo de apego temeroso*: “Me siento incómodo intimando con los demás. Quiero tener relaciones emocionales íntimas, pero encuentro difícil confiar completamente en los demás y no me siento bien si los necesito. Me preocupa que pueda salir herido si me permito intimar demasiado con los demás”
- *Estilo de apego preocupado*: “Quiero estar muy implicado emocionalmente con los demás pero, a menudo, encuentro que los otros no están dispuestos a estar tan cerca de mí como me gustaría. Me siento incómodo sin tener relaciones íntimas, pero a veces me preocupa que los demás no me valoren tanto como yo los valoro”.
- *Estilo de apego alejado*: “Me siento bien sin relaciones íntimas. Para mí es muy importante sentirme independiente y autosuficiente, y prefiero no tener que contar con los demás ni que ellos tengan que contar conmigo”.

(Lafuente & Cantero, 2010)

Los estudios sobre las relaciones de apego en la edad adulta, indican que la búsqueda de un vínculo de apego, se mantiene activo a lo largo del desarrollo cumpliendo funciones similares a las de la infancia. A lo largo de la edad adulta, suele ser la pareja la que cumple las funciones de figura de apego principal (Bowlby, 1969/1972).

6. Influencia del estilo de apego adquirido en la infancia, en las futuras relaciones de pareja

Según López (2009), la teoría que mejor explica la manera de estar en las relaciones amorosas es la del apego, la historia del apego y el estilo de apego actual de las personas que se involucran en una relación sexual y amorosa. A esta historia afectiva, seguramente debemos añadir también la historia de relaciones con amigos y amigas, las historia de amistad y, en ambos vínculos, la experiencia de haber sido cuidado y cuidador, lo que llamamos hoy sistema de cuidados. Nuestra manera de estar en las relaciones amorosas, depende de nuestra experiencia, desde la infancia y a lo largo de toda la vida. Y de toda la experiencia, la más importante, es la referida a la propia sexualidad y a los afectos de apego y amistad.

El apego en la pareja tiene características bien distintas, aunque sus funciones sean esencialmente las mismas que en la infancia: favorecer la supervivencia y la estabilidad en la crianza de los hijos, conseguir la seguridad emocional en la relación y favorecer el logro de la intimidad, servir de base de exploración y refugio, contar con un cuidador incondicional, etc.

La estabilidad del estilo de apego es mayor a medida que las personas van avanzando en edad. Después de la adolescencia es muy probable que el apego se convierta en un patrón básico poco modificable, aunque se puede aumentar el autoconocimiento de las propias características del apego, el autocontrol de sus efectos y el aprendizaje de habilidades sociales para relacionarse de manera eficaz a partir del propio estilo de apego.

Pero, a pesar de esta estabilidad, el apego, en la vida adulta, se vive de forma más variable de unas personas a otras que en la infancia, porque la conducta depende más de aprendizajes y roles sociales y, sobre todo, porque el apego interactúa de forma estrecha con otros vínculos afectivos, especialmente con los sexuales. Como decíamos en el apartado anterior, las personas adultas frecuentemente tienen a una misma persona como figura de apego, amiga/o, esposa/o, amante, compañero de crianza de los hijos, etc. por otra parte, la forma en que funciona un estilo de apego depende también en alguna medida del estilo de apego de la persona con la que interactúa; por ello, incluso si dos personas tienen estilos de apego semejantes, no viven las relaciones de intimidad de la misma forma si los miembros de sus respectivas parejas son diferentes.

Más allá de estas diferencias puede decirse que se ha confirmado la existencia de estilos de apego en la vida adulta muy similares a los de la infancia y que se los ha relacionado con bastante éxito con los diferentes estilos amorosos que se han encontrado en las parejas (López, Etxebarria, Fuentes, & Ortiz, 1999)

6.1. La teoría del apego y las relaciones amorosas en la vida adulta

Mientras en la infancia las relaciones son asimétricas entre el sistema de apego (en el niño) y el sistema de cuidados (en el adulto), y sin contenido sexual, en la vida adulta las relaciones son asimétricas entre los dos miembros de la pareja que pueden llegar a ser, a la vez, el uno para el otro, figuras de apego, cuidadores y amantes. De esta forma, los sistemas relacionales de apego, cuidados y sexualidad se darían, en este caso, a la vez, estableciendo interacciones complejas.

6.1.1. Concepto de las figuras de apego principales según el estilo de apego: expectativas

Hazan y Shaver (1987) iniciaron la línea de investigación que estudia el apego adulto centrándose en la evaluación de la calidad del apego desde una perspectiva actual, es

decir, en función de las experiencias de relación mantenidas con las figuras de apego en el momento actual. Identifican tres estilos de relación amorosa entre los adultos que se corresponden con los estilos de apego que se formaron en la infancia.

Aunque existen diferencias entre el apego infantil y adulto, como señalábamos al comienzo de este capítulo, estos autores plantean la existencia de un único proceso básico en las relaciones interpersonales a lo largo del ciclo vital. Los estilos amorosos, entendidos como apegos adultos, están vinculados a la historia de apego infantil y pueden verse como una continuidad de ésta.

A partir de sus investigaciones, estos autores nos proporcionan información sobre el concepto que tienen las personas con distintos estilos de apego sobre las figuras principales de apego de la infancia, los padres, y sobre la figura de apego mayoritariamente principal de la etapa adulta, la pareja.

- Los *seguros*, en comparación con los inseguros, informan de relaciones familiares más cálidas con ambos padres y entre ambos padres. Describen la relación con sus padres durante la infancia como una relación afectuosa, de cuidados y no infeliz. Describen a su madre como una madre respetuosa con ellos, con confianza en sí misma, que mostraba aceptación hacia ellos, responsable, no intrusiva y no exigente. Describen a su padre como una persona cariñosa, que les proporcionaba cuidados, con sentido del humor y afectuoso.

Por lo que se refiere a la pareja y a otras personas con las que pueda mantener una relación de intimidad en la etapa adulta, piensa que le proporcionarán el apoyo que necesita y le harán sentir confortable dentro de la relación, un apoyo que él también está dispuesto a proporcionar. Dicha reciprocidad disipa cualquier temor al abandono.

- Los *preocupados o ambivalentes* describen una madre con sentido del humor, divertida, agradable, respetable y no rechazadora, y describen a su padre con más frecuencia que los otros como relativamente injusto. Pero al mismo tiempo, muestran cierto resentimiento hacia la madre, que emana de una historia familiar caracterizada por una capacidad de respuesta inconsistente.

La concepción de la pareja del preocupado revela insatisfacción en la forma en la que aquélla atiende a sus necesidades, se la conceptúa como una persona en cuya capacidad de respuesta no se puede confiar completamente, que no le cuida bien y que no se compromete al nivel necesario. No se la considera suficientemente disponible para la intimidad, existen dudas sobre su amor y bastante ansiedad por la posibilidad de que decida romper. Por eso el preocupado intenta satisfacer sus elevadas necesidades manteniéndose vigilante y dedicando una gran energía mental y física a conseguir que los demás, incluida su pareja, estén cerca de él y ocupados con él, mediante la exageración de su malestar, de su enfado, de sus celos, y limitando su actividad exploratoria.

- Algunos *huidizos* describen a sus madres como personas frías y rechazadoras, y otros en cambio tienden a dar descripciones de sus padres un tanto idealizadas, para apartarse de los sentimientos negativos asociados a sus experiencias infantiles. Sin embargo, no son capaces de proporcionar ejemplos que apoyen su descripción positiva, o incluso excesivamente positiva. Esta tendencia idealizadora parece más frecuente entre los adultos más jóvenes.

El huidizo no confía en los demás y tampoco en su pareja, evidentemente porque se concepto sobre ellos y sobre ella es negativo, porque espera que en algún momento puede fallarle o manifestarle su rechazo, porque

piensa que no podrá contar con ellos nunca cuando los necesite. En consecuencia, se hace autosuficiente, se encierra en sí mismo, elude la ansiedad manteniéndose distraído, evita las relaciones íntimas, y trata de compensarlas con actividades no sociales.

(Lafuente & Cantero, 2010)

6.1.2. Estrategias de regulación afectiva

Nuestra estrategia de apego primaria, por carácter innato, es la búsqueda de proximidad, a la que se recurre cuando el sujeto se siente amenazado física o psicológicamente y necesita obtener protección de los demás para recuperarse del malestar. La búsqueda de proximidad puede ser simbólica o real, ya que puede consistir en acudir a las representaciones internas de las figuras de apego o a personas reales que pueden ofrecer el apoyo requerido. La edad y el desarrollo aumentan la habilidad para recuperarse del malestar a partir de la representación simbólica de las figuras de apego, pero cualquiera que sea nuestra edad pueden existir situaciones estresantes en las que sólo en contacto con las personas físicas seremos capaces de restablecer el equilibrio emocional (Lafuente & Cantero, 2010).

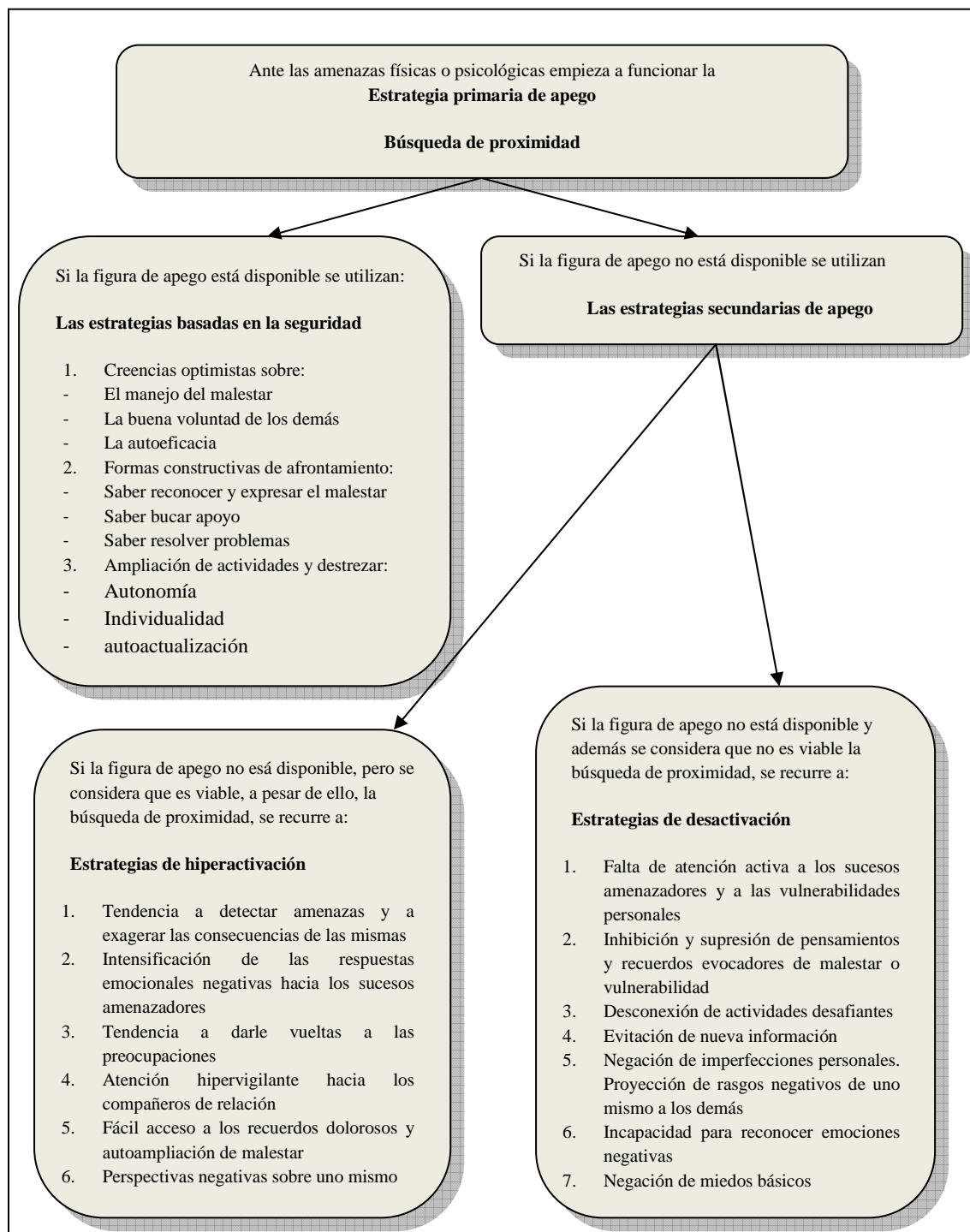


Figura 3.- Estrategias de apego.

FUENTE: LAFUENTE, M. J., & CANTERO, M. J., *Vinculaciones afectivas: apego, amistad y amor*, Madrid, 2010.

6.1.3. *Sentimientos y expresión emocional*

El sujeto *seguro* es capaz de expresar sus emociones sin tendencia ni a la represión ni a las exageraciones. El sujeto *preocupado* muestra un patrón de expresión de afecto exagerada. Los *huidizos* y *desorganizados* utilizan la represión emocional y la negación de experiencias emocionales como mecanismo de defensa, tendiendo a suprimir emociones negativas relacionadas con la separación y pérdida, o experiencias traumáticas (Lafuente & Cantero, 2010).

6.1.4. *Conductas*

6.1.4.1. *Conductas de búsqueda y oferta de apoyo*

El sujeto *seguro* busca apoyo emocional cuando lo necesita y sabe también proporcionárselo a las personas de su alrededor. El *preocupado* está dispuesto a ofrecer apoyo, pero no siempre saben sintonizar la ayuda ofrecida con la necesidad demandada, y cuando busca apoyo, es quien más veces se dirige a una persona distinta de su pareja. Los *huidizos* no saben buscar ni proporcionar apoyo emocional. De hecho, bajo condiciones estresantes, se comprueba que los sujetos *seguros* ofrecen y buscan apoyo, mientras que los *huidizos* manifiestan niveles de apoyo muy bajos hacia los demás; si son ellos los necesitados de apoyo, en lugar de solicitarlo tienden a rehuir emocionalmente a los otros (Lafuente & Cantero, 2010).

6.1.4.2. *Conductas de cuidado*

El individuo *seguro* sabe cuidar y procurar protección a sus más allegados; el *preocupado* no siempre proporciona el cuidado adecuadamente, pudiendo caer tanto en la negligencia por defecto como en compulsividad por exceso. Los *huidizos* distantes y

temerosos no confían en recibir ayuda o cuidados cuando los necesiten, sino que esperan más bien ser rechazados o no ser objeto de atención. Por la misma razón no suelen proporcionarlos adecuadamente. Por último, el desorganizado y el temeroso, al igual que el preocupado, pueden caer en el cuidado compulsivo por su necesidad de aceptación (Lafuente & Cantero, 2010).

6.1.4.3. Conductas adoptadas para resolver los conflictos

Predomina la tendencia en el seguro hacia el compromiso bilateral (negociar, razonar, dialogar, consensuar), en el preocupado hacia el compromiso unilateral (hacer hincapié en las propias necesidades y deseos, defender unilateralmente las propias razones, tratar de convencer al otro), y en los huidizos hacia la retirada unilateral (dejar hacer, enfadarse, negarse a hablar e irse) (Lafuente & Cantero, 2010).

6.1.4.4. Conductas de apego y de exploración (relaciones afectivas frente al ocio y al trabajo)

Los sujetos *seguros* tienden a mostrar equilibrio entre conductas de apego y de exploración, los *preocupados* tienden a desequilibrarse hacia el lado del apego, y los *huidizos*, en cambio, muestran un desequilibrio a favor de la exploración, ya que suelen escudarse en el trabajo u otras actividades para eludir las relaciones de intimidad (Lafuente & Cantero, 2010).

6.1.5. Personalidad

6.1.5.1. Rasgos de personalidad

Los sujetos con distintos estilos de apego muestran también diferencias en su personalidad.

- Los rasgos más distintivos del sujeto *seguro* son: feliz, amigable, confiado, con elevada autoestima, autónomo, sociable, comunicativo, con capacidad para hacerle confianzas a los demás, extravertido, amigable, expresivo, nada evitativo, poco neurótico, adaptable y andrógino.
- El sujeto *preocupado* es una persona con poca sensibilidad y una deficiente capacidad de respuesta. Suele caracterizarse por baja autoestima, celos, dependencia, y tal ansiedad de separación que le lleva a alarmarse ante la perspectiva de perder cualquier apoyo. Es menos extravertido que el seguro pero más que el huidizo, poco evitativo, algo neurótico, abiertamente expresivo y comunicativo, dominante y con altibajos emocionales. El carácter sumamente dependiente del preocupado, unido a su gran ansiedad de separación, le hace especialmente propicio a manifestaciones depresivas y elevados niveles de duelo cuando muere un ser querido.
- El sujeto *huidizo temeroso* posee una baja autoestima y el *huidizo distante* posee una autoestima moderada o alta. El temeroso es más propenso a los celos, dependiente y sumiso, y el distante es autosuficiente en exceso. El temeroso es poco asertivo e inseguro socialmente, y el distante es muy frío. Ambos son poco sociables, solidarios, muy evitativos, poco cariñosos y poco expresivos.

(Lafuente & Cantero, 2010)

6.1.5.2. *Trastornos de personalidad y estilo de apego*

La teoría del apego aporta explicaciones para los trastornos de la personalidad en la etapa adulta. Cuando un sujeto crece en un entorno persistentemente e intensamente perjudicial desarrolla conductas y sentimientos que pueden ser adaptativos y funcionales en dicho entorno, pero que pueden dejar de serlo en los contextos de relación de la etapa adulta. Los estilos preocupado y huidizo-temeroso se han vinculado a:

- *Trastornos de la personalidad dependiente*: carencia de confianza en sí mismo y de asertividad, conducta pegajosa, complaciente, sumisa, de autosacrificio, con una perspectiva pasiva ante la vida; quien los padecen dejan que los demás guíen sus vidas y que tomen iniciativas por ellos.
- *Trastornos de la personalidad evitativa*: hipersensibilidad al rechazo, extremando el deseo de aceptación, evitación, timidez, deseo de aceptación, miedo al abandono y al rechazo, hipervigilancia ante lo que piensan los demás de ellos, y distorsión de las opiniones positivas de los demás.
- *Trastornos de la personalidad paranoide*: sujetos provocadores, rencorosos, suspicaces, que se preocupan por los motivos ocultos de los demás, atribuyen intenciones hostiles y malévolas a actos triviales, someten a pruebas de lealtad de los demás y están continuamente tensos, buscando pelea.
- *Trastornos de la personalidad limítrofe*: impulsividad, inestabilidad afectiva y, especialmente, tendencia al ánimo disfórico y ansioso.

Se ha asociado también el estilo huidizo distante al estilo de personalidad esquizoide (introversión, ensimismamiento, tendencia a la soledad y a las ensoñaciones, frialdad emocional, distanciamiento social, inexpresividad emocional) y al estilo de personalidad antisocial (conducta criminal).

(Lafuente & Cantero, 2010)

6.1.5.3. Dependencia emocional como una patología de la vinculación afectiva

Entendemos por vinculación la unión afectiva del sujeto con otras personas, y la necesidad de crear y mantener lazos permanentes con ellas.

La desvinculación y la vinculación afectivas conforman un gran continuo, en el que caben toda gama de niveles, de grados en los que se producen estos fenómenos. Podemos afirmar que seguramente nadie está totalmente en uno de los extremos. También podemos deducir que, aunque lo más habitual sea ubicarse en puntos medios de ese hipotético continuo, una persona tiene una actitud básica de vinculación o de desvinculación, independientemente de los grados en los que se manifieste. Y, por último, pero no menos importante, cabe subrayar que estas actitudes afectivas no son estáticas sino dinámicas, están en continua evolución y según las personas con las que se interactúe puede existir una gran variabilidad (Castelló, 2005).

Este continuo de la vinculación podemos expresarlo gráficamente (véase figura 4) de forma que en un extremo figura la desvinculación afectiva absoluta y en el otro una vinculación afectiva extrema, en la que la relación con los demás sea lo único importante en la vida.

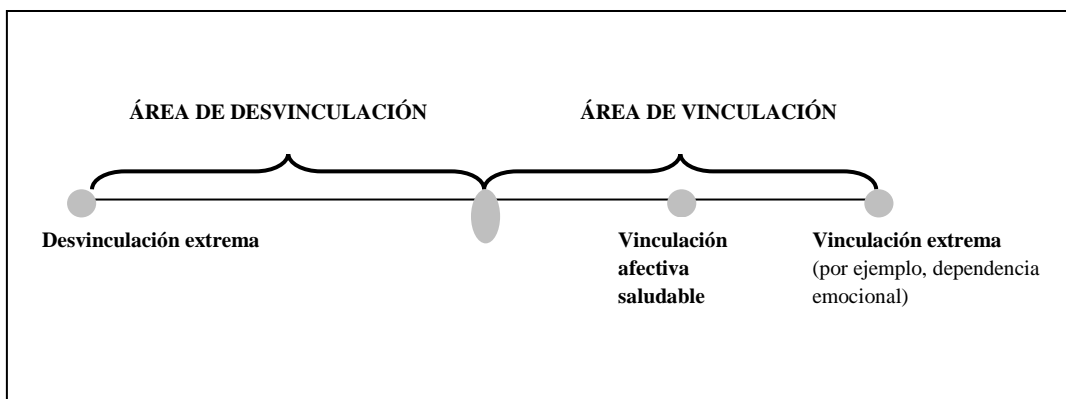


Figura 4.- Continuo de la vinculación

FUENTE: CASTELLÓ, J., *Dependencia emocional: características y tratamiento*, Madrid, 2005.

Dentro de este grupo figurarían, entre otros, los dependientes emocionales, caracterizándose éstos por focalizar su vinculación extrema en el objeto.

El dependiente emocional necesita de su pareja, desea que esté siempre con él y hace lo que sea, incluso someterse y rebajarse, con tal de gozar de su presencia. Su intención principal es la de compensar las carencias afectivas que ha sufrido como si quisiera solucionar un problema no resuelto desde hace mucho tiempo. Pero su actitud es más de aferramiento e idealización que de cariño incondicional; es decir, su intención es que el objeto sirva únicamente de suministro externo de la autoestima. Lo que ocurre es que esa intención se malogra, aunque el dependiente considere que la persona es la indicada para esa función debido a la idealización y sobrevaloración que ha hecho de ella.

Un apoyo adicional a esta hipótesis lo encontramos en la reacción del dependiente inmediatamente después de la ruptura, con el consiguiente síndrome de abstinencia y nostalgia desmesurada hacia la ex pareja. Si en este punto el dependiente comienza una relación con otra persona, que reúna las suficientes cualidades para ser su objeto, la pareja anterior pasará al olvido más absoluto. En relaciones de pareja normales se suele atravesar un cierto periodo de tiempo similar al del duelo, antes de poder olvidar completamente a la ex pareja. Este hecho, además de determinadas actitudes invasivas y de deseos de exclusividad del dependiente hacia las personas significativas, nos manifiesta que dentro de la vinculación extrema hacia su objeto el componente de mayor importancia es que éste satisfaga una necesidad afectiva. Es decir, si el dependiente está vinculado excesivamente a su pareja, no significa que la quiera mucho, sino que la necesita mucho emocionalmente.

Tampoco podemos afirmar que la única función del objeto sea la de compensar las carencias afectivas sufridas; dicho con otras palabras, la de ser fuente extrema de la autoestima del dependiente. Lógicamente, éste también tiene actitudes genuinas de amor a su pareja, de preocupación y empatía hacia ella, pero la necesidad y el aferramiento a su objeto es el componente de mayor importancia en su vinculación extrema a él.

En definitiva, ésta es la esencia de la dependencia emocional. Los dependientes emocionales son personas que se ubican muy cerca del extremo derecho del continuo, en una vinculación afectiva extrema que al final resultaría patológica y desadaptativa.

Obviamente, el dependiente emocional se situaría cerca de la vinculación afectiva extrema especialmente con su pareja, como se manifiesta en la necesidad tremenda que tiene de ella, vinculándose en grados menores con otras personas.

Las personas que podríamos catalogar como normales, con relaciones interpersonales sanas, se ubicarían dentro del área de la vinculación pero en un grado medio. El sujeto estaría adecuadamente vinculado a los demás, deseando su presencia, preocupándose por ellos y sabiéndose querido, pero sin perder su individualidad y disfrutando también de situaciones de soledad o intimidad.

La conclusión que obtenemos es que la dependencia emocional supone un caso concreto de patología de la vinculación, en este caso por ser los dependientes personas con una vinculación afectiva extrema y patológica hacia los demás, con especial referencia hacia sus objetos. Esta vinculación o necesidad afectiva extrema está acompañada de todos los rasgos patológicos que ya conocemos, como deseo de acceso constante hacia el objeto, idealización y sumisión hacia él, autoestima muy baja, etc. Cuando la vinculación afectiva es saludable, como por ejemplo sucede en los sujetos seguros que disfrutan de relaciones de pareja normales, el individuo se beneficia tanto de su deseo de estar con el otro como de los sentimientos positivos que dirige hacia sí mismo. Tendrá un autoconcepto ajustado a la realidad, una disposición a empatizar con las personas y unos vínculos afectivos de gran intensidad con sus personas más significativas, sin por ello menospreciarse como persona. Con otras palabras, su autoestima se nutrirá tanto de un suministro afectivo externo como del interno, por lo que en el momento de la desvinculación se nutrirá principalmente de su suministro afectivo interno (aunque utilice subsidiariamente a los demás) y el excesivamente vinculado, como el dependiente emocional, básicamente de su suministro externo, lo que conllevará graves problemas

(Castelló, 2005).

III. Sexualidad, vínculos sexuales

La sexualidad es el segundo gran aspecto que analizaremos en el estudio. Somos sexuados, que es mucho más que tener sexualidad. Compartimos con todas las especies sexuadas una diferenciación sexual, en nuestro caso en hombre y mujer. Como señala López (2009), este dimorfismo sexual tiene numerosas implicaciones para la especie y para sus individuos, nosotros, las personas concretas. La especie depende de la reproducción sexual y cada cría es un ser humano distinto y único, dada la combinación genética, tan rica, de sus progenitores. Por eso tenemos una identidad personal y una identidad sexual: somos únicos, a la vez que hombre o mujer.

López (2009), en el capítulo “somos sexuados”, trata de acercarnos al mundo de los afectos sexuales. Comienza por el primero y más importante de todos, el *deseo*, y ligado a él, el *placer*. Sin el deseo sexual los hombres y mujeres no se buscarían sexualmente, no se aparearían y la especie humana no habría podido sobrevivir. Es decir, el sexo, en macho y en hembra, exige que se deseen, para que así se busquen y se apareen. Y ésta actividad es tan vital para la especie humana que está reforzada con un premio extraordinario: el placer sexual.

Los seres humanos heredamos genéticamente el sistema de motivación sexual, que se expresa a través del deseo erótico, de las ganas, de la necesidad de satisfacción sexual. Es decir, nacemos predispuestos para la búsqueda de placer sexual. Deseo y placer sexuales están íntimamente relacionados y, salvo problemas específicos, van asociados. El deseo es una excitación que es sentida psicológicamente, impulsando a actividades sexuales que producen placer.

La *atracción* es el segundo de los grandes afectos sexuales, no tan necesarios y radicalmente básicos como el deseo, pero muy útil, para que los seres humanos se seleccionen entre sí.

Menos necesario parece, en una primera apreciación, el tercero de los grandes afectos sexuales, el *enamoramiento*. De hecho, durante siglos ha sido considerado más

bien una desgracia en nuestra cultura. Así, López (2009) considera que este afecto tiene también funciones importantes y es, desde luego, la “poesía de la vida”.

En todo caso, es indudable que, gracias a estos tres afectos, nos buscamos, nos acariciamos, nos apareamos y nos fascinamos los unos a los otros, reproduciendo la vida y cantando el placer sexual y el gozo del encuentro amoroso.

1. El deseo sexual y el placer

Las revisiones bibliográficas de los principales autores que han trabajado sobre el deseo sexual constatan la dificultad de definir el deseo erótico con claridad.

Los autores que se fundamentan en el terreno de lo psicodinámico proponen una idea del deseo prácticamente ilimitada, basándose en la dimensión del inconsciente. Según este modelo, la pulsión sexual es una energía que busca la satisfacción; el principio de realidad lo impide en parte, produciéndose una escisión entre la representación y la energía, pasando ésta al inconsciente y presionando desde allí. El acceso al mundo consciente se efectúa de manera simbólica. Por tanto, lo patente sería tan sólo una parte de aquello que late.

Los autores más empiristas se encuentran con la dificultad de que difícilmente se puede reducir el deseo sexual a mera conducta observable, entre otras cosas porque no es un comportamiento, aunque lo provoque. Tampoco se puede reducir a meras unidades cognitivas, aunque se estructure también en ideas, ni se puede reducir a una reacción puramente emocional y confundirlo con otros afectos, como el apego o el amor, aunque en realidad también movilice afectos y emociones.

Gómez (2009) acaba afirmando que el deseo sexual es una emoción compleja, sustentada en sus bases biológicas, mediatizada por el medio cultural, que genera una tendencia de acción y que puede activar el comportamiento sexual, bien autoerótico, bien compartido.

En dicotomía con otros autores, López (2009) habla de dos polos del deseo, más que de dos tipos de deseo. Así afirma que el deseo sexual es muy complejo, moviéndose siempre entre dos polos. Uno es fisiológico, relacionado con la excitación fisiológica o sentida, que busca el placer sexual a través de diferentes conductas sexuales. El otro polo se refiere a los pensamientos, sentimientos y afectos que, en este caso, pueden estar orientados también a determinadas actividades sexuales pero no necesariamente.

Para López (2009) lo que es indudable es que el deseo es un abanico muy amplio, con extremos bastante alejados y todo un mundo intermedio, el más frecuente, en que excitación, emociones, sentimientos, fantasías, pensamientos, recuerdos, planes de conducta, deseo de afecto e intimidad sexual se entremezclan.

A la vez cree importante el darse cuenta de que los seres humanos no sólo sentimos e interpretamos lo que sucede en nuestro cuerpo, sino que interactuamos con el exterior, lo que nos hace reaccionar de una forma u otra. En esto tienen mucho que ver con los contextos que, según afirma Gómez (2009), configuran el motivo como factor del deseo sexual.

Uno de estos contextos es la identidad sexual y de género. La identidad es la conciencia que se tiene de sí, como ser único y diferenciado de los demás. Tiene una dimensión histórica puesto que integra el pasado, el presente y una proyección del futuro (Palacios, 1999). En este sentido tiene un carácter existencial: “Soy yo porque existo”. La identidad, por otro lado, tiene un carácter categorial: “Soy yo que soy hombre o mujer”.

Hay multitud de mensajes explícitos e implícitos acerca de la coherencia entre el sexo, el género y la orientación del deseo, de tal modo que si se es hombre, uno debe comportarse conforme a lo que las atribuciones culturales determinan que es propio de hombres y además uno debe ser atraído eróticamente por las mujeres. De modo inverso para las mujeres (Gómez, 2009).

La transferencia de los vínculos del pasado es otro de los contextos que configuran la motivación sexual. Determinadas experiencias vividas en el pasado, negativas, desagradables o traumáticas, podrían alterar esta dimensión del deseo sexual; es decir,

podrían dificultar la aceptación o el consentimiento de la experiencia del deseo. Situaciones como los abusos sexuales en la infancia, con o sin violencia, cualquier tipo de agresión sexual en cualquier momento de la vida o simplemente un inicio traumático de las primeras experiencias podrían ser transferidas a la actualidad e interferir en el “motivo”.

- *Diferencias de género en el deseo sexual*

Todos los estudios clásicos y la mayoría de los actuales concluyen que el deseo sexual se activa en el hombre más veces y con más intensidad que en las mujeres (Regan y Atkins, 2006), aunque reconocen que está presente en la mayoría de los hombres y en la mayoría de las mujeres, especialmente si son jóvenes. Los hombres, señalan numerosos estudios, sienten más el deseo y están más dispuestos para la actividad sexual, sea con la pareja estable o en las relaciones ocasionales; también se masturban más, tienen más fantasías sexuales explícitas, buscan y les gustan más los contenidos pornográficos y sexualmente explícitos, etc. (López, 2004).

Pero estos datos no deben tomarse sin tener en cuenta lo que pueden estar explicándonos y también la interpretación que se hace de ellos.

Según López (2009), razón tienen Wood, Koch y Mansfield (2006) cuando, desde una perspectiva feminista, critican estas otras investigaciones sobre sexualidad porque:

- a) se usa un modelo de deseo masculino, caracterizado por la búsqueda de excitación y actividad sexual coital;
- b) se utiliza un modelo lineal de la respuesta sexual humana, que considera que el deseo precede a la excitación, etc.;
- c) se estudia el deseo y la conducta sexual desde un paradigma biologicista, entendiéndolo más bien como la necesidad de descargar una tensión o energía;
- d) se despolitiza el análisis de las causas, olvidando la negación y persecución del deseo en la mujer, y

e) se medicalizan las soluciones, proponiendo que se tomen hormonas u ayudas farmacológicas.

En efecto, nos aseguran estas autoras, si midiéramos más el deseo de cercanía, encuentro corporal y caricias, e incluso el deseo de intimidad, las mujeres sentirían más deseo que los hombres. Sobre todo, si se tuviera en cuenta lo que ha sido el tratamiento religioso, político y social de la sexualidad femenina, sería más fácil entender por qué muchas mujeres expresan o sienten menos su deseo sexual especialmente si lo reducimos a excitación sexual explícita y a actividad sexual coital.

Las diferencias de género, en efecto, son en este caso claramente históricas y sociales.

2. La atracción

La tracción supone estímulos, actividades o personas que tienen un valor erótico que resulta interesante para el sujeto. En la atracción siempre hay un “otro”, externo al sujeto. El que se siente atraído es el sujeto, pero lo que atrae está fuera de él; por tanto, mientras el deseo está anclado en el sujeto, la atracción está vinculada a personas concretas.

La atracción necesita del deseo, pero se refiere propiamente al objeto de deseo, a algo o alguien en concreto. De todo lo que podría ser objeto de deseo, hay algún estímulo o persona que tiene atractivo sexual, erótico o interpersonal.

Por tanto, el deseo es un estado del sujeto que le hace estar motivado, tener interés por la actividad sexual, estar necesitado de encontrar a personas con quienes satisfacer su pulsión sexual, mientras que la atracción supone ya que el sujeto ha encontrado a personas concretas que tiene para él un valor erótico. Estas personas pueden ser, y normalmente son, varias o muchas. Es decir, la atracción, a diferencia del enamoramiento, como veremos, es un afecto sexual muy abierto, no necesariamente reducido a una persona o estímulos concretos (López, 2009).

López (2009), en relación a lo que atrae de otras personas, afirma que, lo que convierte a determinadas personas en atractivas para tener relaciones sexuales, vincularse afectivamente o comprometerse como pareja depende de tantos factores como personas, porque finalmente, la atracción es un afecto sexual muy abierto, hasta el punto de que cotidianamente usamos la expresión “sobre gustos no hay nada escrito”. Aún así, podemos decir que hay factores que se ha demostrado que están relacionados con la atracción, incluso algunos parecen tan propios de la especie humana que están presentes en muchas culturas.

Los evolucionistas, que son quienes más han estudiado lo que compartimos, lo que es propio de la especie humana, creen probado que a los hombres les gustan las mujeres jóvenes, con salud, de facciones simétricas (lo que a su vez se relaciona con la salud y la juventud), con mamas y caderas grandes. Estas preferencias las habrían aprendido los varones a lo largo de la historia de la humanidad porque se creía que este tipo de mujeres son las que mejor crían, son las más actas para tener hijos y amamantarlos. Las mujeres, por otra parte, preferían a hombres fuertes, con recursos y dispuestos a comprometerse con la crianza. También en este caso la razón sería clara: se trata de contar con la ayuda de un hombre con recursos (en términos de poder, dinero, prestigio, empleo, etc.) capaz de proteger a la madre y a la cría, dispuesto a comprometerse con la pareja y la crianza.

A pesar de la alta valoración que nos merecen las teorías evolucionistas, consideramos que ésta visión tan ancestral del deseo y la atracción sexual puede seguir teniendo un peso muy importante en las culturas donde la mujer sigue atada al valor de la fecundidad y tienen pocos recursos; pero, en las sociedades avanzadas, donde muchas mujeres son autónomas, en términos de recursos, y donde muchos varones y mujeres no tienen como valor prioritario la fecundidad, creemos que no son pocas las mujeres y los hombres que lo que buscan es una persona con la que gozar de la sexualidad, la intimidad y la compañía, es decir, una persona que aprecie el vivir bien y esté dotada para las relaciones interpersonales, las sexuales y las afectivas. Es decir, esas tendencias ancestrales, si es que siguen teniendo algún peso, cosa que no dudamos, no son ahora las motivaciones más importantes para muchos hombres y mujeres, salvo en lo que

coinciden, que no es poco, con el patrón social dominante de lo que es atractivo y lo que no lo es.

Más evidente es que en la sociedad actual, en buena medida, aprendemos lo que debe considerarse bello y atractivo, incluso interesante sexualmente. La sociedad nos modula con una infinidad de medios desde el nacimiento. Por eso se pueden encontrar diferencias entre culturas en los modelos de belleza. Por ello es fundamental criticar estos modelos, desde la familia y la escuela, descubrir los mecanismos que usa la sociedad de mercado-consumo para crearnos nuevas necesidades, a la vez que aprender a tener en cuenta lo que es verdaderamente importante desde el punto de vista corporal y psicológico.

López (2009) también hace una breve referencia a la relación entre estilos de apego y atracción. El autor afirma que las personas con un estilo de apego seguro, como hemos vistos antes, están mejor preparadas para acercarse confiadamente a los demás, seducir usando el código de la intimidad, intimar y arriesgarse en una relación de pareja, asumiendo compromisos fiables, cualidades que, además de facilitarles las relaciones a quienes tienen este estilo de apego, son muy atractivas para los demás. Justo lo contrario de lo que sucede con otros estilos de apego, especialmente en el caso de las personas que tienen miedo a la intimidad, como es el caso del estilo de apego evitativo.

3. El enamoramiento

El enamoramiento supone el deseo y la atracción. Mientras que el deseo es una pulsión que puede incluso vivirse con la confusión de no saber cómo realizarlo y con quién, y la atracción se refiere a estímulos y personas concretas que son objeto del deseo, el enamoramiento es un afecto sexual referido a una persona concreta, y sólo una, que es deseada, atrae y fascina (encanta, enamora, etc.), llegando a cobrar tanta importancia que conmociona de tal manera a la persona enamorada que activa todos sus sistemas y recursos (fisiológicos, mentales, afectivos y de conducta) con el fin de

conseguir su aceptación, su presencia y su apuesta por una relación íntima sexual y afectiva.

Esta concepción del enamoramiento, tan pasional y conmovedora, admite gran diversidad, porque hay diferentes intensidades en la forma de vivirlo y muchas diferencias entre personas (López, 2009).

El siguiente esquema intenta mostrar la conexión entre los tres afectos sexuales, mostrando cómo, sobre la base del deseo, podemos sentirnos atraídos por muchas personas, mientras que sólo podemos estar enamorados de una de ellas, a la vez.

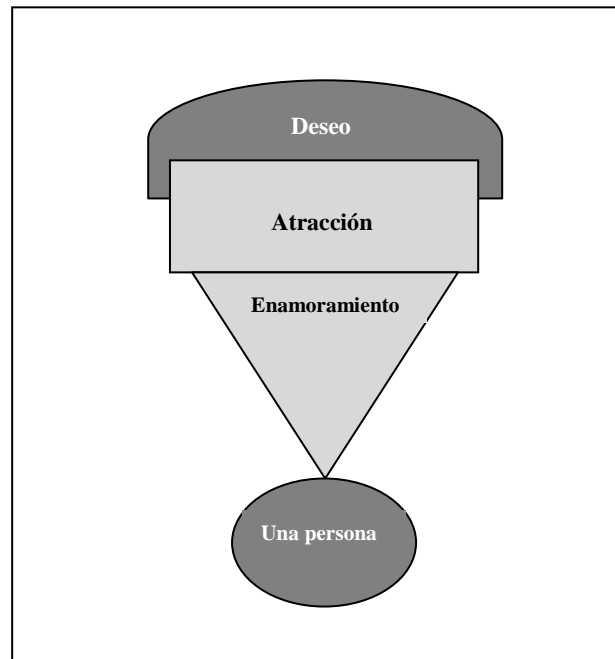


Figura 5.- *Conexión entre los tres afectos sexuales*

FUENTE: LÓPEZ, F., *Amores y desamores: procesos de vinculación y desvinculación sexuales y afectivos*, Madrid, 2009.

López (2009) explica que estos tres afectos sexuales tienen relaciones complejas, alimentándose mutuamente cuando se viven juntos. En efecto, el enamoramiento provoca un aumento tal del deseo y la atracción sexual y afectiva que la persona vive conmovida, exultante, entregada a una relación que, si es correspondida, llega a desear la unión con el otro, unión sexual y unión emocional.

Este mismo autor, respecto a las diferencias de género, en relación al enamoramiento, afirma que es más probable que los hombres se enamoren basándose en el significado sexual y atractivo de la pareja, que busquen, en el enamoramiento, el encuentro sexual y, en las relaciones, la actividad sexual. Sus pensamientos sexuales y fantasías son más explícitos y su satisfacción depende más de la vida sexual de la pareja. Mientras, las mujeres dan más peso a otras características, sienten menos urgencia sexual, piensan y fantasean menos en sexualidad de manera explícita y valoran más que los varones el logro de la intimidad y el compromiso.

Aunque hay que decir que hay un grupo de mujeres que resultarían mejor descritas con lo que hemos dicho de los varones y que no son pocos los varones que precisamente, cuando están enamorados y en una relación de pareja, valoran también mucho la intimidad y el compromiso.

IV. Relación entre sexualidad y apego

La historia de apego es importante para las relaciones amorosas-sexuales. Es en las relaciones de apego donde se aprende a comunicar de manera íntima y desformalizada, algo esencial en este tipo de relaciones. También es en las relaciones de apego donde se adquiere la seguridad emocional básica que nos permite abrirnos confiadamente a los demás (Ortiz & Yáñez, 1993).

Por lo tanto, en este apartado veremos la relación entre el sistema sexual y el sistema de apego. El nexo común entre estos dos sistemas es el espacio de la intimidad.

Dijimos que, respecto al apego, los seres humanos nacen predispuestos para el contacto, para la vinculación, para el amor, y en relación al sistema sexual, que los seres humanos nacen predispuestos para la búsqueda de placer sexual (Gómez, 2009).

Nos centraremos en la relación concreta entre el apego y la experiencia erótica. Gómez (2009) emplea el término “experiencia erótica” para diferenciarlo de otros como comportamiento, conducta o relación sexual. La experiencia erótica se refiere a la experiencia total que envuelve el comportamiento sexual en un halo de sentimientos y emociones que surgen de la interacción con la otra persona. Este conjunto de sentimientos y emociones es un cúmulo de respuestas generado por la propia situación enriquecida o perjudicada por la activación de las representaciones mentales acuñadas a lo largo de la historia socioafectiva. Es una resonancia de situaciones vividas con anterioridad en la relación vincular. Recordemos que la interacción es un concepto clave en la teoría del apego. Es por ello por lo que la experiencia erótica, en la medida en que es un hecho relacional, está fuertemente mediatizada por la estructura del apego.

Como dice López (2009), la naturaleza misma de los comportamientos que se ponen en juego en la experiencia sexual adulta como la distancia física, la cantidad de superficie corporal puesta en contacto, el lenguaje peculiar propio de esa situación, las expresiones no verbales, etc., indican la importancia de las primeras experiencias en el seno de la relación con la figura de apego. Por ello, la capacidad para asociar la experiencia erótica a la relación intersubjetiva tiene que ver con la calidad de las relaciones de apego. Éstas, sin duda, ejercen un profundo efecto en la experiencia del erotismo. Por lo tanto, la relación entre apego y deseo erótico nos ayuda a comprender y a valorar los indicadores de la calidad en la relación sexual.

Desde la perspectiva del apego es de gran interés, en pro al desarrollo de la calidad de la experiencia erótica, analizar la diferencia entre el goce y el placer. Tal diferencia es planteada por Sroufe (1996). Este autor plantea el modelo *quantum*, es decir, que el nivel total de satisfacción erótica es igual a la estimulación física más los procesos psicológicos. Por lo tanto, si aceptamos este modelo, podemos afirmar que la teoría del

apego, globalmente considerada, hace aportaciones bien interesantes en cuanto a la comprensión de los procesos.

En primer lugar, la capacidad de percibir sensaciones corporales, de captar sensaciones placenteras globales, parece que tiene que ver con la calidad del contacto corporal en la infancia.

En segundo lugar, los procesos psicológicos que potencian, que suman, la calidad de la experiencia erótica parece que tiene que ver con los modelos operativos internos que se expresan en estilos de apego (Gómez, 2009).

1. Apego y sexualidad en la adolescencia

Como ya sabemos, la adolescencia es una etapa de tránsito entre la infancia y la adultez en la que se producen cambios muy relevantes. Por otro lado, a lo largo de la adolescencia se produce la reestructuración de los vínculos afectivos, de modo que las funciones de la figura de apego se van desplazando a otras figuras, a los iguales, amigos, parejas, etc. Desde el punto de vista evolutivo, es en la adolescencia donde por primera vez se confrontan los dos sistemas: el sistema de apego y el sistema sexual. El deseo sexual, en tanto que emoción, genera una tendencia de acción que se expresará en comportamientos sexuales autoeróticos o compartidos, propios de la edad. Llegando al momento en el que se comparten las experiencias eróticas, éstas están mediatizadas por el estilo de apego que, como se sabe, regula las relaciones interpersonales e interviene en la experiencia de la intimidad (Gómez, 2009).

Cuando en la adolescencia el deseo erótico se proyecta hacia otra persona, la interacción sexual está mediatizada por los modelos internos. Si consideramos que éste se conforma a través de la interiorización del modelo en sí mismo y del de los demás, la experiencia sexual está claramente mediatizada por el grado de autoestima personal, y por el grado de confianza en los demás. Podríamos así predecir que aquellas personas que desarrollen un estilo de apego seguro, sus relaciones eróticas serán más satisfactorias y menos conflictivas, puesto que poseerán un mayor grado de autoestima,

mayor seguridad en la relación, ausencia de temores infundados en el espacio de la intimidad, mayor capacidad de empatía y menor preocupación por la pérdida y abandono. En las personas inseguras, tanto ansioso-ambivalentes como evitativas, aunque expresado de modo diferente, la probabilidad de tener en la adolescencia un acceso dificultoso a la experiencia sexual será mayor por motivos inversos a las personas seguras (Gómez, 2009).

2. Apego y sexualidad en la adultez

Entre las diversas necesidades básicas humanas, existen dos esenciales: la satisfacción sexual y la seguridad emocional en términos de necesidades de apego. Por tanto, todo ser humano tiene un reto respecto al modo en que integra y gestiona estas necesidades. Los recursos para ello dependerán de la propia herencia, pero en gran medida de su historia afectiva y social.

Como explicábamos antes, ambos sistemas, el sistema de apego y el sistema sexual, están interrelacionados. La satisfacción erótica a través del placer sexual fruto de la activación y resolución de la respuesta sexual humana es sin duda el motivo principal que activa el deseo erótico. Sin embargo, este se entrecruza con el sistema de apego, cuya motivación esencial consiste en el mantenimiento del vínculo afectivo para satisfacer la necesidad de seguridad emocional.

Considerando que las necesidades de vinculación afectiva y de satisfacción del deseo erótico se resuelven (en gran medida) en la interacción entre dos personas, la necesidad de armonizarlas dentro del sistema de pareja se convierte en un reto tanto individual como de pareja. Vemos, por tanto, que la satisfacción de esta motivación principal del deseo erótico debe ser “negociada”. Esta negociación está mediatizada por los modelos operativos internos. Desgraciadamente, en ocasiones, la satisfacción del deseo se logra trasgrediendo todo límite razonable a través de la agresión.

Las diferencias de género deben ser tenidas en cuenta. Probablemente existen diferencias genéticas en el modo de desear y de experimentar el placer erótico entre mujeres y hombres, pero no podemos obviar en absoluto la cuestión cultural. La organización cultural entre mujeres y hombres se ha sustentado en una relación asimétrica de poder donde los hombres eran los dominantes y las mujeres las dominadas. Sólo a partir del siglo XIX, se comienza a cuestionar el doble papel de la mujer trabajadora: el mantenimiento de la casa y la familia y el trabajo exterior. Casi un siglo después, los avances tecnológicos en el control de la maternidad y con la modernización de las democracias se puede hablar seriamente del comienzo de la emancipación de las mujeres en las sociedades avanzadas.

Ambos factores influyen decisivamente. Sin duda, tal y como mantiene el propio Bowlby, ambos factores, el biológico y el cultural se incardinan de tal modo que son inseparables. Es la resultante la que tiene sentido en términos psicológicos. Por tanto, respetando los modos diversos de experimentar las necesidades eróticas, nuevamente resaltamos la importancia de negociar.

Teniendo en cuenta estos factores, al analizar algunos aspectos del comportamiento sexual en relación con la perspectiva de género encontramos que, no es la cantidad de orgasmos, sino su consistencia, la que predice el grado de satisfacción sexual en las mujeres, asociándose ésta a la calidad de la experiencia de intimidad, en términos de seguridad emocional. Y, tanto en mujeres como en varones, la satisfacción sexual se asocia con la satisfacción respecto a la comunicación específica de asuntos sexuales, la percepción de competencia de la pareja, el sentimiento de equidad en el ámbito de la pareja y la autoestima sexual.

Centrándonos en los perfiles de comportamiento sexual en relación con los estilos de apego recordar que, la relación entre la experiencia sexual y el apego parece evidente. Centrándonos en los perfiles de comportamiento sexual en relación con los estilos de apego recordar que, la relación entre la experiencia sexual y el apego parece evidente. A grandes rasgos podríamos decir que la vinculación afectiva potencia la experiencia erótica en las personas seguras, valorando su calidad más que la cantidad, no parece que necesiten buscar experiencias eróticas fuera de la pareja. En las personas de corte

ansioso, la experiencia erótica estaría perjudicada por la ansiedad que surge ante la expectativa de abandono o rechazo. Por último decir que las personas con tendencia a la evitación tenderían a mantener relaciones sexuales exentas de implicación emocional

(Gómez, 2009)

INVESTIGACIÓN EMPÍRICA

I. Objeto del estudio

Este estudio tiene dos objetivos generales:

- El primero es averiguar hasta qué punto el apego adquirido durante la infancia, hacia el cuidador o los cuidadores principales, influirá en las futuras relaciones amorosas y sexuales.
- El segundo es analizar desde la perspectiva de género los datos obtenidos en el estudio.

Estos objetivos se concretan en los siguientes objetivos específicos:

- Analizar la repercusión que la relación con la figura de apego principal durante la infancia tiene en el desarrollo afectivo y social del niño o niña.
- Examinar la influencia del vínculo establecido entre el niño o niña con su cuidador principal en los futuros estilos de relación amorosa y sexual.
- Detectar las diferencias existentes respecto a los estilos de apego según el sexo del individuo.
- Mostrar la influencia que ejerce el estilo de apego en las conductas sexuales.
- Revelar la influencia del estilo de apego adquirido sobre las expectativas de las personas respecto a las relaciones de amistad, familiares, de pareja y con el ser humano en general.

II. Hipótesis del trabajo

En función de los objetivos anteriormente mencionados, se plantean una serie de hipótesis:

H₁ El estilo de apego seguro estará asociado a un menor número de parejas, a un menor número de relaciones coitales y al tipo de relación esporádica.

H₂ El estilo de apego preocupado estará relacionado con un mayor número de parejas, un mayor número de relaciones coitales y con el tipo de relación estable.

H₃ El sexo hombre tenderá a tener relaciones de tipo esporádico.

H₄ El sexo mujer tenderá a tener relaciones de tipo estable.

H₅ Los hombres estarán más dispuestos a mantener relaciones coitales.

H₆ Las mujeres estarán menos dispuestas a mantener relaciones coitales.

H₇ El sexo hombre estará relacionado con el estilo de apego seguro.

H₈ El sexo mujer estará relacionado con un estilo de apego más dependiente.

H₉ Los hombres tendrán una mejor opinión sobre el ser humano que las mujeres.

III. Metodología

1. Material y método

La investigación se basa en el estudio documental y el estudio de casos orientado a obtener informaciones puntuales. Para el marco teórico se han utilizado obras de autores dedicados a la materia para contextualizar el estudio y facilitar la comprensión de los datos empíricos. La parte empírica se basa principalmente en el estudio de los datos obtenidos a través de tres cuestionario (ver anexo 1). El primero de ellos está orientado a la recogida de datos básicos y de información sobre la actitud frente a la sexualidad; el segundo consta de 25 ítems conducentes a evaluar el apego en la infancia a través de la relación establecida entre las figuras de apego y el menor en sus dos apariencias (relación cálida-distante, autonomía-control); y el tercero de ellos se trata del *Cuestionario de Relación de Bartholomew y Horowitz. (1991)*, el cual permite diagnosticar el estilo de apego de la persona a través de cuatro descripciones generales de formas de relación afectiva. La persona contesta en una escala tipo Likert de diez puntos, el grado en que cada una de las cuatro descripciones se ajustan a su forma de relacionarse (desde muy bien hasta muy mal). Este instrumento permite la obtención de un diagnóstico del estilo de apego categorial, pero también permite valorar a los sujetos en las dimensiones afectivas (ver figura 2) “concepto de uno mismo” y “concepto de los demás” señaladas por Bowlby (1973) y que se corresponden con las dimensiones ansiedad y evitación, respectivamente. Por lo tanto a través de este tercer cuestionario logramos evaluar el estilo afectivo en las relaciones interpersonales en general y por consiguiente, conocer el apego adulto (actual) de la muestra.

Los cuestionarios se confeccionaron durante el mes de noviembre de 2010 bajo la dirección de D. Félix López, tutor de este trabajo fin de máster Se comprobó su viabilidad aplicando un pequeño muestreo para evitar, sobre todo, ambigüedades

respecto a los ítems invertidos, y se pasó a recopilar los datos entre los meses de diciembre de 2010 y febrero de 2011.

Una vez recogidos los cuestionarios, los datos se procesaron y analizaron con el programa estadístico informático SPSS.

2. Descripción de la muestra

Los cuestionarios fueron pasados a una muestra de 100 personas, de las cuales 66 fueron mujeres y 34 hombres. Debido a la temática de la investigación, al ser la historia familiar y, aún más, la sexualidad aún un tema “tabú” en nuestra sociedad, encontramos importantes dificultades a la hora de recopilar los datos. En el entorno social de la provincia de Salamanca conseguimos reunir únicamente 30 cuestionarios cumplimentados por lo que nos vimos en la necesidad de recurrir a las redes sociales de internet, en concreto a la mensajería electrónica, que al ser de uso diario y de mayor comodidad, permitieron obtener la mayoría de los datos, un total de 70 cuestionarios más. Los cuestionarios fueron enviados de forma aleatoria.

Según estos datos podemos concluir, sin ser en principio una de las hipótesis de esta investigación, que las mujeres son más accesibles a este tipo de investigaciones, ya que la mayoría de las personas que nos devolvieron el cuestionario cumplimentado fueron del género femenino.

Otra de las dificultades encontradas a lo largo del trabajo de campo fue la edad de la muestra. Al habernos encontrado en la necesidad de recurrir a las redes sociales de internet para la obtención de los datos, y al ser las personas más jóvenes las que hacen un mayor uso de las nuevas tecnologías, predomina mayoritariamente en la muestra la edad comprendida entre los 19 y los 32 años. Por otro lado, también debemos tener en cuenta que, en general, son las personas de mayor edad las más reticentes a hablar de su

intimidad y sobre todo de su forma de vivir la sexualidad, lo cual supuso también un obstáculo para la investigación.

Por lo tanto, debemos tener en cuenta que en la investigación hay algunas variables no controladas que pueden afectar a la validez externa de los resultados, y como consecuencia a la generalización de los mismos.

IV. Resultados y análisis de los resultados

Bloque 1: Análisis descriptivo de la muestra

1. Análisis descriptivo de la muestra por grupos

En este apartado se presentarán los datos generales obtenidos de la muestra objeto de estudio, y aquellos relacionados con la actitud de ésta frente a la sexualidad. A cada variable analizada se la relacionará a su vez con la variable sexo para poder así dar una enfoque de género al estudio.

1.1. Sexo

En el estudio han participado un total de 100 personas de las cuales 66 fueron mujeres y 34 hombres. Han sido las mujeres las más accesibles a la hora de colaborar en la investigación, por lo que en la muestra predomina el género femenino.

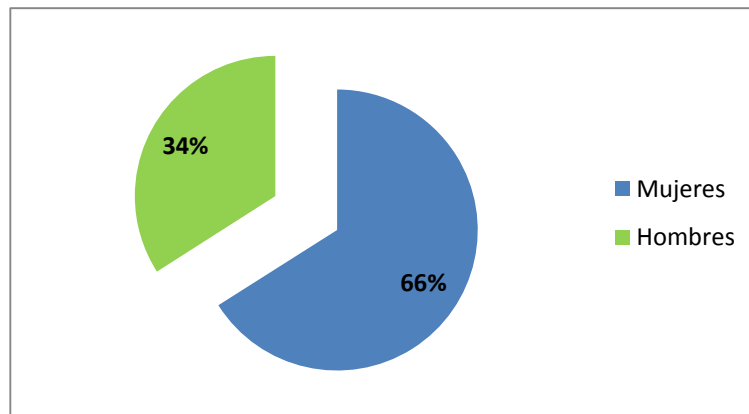


Gráfico 0. Sexo de la muestra.

1.2. Edad

Como se puede observar, la edad de la muestra se ha agrupado en cinco categorías, que oscilan entre los 19 y los 54 años, para facilitar el análisis de los datos obtenidos. Como explicábamos anteriormente, debido a la temática de la investigación, nos vimos obligados a recurrir a la mensajería electrónica para poder obtener más cuestionarios cumplimentados, por lo que la edad de la muestra es claramente joven. Esto es así porque, además de ser una generación más abierta a la hora de hablar de temas íntimos y sexuales, son los jóvenes los que en general hacen mayor uso de las nuevas tecnologías. Por lo tanto, la edad de la población objeto de estudio está comprendida mayoritariamente entre los 19 y los 32 años.

Edad	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Válido
De 19 a 25	67	67	67
De 26 a 32	22	22	22
De 33 a 39	3	3	3
De 40 a 46	5	5	5
De 47 a 54	3	3	3
Total	100	100	100

Tabla 1. Edad de la muestra.

Si analizamos conjuntamente la variable edad y la variable sexo, observamos que, el mayor grueso de la muestra tiene una edad comprendida entre los 19 y los 25 años, siendo en esta categoría las mujeres las más jóvenes del estudio, con un 52% del total.

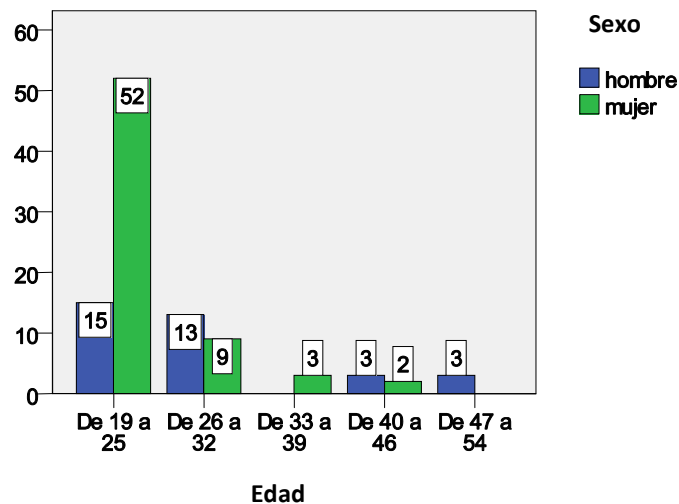


Gráfico 1. Distribución de la muestra cruzando edad y sexo.

1.3. Nivel Cultural

En cuanto a la organización por nivel cultural cabe destacar que la muestra se ha organizado en seis diferentes categorías según el nivel académico: sin graduado escolar, con graduado escolar, bachillerato, grado medio, grado superior y título universitario. Tanto la categoría sin graduado escolar como la categoría grado medio no han dado resultado.

El 50% de la muestra ha realizado estudios universitarios frente al 3% que poseen el graduado escolar. También cabe destacar que el 42% de la muestra se encuentran en posesión del título de bachillerato.

Nivel Cultural	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido
Con graduado escolar	3	3	3
Bachillerato	42	42	42
Grado superior	5	5	5
Título universitario	50	50	50
Total	100	100	100

Tabla 2. Nivel de cultural de la muestra.

Como se observa en el siguiente gráfico, a pesar de ser las mujeres las más jóvenes, representan un 40% de las personas encuestadas que poseen un título universitario frente al 10% de los hombres. Como dato importante también cabría subrayar que, de la muestra estudiada, no hay ningún hombre que su nivel de estudios sea el graduado escolar.

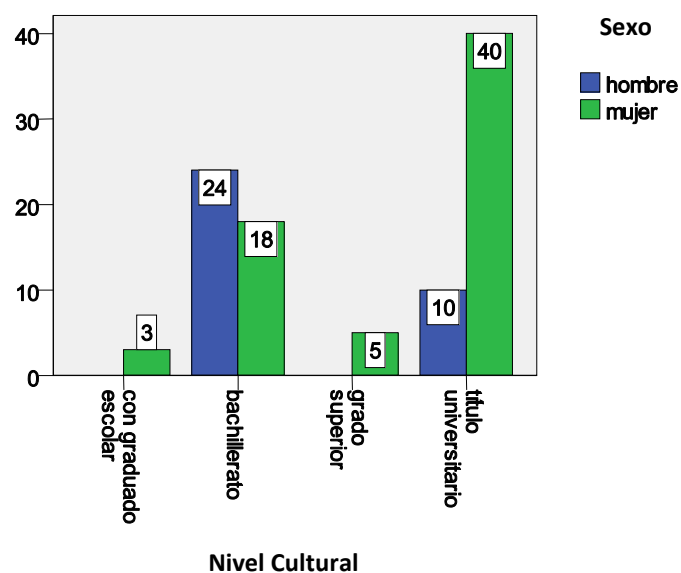


Gráfico 2. Distribución de la muestra cruzando nivel cultural y sexo.

1.4. Actividad

La actividad profesional de los encuestados se ha organizado en cinco categorías de las cuales dos, trabajador autónomo y “ama de casa”, no han aportado ningún dato. El motivo es que, como explicábamos anteriormente, hemos tenido un mejor acceso para aplicar el cuestionario a la población joven la cual continúa aún estudiando, trabaja, está parada o compagina ambas. Por ello tenemos un 68% de estudiantes, un 29% de trabajadores asalariados y un 3% de parados.

Actividad	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido
Estudiante	68	68	68
Trabajador asalariado	29	29	29
Parado	3	3	3
Total	100	100	100

Tabla 3. *Actividad de la muestra.*

Como queda reflejado en el siguiente gráfico, el 55% de los estudiantes son mujeres y únicamente un 8% son trabajadoras asalariadas, frente al 21% de los trabajadores. Podemos deducir que las mujeres dedican más tiempo a su formación intelectual en comparación con el género masculino que tiende a introducirse en el mundo laboral con mayor antelación.

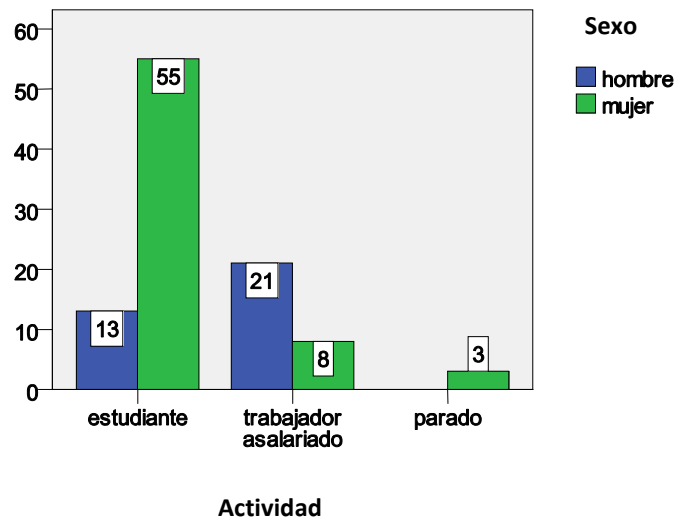


Gráfico 3. Distribución de la muestra cruzando actividad y sexo.

1.5. Pareja en la actualidad

Como se puede observar en la siguiente tabla, curiosamente hay equidad en los resultados. El 50% de la muestra estudiada tiene pareja en la actualidad frente al otro 50% que no la tiene.

Pareja en la actualidad	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido
Sí	50	50	50
No	50	50	50
Total	100	100	100

Tabla 4. Pareja en la actualidad de la muestra.

Al cruzar las variables sexo y pareja en la actualidad detectamos que no hay diferencias significativas respecto al sexo en la respuesta “no”, frente a la respuesta “si”

donde encontramos una notoria diferencia entre mujeres y hombres, siendo estos, con un 10%, los que en menos proporción poseen pareja en la actualidad. Es posible que, debido al establecimiento de ideas estereotipadas y erróneas sobre las roles de género, algunas mujeres sigan aún pensando que necesitan a un hombre a su lado para que las proteja, las cuide y en definitiva, las haga sentirse completas. Ésta podría ser la causa por la que el 40% de los individuos que poseen pareja en la actualidad sean mujeres frente al 10% de los hombres.

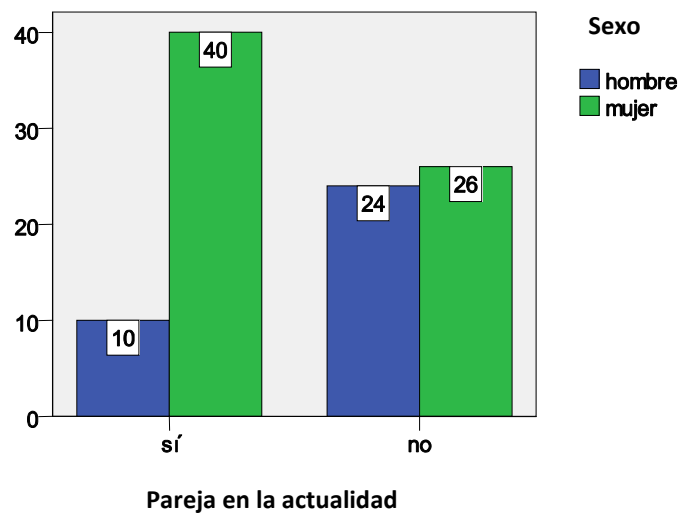


Gráfico 4. Distribución de la muestra cruzando pareja en la actualidad y sexo.

1.6. Tipo de pareja

En la tabla correspondiente a la variable tipo de pareja, vemos que la mitad de las personas encuestadas no respondieron a esta pregunta. Esto es así porque, los 50 individuos que anteriormente contestaron que no tenían pareja, lógicamente no respondieron a la pregunta tipo de pareja.

Por tanto de las 50 personas encuestadas que tienen pareja en la actualidad, 47 están inmersos en una relación estable frente a los 3 individuos que mantiene una tipo de relación esporádica con su pareja. De estos resultados podemos deducir que en nuestra sociedad el tipo de pareja que predomina es el estable. Esto puede ser debido a las ideas conservadoras sobre las relaciones amorosas que aún perduran en nuestra sociedad.

	Tipo de pareja	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Válido
	Estable	47	47	94
	Esporádica	3	3	6
	Total	50	50	100
Perdidos	Sistema	50	50	
Total		100	100	

Tabla 5. *Tipo de pareja de la muestra.*

De los 47 individuos que poseen pareja de tipo estable en la actualidad, 37 son mujeres y 10 hombres como vemos reflejado en el siguiente gráfico. De nuevo vemos una clara tendencia de la mujer hacia las relaciones amorosas estables. Cabe destacar también que de los 10 hombres encuestados que tienen pareja en la actualidad ninguno de ellos mantiene un tipo de relación esporádica, todos tienen una pareja estable.

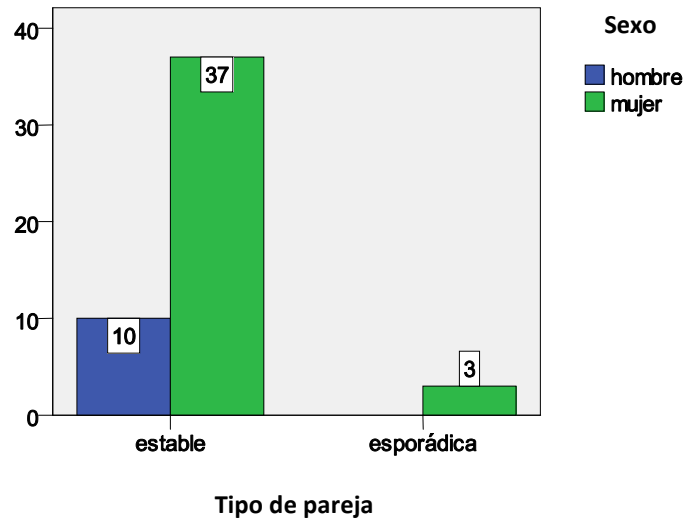


Gráfico 5. Distribución de la muestra cruzando tipo de pareja y sexo

1.7. Número de parejas (con una duración superior a seis meses)

En la siguiente tabla observamos que la mayoría de las personas encuestadas, un total del 76,1%, han tenido entre una y tres parejas, con una duración mayor a seis meses, a lo largo de su vida. Debido a que la edad de la muestra no es muy avanzada, era de esperar que el número de parejas de la muestra no fuese muy elevado. Debemos destacar también que 12 personas de las 100 encuestadas no accedieron a responder a esta pregunta.

Número de parejas		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Válido
0		9	9	10,2
De 1 a 3		67	67	76,1
De 4 a 6		6	6	6,8
Más de 6		6	6	6,8
Total		88	88	100
Perdidos	Sistema	12	12	
Total		100	100	

Tabla 6. *Número de parejas (de duración superior a seis meses) de la muestra*

Si analizamos el número de parejas (de duración superior a seis meses) en relación al sexo de la muestra y nos centramos en los datos más significativos que se corresponden con la respuesta “de una a tres parejas” observamos que, de las 67 personas encuestadas que eligieron esta respuesta, 45 son mujeres y 22 hombres. Las otras tres opciones poseen valores muy semejantes y poco significativos.

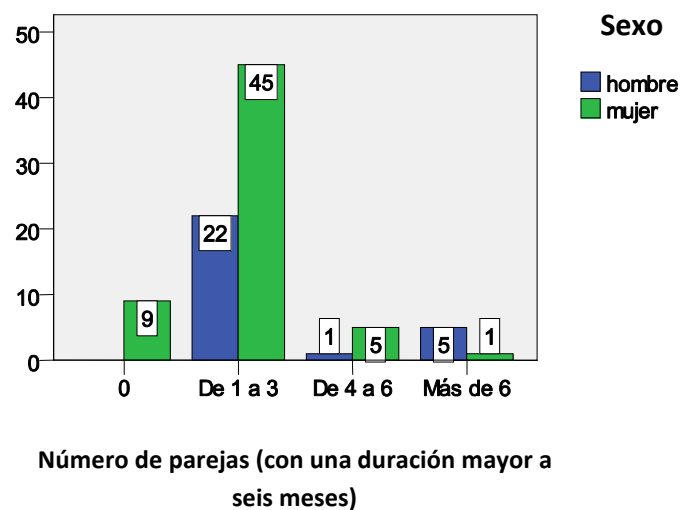


Gráfico 6. *Distribución de la muestra cruzando número de parejas (con una duración mayor a seis meses) y sexo*

1.8. *Conductas sexuales alcanzadas*

El 67% de las personas encuestadas han mantenido relaciones sexuales con varias personas, dato que esperábamos obtener debido nuevamente a la edad de la muestra y a la mentalidad, cada vez más abierta, de la sociedad en relación a la libertad sexual, como por ejemplo, la aceptación por parte de ésta de la práctica de relaciones coitales fuera del matrimonio. Así, destacar también que el 25,8% de la muestra ha mantenido relaciones coitales con una única persona. La muestra tiende a mantener relaciones coitales, siendo únicamente el 7,3% de las personas encuestadas las que aún no han mantenido este tipo de conducta sexual.

	Conductas sexuales alcanzadas	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Válido
	Caricias sexuales sin genitales	5	5	5,2
	Caricias sexuales con genitales	2	2	2,1
	Coitales con una persona	25	25	25,8
	Coitales con varias personas	65	65	67
	Total	97	97	100
Perdidos	Sistema	3	3	
Total		100	100	

Tabla 7. *Conductas sexuales alcanzadas por la muestra*

En el gráfico siguiente podemos ver nuevamente reflejados los datos más significativos. Además nos permite analizarlos en relación con la variable sexo: respecto a la respuesta “conductas sexuales con varias personas” no encontramos diferencias significativas entre ambos sexos. No sucede igual con la respuesta “conductas sexuales con una persona” en la que de las 25 personas encuestadas que eligieron esta opción, 21 fueron mujeres y 4 hombres. Ambos sexos tienden a mantener relaciones coitales, siendo insignificantes los datos obtenidos en aquellas respuestas que no implican una relación coital.

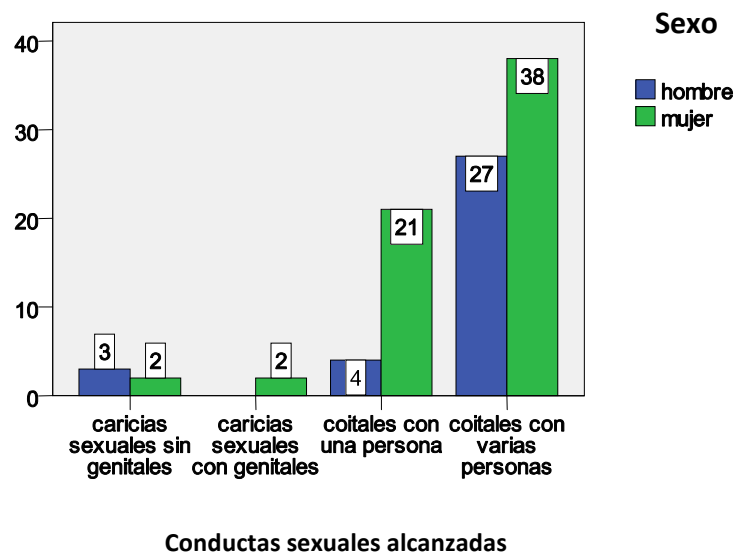


Gráfico 7. Distribución de la muestra cruzando conductas sexuales alcanzadas y sexo

1.9. Número de personas con las que has mantenido relaciones coitales (si ha sido con varias)

En la siguiente tabla podemos ver que, al igual que sucedía con el número de parejas, el mayor porcentaje de la muestra, concretamente un 50%, han mantenido relaciones coitales con una a tres personas. La respuesta “de cuatro a seis personas” a acumulado un porcentaje del 20,3%, la respuesta “de siete a nueve personas” un 4,7%, la respuesta

“de diez a doce personas” un 9,4% y la respuesta “más de doce personas” un 15,6%. Destacar que, 36 personas no contestaron a esta pregunta. Queda de nuevo reflejada la dificultad con la que nos hemos encontrado durante todo el proceso de la investigación debido a su temática. Parece ser que la sexualidad sigue siendo un tema tabú en nuestra sociedad.

	Número de personas	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje Válido
	De 1 a 3	32	32	50
	De 4 a 6	13	13	20,3
	De 7 a 9	3	3	4,7
	De 10 a 12	6	6	9,4
	Más de 12	10	10	15,6
	Total	64	64	100
Perdidos	Sistema	36	36	
Total		100	100	

Tabla 8. *Número de personas con las que la muestra ha mantenido relaciones sexuales (si han sido varias)*

Según el gráfico podemos decir que, en relación a la muestra estudiada, son las mujeres las que han mantenido relaciones coitales con un número menor de personas en relación con los hombres.

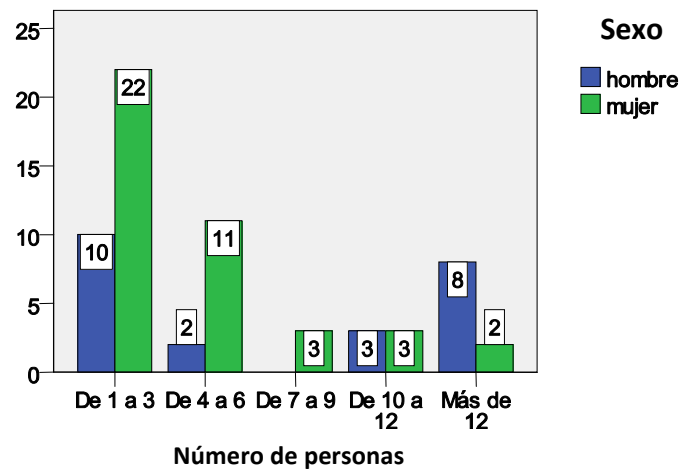


Gráfico 8. Distribución de la muestra cruzando número de personas con las que la muestra ha mantenido relaciones sexuales (si han sido varias) y sexo

2. Análisis descriptivo de la muestra: estilo de apego actual.

Como explicamos al comienzo de este capítulo, a través del *Cuestionario de Relación de Bartholomew y Horowitz. (1991)* correspondiente al tercero de los cuestionarios elaborados (ver anexo 1), con sus cuatro descripciones generales de formas de relación afectiva, hemos logrado evaluar el estilo afectivo en las relaciones interpersonales en general de la muestra, y por consiguiente conocer el apego adulto (actual) de la misma.

Las personas encuestadas, a través de una escala tipo Likert de diez puntos, estimaron el grado en que cada una de esas cuatro descripciones se ajustaba a su forma de relacionarse (desde muy bien hasta muy mal).

La siguiente tabla muestra los resultados obtenidos en estos cuestionarios. Podemos observar que la media más elevada corresponde al estilo de apego seguro.

	Media	Desviación Típica	Muy Bien %	Bastante Bien %	Regular %	Mal %	Muy Mal %	N
Estilo de apego SEGURO	6,79	1,701	3	27	55	15	0	100
Estilo de apego TEMEROSO	3,06	2,549	27,8	44,3	18,6	4,1	5,2	97
Estilo de apego PREOCUPADO	3,75	2,883	30,9	12,4	34	19,6	3,1	97
Estilo de apego ALEJADO	2,58	2,633	44,3	25,8	14,4	15,5	0	97

Tabla 9. *Estilo de apego actual de la muestra*

De acuerdo con el gráfico 9, observamos que el estilo de apego que ha obtenido una mayor puntuación es claramente el estilo de apego seguro, con una media de 6,79. El segundo estilo de apego más presente en la muestra estudiada es el estilo de apego preocupado. Los estilos de apego temeroso y alejado son las formas de apego menos comunes en la muestra.

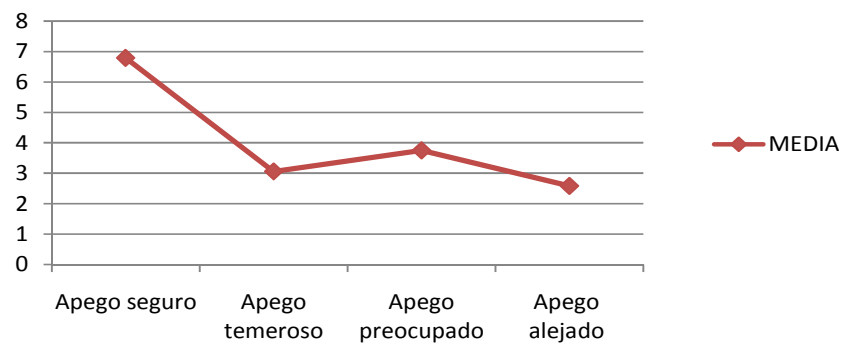


Gráfico 9. Análisis del estilo de apego actual atendiendo a la media aritmética

Bloque 2: Análisis comparativo de la muestra

1. Estudio de la variable “sexo”

1.1. Relación existente entre la variable sexo y el estilo de apego adulto

- *Estilo de apego seguro:*

La descripción general de formas de relación afectiva que se corresponde al estilo de apego seguro es la siguiente: *"Me resulta fácil sentirme emocionalmente cercano a*

otros. Me siento cómodo sabiendo que puedo contar con su ayuda y que ellos pueden contar con la mía. No me preocupa estar sólo o que otras personas no me acepten".

Podemos observar que a un 23% de los hombres y a un 32% de las mujeres les define bastante bien esta forma de relacionarse con los demás. Por lo tanto, parece que no existen diferencias entre ambos sexos respecto al estilo de apego seguro.

	"Me define ..."	Sexo		Total	
		hombre	mujer		
Estilo de apego SEGURO	Mal	Recuento	0	3	3
		% del total	,0%	3,0%	3,0%
	Regular	Recuento	2	25	27
		% del total	2,0%	25,0%	27,0%
	Bastante bien	Recuento	23	32	55
		% del total	23,0%	32,0%	55,0%
	Muy bien	Recuento	9	6	15
		% del total	9,0%	6,0%	15,0%
Total	Recuento	34	66	100	
	% del total	34,0%	66,0%	100,0%	

Tabla 10. Distribución de la muestra cruzando estilo de apego actual seguro y sexo

- *Estilo de apego temeroso:*

La descripción general de formas de relación afectiva que se corresponde al estilo de apego temeroso es la siguiente: "Me siento incómodo intimando con los demás. Quiero tener relaciones emocionales íntimas, pero encuentro difícil confiar completamente en los demás y no me siento bien si los necesito. Me preocupa que pueda salir herido si me permito intimar demasiado con los demás"

Las puntuaciones más elevadas, como queda reflejado en el siguiente gráfico, corresponden a aquellas respuestas que implican que la muestra estudiada, tanto hombres como mujeres, no se siente definida con esta forma de estilo de apego temeroso. Sólo cabe destacar que el 18% de las mujeres encuestadas dicen sentirse definidas con esta descripción de forma regular frente a ningún hombre. Éstos únicamente escogieron las opciones mal y muy mal a diferencia de las mujeres que dieron valores a todas las respuestas, tanto las más alejadas a este tipo de apego como a las más cercanas.

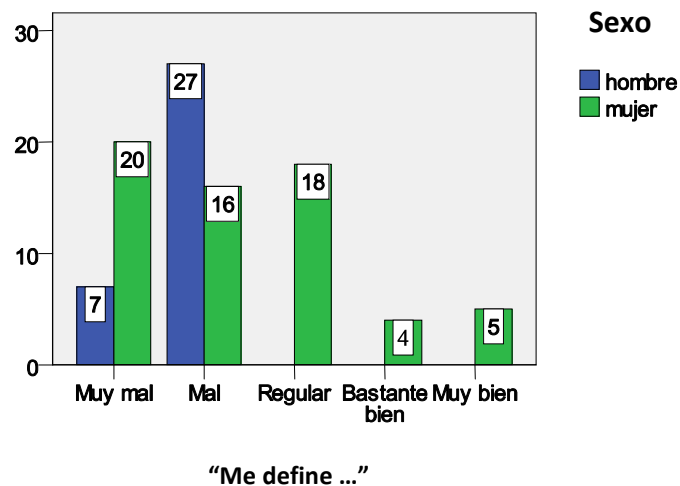


Gráfico 11. Distribución de la muestra cruzando estilo de apego actual temeroso y sexo

- *Estilo de apego preocupado:*

La descripción general de formas de relación afectiva que se corresponde al estilo de apego preocupado es la siguiente: *"Quiero estar muy implicado emocionalmente con los demás pero, a menudo, encuentro que los otros no están dispuestos a estar tan cerca de mí como me gustaría. Me siento incómodo sin tener relaciones íntimas, pero a veces me preocupa que los demás no me valoren tanto como yo los valoro"*.

En la siguiente tabla vemos de nuevo que los hombres puntúan únicamente en aquellas opciones que implican una casi no identificación con el estilo de relación definido. Por el contrario las mujeres vuelven a puntuar en todas las opciones disponibles, desde muy mal hasta muy bien. Cabe destacar que un 19,6% de las mujeres que respondieron a esta pregunta, creen que esta forma de relacionarse las define bastante bien y un 3,1% muy bien, frente al 0% de los hombres en ambos casos.

	"Me define ..."	Sexo		Total	
		hombre	mujer		
Estilo de apego PREOCUPADO	Muy mal	Recuento	18	12	30
		% del total	18,6%	12,4%	30,9%
	Mal	Recuento	1	11	12
		% del total	1,0%	11,3%	12,4%
	Regular	Recuento	15	18	33
		% del total	15,5%	18,6%	34,0%
	Bastante bien	Recuento	0	19	19
		% del total	,0%	19,6%	19,6%
	Muy bien	Recuento	0	3	3
		% del total	,0%	3,1%	3,1%
	Total	Recuento	34	63	97
		% del total	35,1%	64,9%	100,0%

Tabla 12. Distribución de la muestra cruzando estilo de apego actual preocupado y sexo

- *Estilo de apego alejado:*

La descripción general de formas de relación afectiva que se corresponde al estilo de apego alejado es la siguiente: *"Me siento bien sin relaciones íntimas. Para mí es muy importante sentirme independiente y autosuficiente, y prefiero no tener que contar con los demás ni que ellos tengan que contar conmigo"*.

En el estilo de apego alejado que vemos reflejado en el siguiente gráfico, el 27% de las mujeres encuestadas y el 16% de los hombres se sienten muy mal identificados con este estilo de apego. Hay que señalar también que un 11% de los hombres creen que esta descripción define bastante bien su forma de relacionarse con los otros. Por lo tanto podemos destacar de estos resultados que, según la muestra estudiada, los hombres se sienten más autosuficientes e independientes. Por lo tanto las mujeres serían más inseguras y dependientes que éstos. Esto quizá pueda estar relacionado con el rol de persona dependiente que ha sido asignado históricamente al género femenino, lo cual hace a las mujeres preocuparse si están solas, sin un hombre que las cuide y proteja, o el no ser aceptadas por la sociedad.

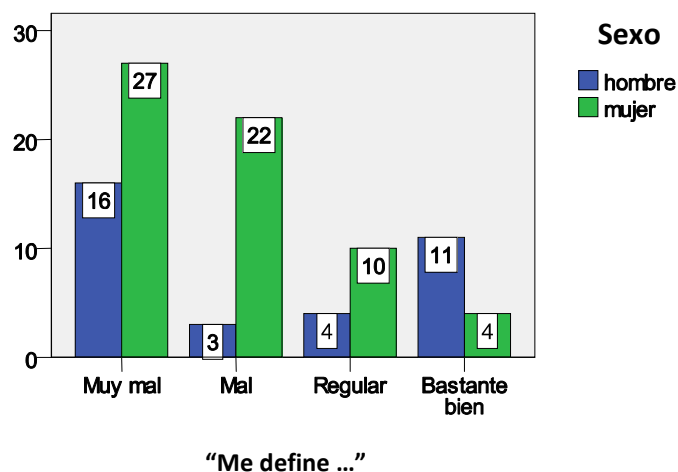


Gráfico 13. Distribución de la muestra cruzando estilo de apego actual alejado y sexo

1.2. Relación existente entre la variable sexo y el estilo de apego en la infancia

El segundo cuestionario, como explicamos anteriormente, consta de 25 ítems conducentes a evaluar el apego en la infancia a través de la relación establecida entre las figuras de apego y el menor en sus dos apariencias (relación cálida-distante, autonomía-

control). A continuación analizaremos a través de cada ítem, centrándonos en esos dos aspectos, el apego adquirido durante la infancia en ambos sexos.

1.2.1. *Relación existente entre la variable sexo y las variables ligadas al afecto ofrecido por la figura de apego durante la infancia (relación cálida-distante)*

- *“Mi cuidador principal me hablaba con voz cálida (cariñosa) y amigable”.*

Al analizar este ítem contrastándolo con la variable sexo no se observan diferencias significativas. Ambos sexos opinan que su cuidador principal les hablaba de forma amigable y cariñosa. En relación a este ítem, el afecto durante la infancia parece estar presente y asegurado en la muestra estudiada tanto en hombres como en mujeres.

			Sexo		Total
			Hombre	Mujer	
"Mi cuidador principal me hablaba con voz cálida (cariñosa) y amigable"	Nunca o casi nunca	Recuento	0	2	2
		% del total	,0%	2,0%	2,0%
	Algunas veces	Recuento	0	7	7
		% del total	,0%	7,0%	7,0%
	Bastantes veces	Recuento	10	29	39
		% del total	10,0%	29,0%	39,0%
	Siempre o casi siempre	Recuento	24	28	52
		% del total	24,0%	28,0%	52,0%
Total	Recuento	34	66	100	
	% del total	34,0%	66,0%	100,0%	

Tabla 14.1. *Distribución de la muestra cruzando ítem “mi cuidador principal me hablaba con voz cálida (cariñosa) y amigable” y sexo*

- “Mi cuidador principal no me ayudó tanto como yo necesitaba”.

De nuevo los valores más significativos se sitúan en las respuestas que implican la existencia de una relación sólida entre las personas encuestadas y sus cuidadores principales durante la infancia. Esto significa que, en relación a este ítem, tanto mujeres como hombres, ya que no existen diferencias significativas, recibieron la ayuda necesaria por parte de sus figuras de apego, lo cual como vimos en el marco teórico de esta investigación, tenderá a crear un estilo de apego seguro en el sujeto.

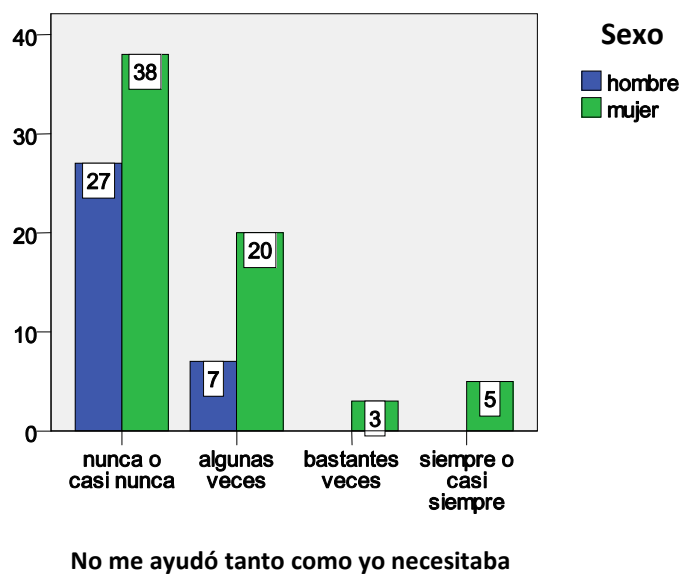


Gráfico 14.2. Distribución de la muestra cruzando ítem “mi cuidador principal no me ayudó tanto como yo necesitaba” y sexo

- “Mi cuidador principal era (parecía) emocionalmente frío conmigo”.

En el siguiente gráfico vemos que tanto mujeres como hombres consideran que su cuidador principal durante la infancia no era frío con ellos. Por lo tanto, según el ítem que se está estudiando, la muestra mantenía una relación afectuosa con su figura de apego, lo cual derivará en una relación estable y segura con el resto de sus iguales en un futuro.

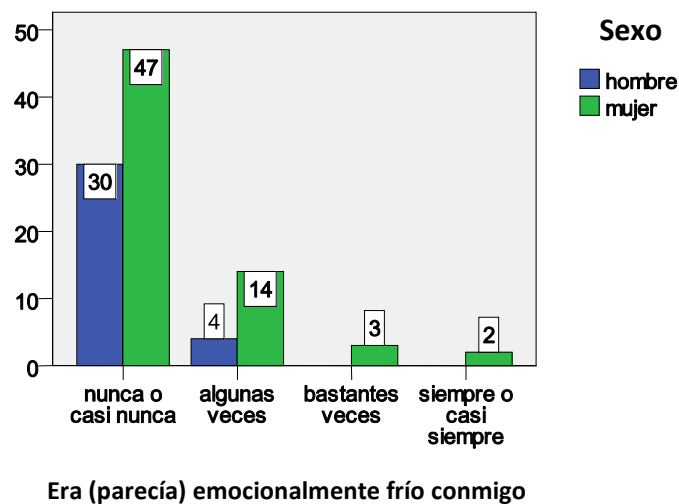


Gráfico 14.3. Distribución de la muestra cruzando ítem “mi cuidador principal era (parecía) emocionalmente frío conmigo” y sexo

- “Mi cuidador principal parecía comprender mis problemas y preocupaciones”.

De nuevo, la mayoría de la muestra elige la opción que más se acerca a una relación sólida con su figura de apego en la infancia con un 20% de las mujeres y un 14% de los hombres encuestados. Cabe destacar el resultado de la respuesta algunas veces, que ha obtenido un porcentaje del 23% de las mujeres y un 0% de los hombres. Quizá pueda deberse de nuevo a las restricciones con las que históricamente se ha encontrado la mujer tanto en el ámbito doméstico como en el público. En el pasado, y en cierta

medida aún hoy en día, a las mujeres con inquietudes se las ve como una amenaza ya que al mundo masculino le conviene seguir ejerciendo el poder sobre toda la población para no perder privilegios.

		Sexo		Total		
		Hombre	Mujer			
"Mi cuidador principal parecía comprender mis problemas y preocupaciones"	Nunca o casi nunca	Recuento	0	3	3	
		% del total	,0%	3,0%	3,0%	
	Algunas veces	Recuento	0	23	23	
		% del total	,0%	23,0%	23,0%	
	Bastantes veces	Recuento	14	26	40	
		% del total	14,0%	26,0%	40,0%	
	Siempre o casi siempre	Recuento	20	14	34	
		% del total	20,0%	14,0%	34,0%	
	Total		Recuento	34	66	100
			% del total	34,0%	66,0%	100,0%

Tabla 14.5. Distribución de la muestra cruzando ítem "mi cuidador principal parecía comprender mis problemas y preocupaciones" y sexo

- "Mi cuidador principal disfrutaba hablando de cosas conmigo"

Si, como hemos visto anteriormente, la muestra parecía tener una relación afectuosa con su figura de apego, cabe esperar que ésta y el sujeto encuestado mantuvieran conversaciones cercanas a menudo.

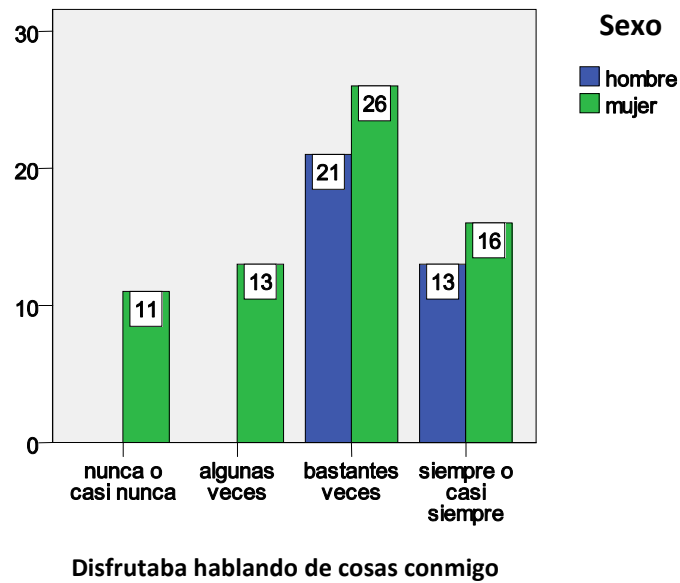


Gráfico 14.5. Distribución de la muestra cruzando ítem “mi cuidador principal disfrutaba hablando de cosas conmigo” y sexo

- “Mi cuidador principal me sonreía con frecuencia”

Si antes afirmábamos que la muestra parecía haber mantenido una relación cálida con su figura de apego durante la infancia, es de suponer que ésta les sonriese frecuentemente. Tampoco en este caso podemos observar diferencias significativas entre mujeres y hombres ya que ambos eligieron en su mayoría las opciones bastantes veces y siempre o casi siempre.

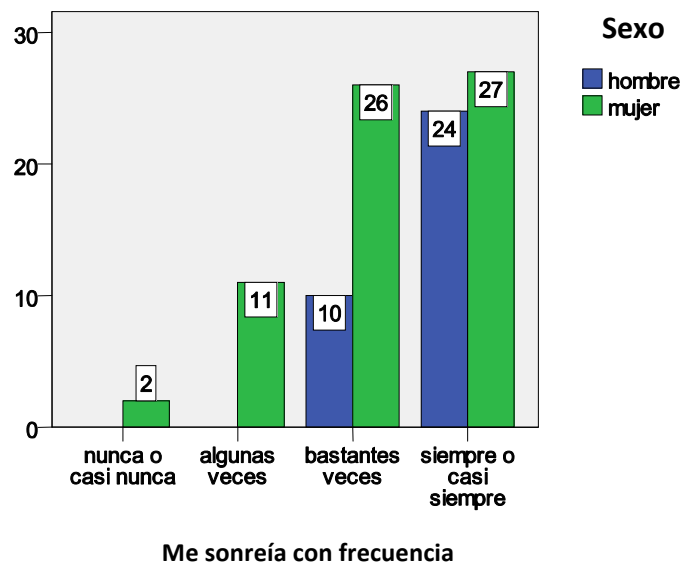


Gráfico 14.6. Distribución de la muestra cruzando ítem “mi cuidador principal me sonreía con frecuencia” y sexo

- “Mi cuidador principal me hacía sentir que yo no era deseado/a”.

En el gráfico siguiente podemos ver que el 71% de la muestra estudiada, el 30% de los hombres y el 41% de las mujeres, asegura que nunca o casi nunca su cuidador principal les hacía sentir que no eran deseados, es decir, de nuevo parece que la muestra estudiada a mantenido una relación cercana con su cuidador principal durante la infancia así como basada en el afecto.

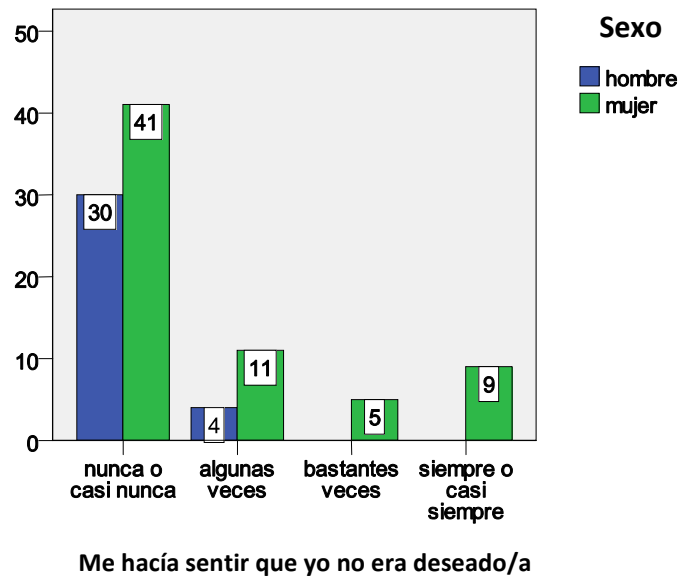


Gráfico 14.7. Distribución de la muestra cruzando ítem “mi cuidador principal me hacía sentir que yo era deseado/a” y sexo

- “Mi cuidador principal conseguía hacerme sentir mejor cuando estaba desanimado/a”

Como estamos percibiendo, la línea que siguen los resultados de la investigación tiende constantemente a alejarse de una relación fría y distante entre los sujetos estudiados y su figura de apego durante la infancia. Vemos que un 22% de las mujeres aseguran que siempre o casi siempre se han sentido apoyados por parte de su cuidador principal en momentos difíciles, así como un 17% de los hombres encuestados. Nuevamente mujeres y hombres se asemejan en sus resultados.

			Sexo		Total
			Hombre	Mujer	
"Mi cuidador principal conseguía hacerme sentir mejor cuando estaba desanimado"	Nunca o casi nunca	Recuento	0	3	3
		% del total	,0%	3,0%	3,0%
	Algunas veces	Recuento	8	19	27
		% del total	8,0%	19,0%	27,0%
	Bastantes veces	Recuento	9	22	31
		% del total	9,0%	22,0%	31,0%
	Siempre o casi siempre	Recuento	17	22	39
		% del total	17,0%	22,0%	39,0%
	Total	Recuento	34	66	100
		% del total	34,0%	66,0%	100,0%

Tabla 14.8. Distribución de la muestra cruzando ítem "mi cuidador principal conseguía hacerme sentirme mejor cuando estaba desanimado/a" y sexo

- *"Mi cuidador principal no me alababa o elogiaba"*

Ambos sexos parecen haber recibido reforzamiento positivo durante su infancia por parte de su cuidador principal según refleja la siguiente tabla, pero cabe destacar que un 35% de las mujeres alguna vez no se han sentido alabadas por parte de su figura de apego frente a un 6% de los hombres, los cuales concentran el mayor porcentaje en la respuesta más positiva en relación al futuro estilo de apego.

		Sexo		Total	
		Hombre	Mujer		
"Mi cuidador principal no me alababa o elogiaba"	Nunca o casi nunca	Recuento	21	26	47
		% del total	21,0%	26,0%	47,0%
	Algunas veces	Recuento	6	35	41
		% del total	6,0%	35,0%	41,0%
	Bastantes veces	Recuento	7	5	12
		% del total	7,0%	5,0%	12,0%
Total	Recuento	34	66	100	
	% del total	34,0%	66,0%	100,0%	

Tabla 14.9. Distribución de la muestra cruzando ítem "mi cuidador principal no me alababa o elogiaba" y sexo

1.2.2. Relación existente entre la variable apego y las variables ligadas al **control** ejercido por la figura de apego durante la infancia (autonomía-control)

- "Mi cuidador principal me dejaba hacer las cosas que a mí me gustaba hacer"

En relación a este ítem, un 30% de las mujeres encuestadas y un 15% de los hombres afirman que bastantes veces han sido autorizados para hacer aquello que les gustaba. Por tanto continuamos obteniendo resultados muy positivos en relación a la formación de un apego adulto seguro y positivo.

			Sexo		Total
			Hombre	Mujer	
"Mi cuidador principal me dejaba hacer las cosas que a mí me gustaba hacer"	Nunca o casi nunca	Recuento	2	2	4
		% del total	2,0%	2,0%	4,0%
	Algunas veces	Recuento	9	26	35
		% del total	9,0%	26,0%	35,0%
	Bastantes veces	Recuento	15	30	45
		% del total	15,0%	30,0%	45,0%
	Siempre o casi siempre	Recuento	8	8	16
		% del total	8,0%	8,0%	16,0%
	Total	Recuento	34	66	100
		% del total	34,0%	66,0%	100,0%

Tabla 15.1. Distribución de la muestra cruzando ítem "mi cuidador principal me dejaba hacer las cosas que a mí me gustaba hacer" y sexo

- "A mi cuidador principal le gustaba que tomase mis propias decisiones"

En la tabla observamos que ambos sexos señalan en su mayoría las respuestas bastantes veces y siempre o casi siempre. Concretamente un 30% de las mujeres encuestadas afirman que bastantes veces su cuidador principal quería que tomaran sus propias decisiones frente a un 16% de los hombres, y un 27% de las mujeres respondieron siempre o casi siempre frente a un 9% de los hombres. Por lo tanto, no existen diferencias significativas entre ambos sexos respecto a este ítem aunque no debemos olvidar que, debido a las dificultades iniciales con las que nos encontramos en la recogida de datos como ya indicamos al comienzo de este capítulo, el número de mujeres encuestadas es mayor que el número de hombres, lo cual puede suponer un problema a la hora de generalizar los resultados.

			Sexo		Total
			Hombre	Mujer	
"A mi cuidador principal le gustaba que tomase mis propias decisiones"	Nunca o casi nunca	Recuento	6	0	6
		% del total	6,0%	,0%	6,0%
	Algunas veces	Recuento	3	9	12
		% del total	3,0%	9,0%	12,0%
	Bastantes veces	Recuento	16	30	46
		% del total	16,0%	30,0%	46,0%
	Siempre o casi siempre	Recuento	9	27	36
		% del total	9,0%	27,0%	36,0%
Total	Recuento	34	66	100	
	% del total	34,0%	66,0%	100,0%	

Tabla 15.2. Distribución de la muestra cruzando ítem "a mi cuidador principal le gustaba que tomase mis propias decisiones" y sexo

- "Mi cuidador principal no deseaba que yo me hiciera mayor"

Según la muestra estudiada, tanto mujeres como hombres, durante la infancia su cuidador principal aceptó que todos nos vamos haciendo mayores, lo que implicará como veremos más adelante, la aceptación por parte de éste de la autonomía propia de cada persona.

		Sexo		Total	
		Hombre	Mujer		
"Mi cuidador principal no deseaba que yo me hiciera mayor"	Nunca o casi nunca	Recuento	11	30	41
		% del total	11,0%	30,0%	41,0%
	Algunas veces	Recuento	13	24	37
		% del total	13,0%	24,0%	37,0%
	Bastantes veces	Recuento	10	9	19
		% del total	10,0%	9,0%	19,0%
	Siempre o casi siempre	Recuento	0	3	3
		% del total	,0%	3,0%	3,0%
Total	Recuento	34	66	100	
	% del total	34,0%	66,0%	100,0%	

Tabla 15.3. Distribución de la muestra cruzando ítem "mi cuidador principal no deseaba que yo me hiciera mayor" y sexo

- "Mi cuidador principal invadía mi intimidad (mi vida privada)"

Como era de esperar los resultados se mantienen continuamente en la línea de la autonomía. El 37% de las mujeres encuestadas y el 18% de los hombres no han visto nunca o casi nunca invadida su intimidad. Así como un 23% de las mujeres encuestadas y un 16% de los hombres alguna vez han sentido que su vida privada ha sido irrumpida.

		Sexo		Total	
		Hombre	Mujer		
"Mi cuidador principal invadía mi intimidad (mi vida privada)"	Nunca o casi nunca	Recuento	18	37	55
		% del total	18,0%	37,0%	55,0%
	Algunas veces	Recuento	16	23	39
		% del total	16,0%	23,0%	39,0%
	Bastantes veces	Recuento	0	6	6
		% del total	,0%	6,0%	6,0%
Total		Recuento	34	66	100
		% del total	34,0%	66,0%	100,0%

Tabla 15.4. Distribución de la muestra cruzando ítem "mi cuidador principal invadía mi intimidad (mi vida privada)" y sexo

- "Mi cuidador principal me trataba como si fuera un/a niño/a"

En la siguiente tabla observamos que, a pesar de que los cuidadores principales ya sean padres, madres, abuelos, acogedores etc. tienden en su mayoría a pensar que "aunque crezca siempre será mi niño/a", la muestra asegura que a medida que avanzaban en edad, su figura de apego aceptó que cada vez debía de otorgarles más libertad.

		Sexo		Total	
		Hombre	Mujer		
"Mi cuidador principal me trataba como si fuera un/a niño/a"	Nunca o casi nunca	Recuento	0	21	21
		% del total	,0%	21,0%	21,0%
	Algunas veces	Recuento	26	33	59
		% del total	26,0%	33,0%	59,0%
	Bastantes veces	Recuento	8	12	20
		% del total	8,0%	12,0%	20,0%
Total		Recuento	34	66	100
		% del total	34,0%	66,0%	100,0%

Tabla 15.5. Distribución de la muestra cruzando ítem "mi cuidador principal invadía me trataba como si fuera un/a niño/a" y sexo

- "Mi cuidador principal intentaba hacerme dependiente de él"

Nuevamente vemos que la relación establecida entre las personas encuestadas y sus cuidadores principales se basó en la autonomía y no en el control, lo que generará un estilo de apego seguro en su mayoría.

		Sexo		Total	
		Hombre	Mujer		
"Mi cuidador principal intentaba hacerme dependiente de él"	Nunca o casi nunca	Recuento	20	43	63
		% del total	20,6%	44,3%	64,9%
	Algunas veces	Recuento	14	17	31
		% del total	14,4%	17,5%	32,0%
	Bastantes veces	Recuento	0	3	3
		% del total	,0%	3,1%	3,1%
Total		Recuento	34	63	97
		% del total	35,1%	64,9%	100,0%

Tabla 15.6. Distribución de la muestra cruzando ítem "mi cuidador principal intentaba hacerme dependiente de él" y sexo

- “Mi cuidador principal me daba tanta libertad como yo quería”

Como observamos en el siguiente gráfico los porcentajes más elevados se centran en las opciones intermedias: algunas veces y bastantes veces. Son las respuestas más apropiadas y las que pueden generar un estilo de apego más positivo en el futuro ya que, ni es bueno dejar hacer a los niños y adolescentes todo lo que quieran, ni cortar su libertad de acción. Por lo tanto, en relación a la libertad otorgada por la figura de apego durante la infancia a la muestra estudiada, podemos concluir que fue en la medida más apropiada, así como que no existen diferencias significativas entre ambos sexos.

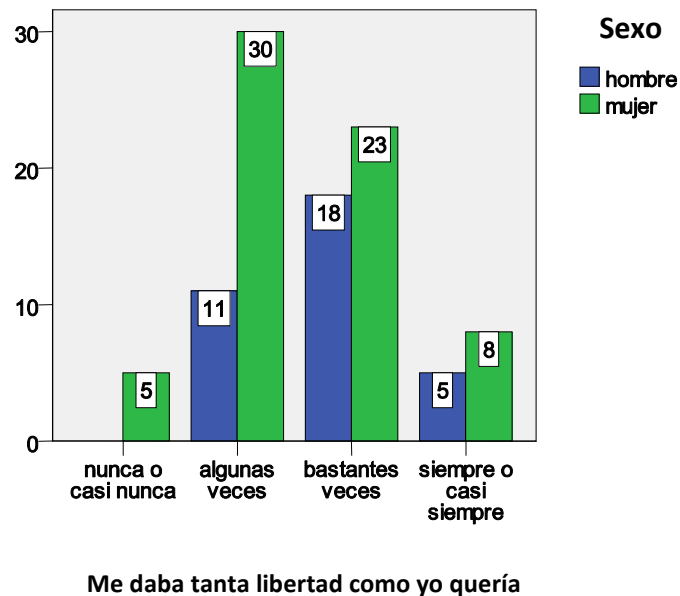


Gráfico 15.7. Distribución de la muestra cruzando ítem “mi cuidador principal me daba tanta libertad como yo quería” y sexo

- “Mi cuidador principal era sobreprotector conmigo”

De nuevo, en este último ítem analizado, apreciamos que no se ha establecido una relación de control excesivo entre el cuidador principal y las mujeres y hombres

estudiados sino que se les ha otorgado la libertad necesaria para un buen desarrollo social y psicológico posterior.

		Sexo		Total	
		Hombre	Mujer		
"Mi cuidador principal era sobreprotector conmigo"	Nunca o casi nunca	Recuento	12	22	34
		% del total	12,0%	22,0%	34,0%
	Algunas veces	Recuento	22	37	59
		% del total	22,0%	37,0%	59,0%
	Bastantes veces	Recuento	0	7	7
		% del total	,0%	7,0%	7,0%
Total	Recuento	34	66	100	
	% del total	34,0%	66,0%	100,0%	

Tabla 15.8. Distribución de la muestra cruzando ítem "mi cuidador principal era sobreprotector conmigo" y sexo

Por lo tanto, podemos afirmar que entre la muestra estudiada y sus cuidadores principales se estableció una relación sólida basada en el afecto y la autonomía. Las figuras de apego supieron respetar la libertad y el proyecto de vida de cada persona. Esto confirma los resultados anteriores que reflejaban que la mayoría de la muestra poseía un estilo seguro de apego en la adultez. Estos resultados son muy positivos ya que este estilo de apego es la mejor forma de crear personas seguras de sí mismas y con una alta autoestima. Por lo tanto, serán capaces de mantener relaciones sanas y estables tanto de amistad como amorosas y sexuales.

1.3. Relación existente entre la variable sexo y otras variables estudiadas

La relación que establecen las personas con su familia de origen, con sus amigos y amigas etc. influirá de forma determinante en la forma de interacción de ese sujeto con el mundo que le rodea, por eso creemos importante analizar desde una perspectiva de género todos estos aspectos.

1.3.1. Variable: relación con la familia de origen

El 35% de las mujeres y el 23% de los hombres encuestados aseguran mantener una muy buena relación con sus padres y hermanos. Esto hará que sus relaciones de amistad, de pareja etc. sean más positivas y estables como veremos más adelante.

		Sexo		Total	
		Hombre	Mujer		
Relación con la familia de origen (padres y hermanos)	Muy buenas	Recuento	23	35	58
		% del total	23,0%	35,0%	58,0%
	Bastante buenas	Recuento	11	22	33
		% del total	11,0%	22,0%	33,0%
	Regulares	Recuento	0	6	6
		% del total	,0%	6,0%	6,0%
	Muy malas	Recuento	0	3	3
		% del total	,0%	3,0%	3,0%
Total		Recuento	34	66	100
		% del total	34,0%	66,0%	100,0%

Tabla 16. Distribución de la muestra cruzando variable “relación con la familia de origen (padres y hermanos)” y sexo

1.3.2. Variable: relación de amistad con amigos/as

Como observamos en la siguiente tabla, ningún sujeto ha señalado las opciones que implicarían cierta mala relación con sus amigos y amigas. Vemos que un 41% de las mujeres y un 15% de los hombres encuestados califican sus relaciones de amistad como muy buenas. Así, podemos afirmar también que no se encuentran diferencias significativas entre ambos sexos.

		Sexo		Total	
		Hombre	Mujer		
Relación de amistad con los amigos/as	Muy buenas	Recuento	15	41	56
		% del total	15,0%	41,0%	56,0%
	Bastante buenas	Recuento	19	25	44
		% del total	19,0%	25,0%	44,0%
Total	Recuento	34	66	100	
	% del total	34,0%	66,0%	100,0%	

Tabla 17. Distribución de la muestra cruzando variable “relación de amistad con amigos/as” y sexo

1.3.3. Variable: opinión sobre el ser humano

La muestra estudiada opina que la actitud del ser humano se sitúa en los valores intermedios de la escala de medición. Concretamente los mayores porcentajes se concentran en las respuestas bastante buena y regular. Los hombres se decantan más por esta última con un 19% frente al 44% de las mujeres que creen que la actitud del ser humano es bastante buena.

Factores como la destrucción del medio ambiente a causa del hombre, el aumento de las situaciones de conflicto en el mundo, la violencia de género, los abusos en las escuelas etc. han podido ser la causa por la que la muestra se haya alejado de la respuesta muy

buena a diferencia de la calificación que hacía sobre las relaciones familiares o de amistad.

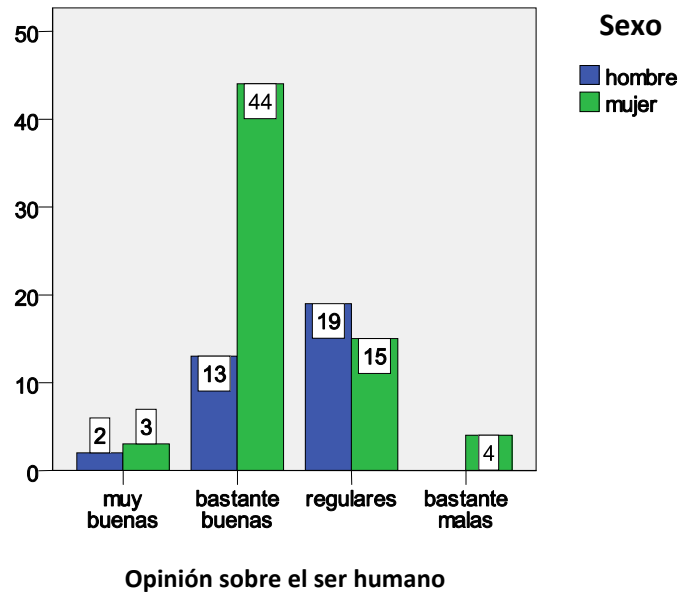


Gráfico 18. Distribución de la muestra cruzando variable “opinión sobre el ser humano” y sexo

1.3.4. Variable: calidad de la relación con las anteriores parejas (si han sido varias)

Teniendo en cuenta la diferencia en el número de hombres y mujeres encuestados, y fijándonos en los datos del siguiente gráfico, podemos afirmar que no existen diferencias significativas entre ambos sexos en la opinión sobre la calidad de sus anteriores relaciones de pareja. Ambos califican sus relaciones amorosas pasadas como muy buenas o bastante buenas en su mayoría. Esto podría estar en relación, nuevamente, con el estilo de apego seguro que, como vimos inicialmente está muy presente en la muestra. Sabemos que este tipo de personas suelen tener una buena concepción de sus relaciones, tanto de amistad como amorosas y sexuales.

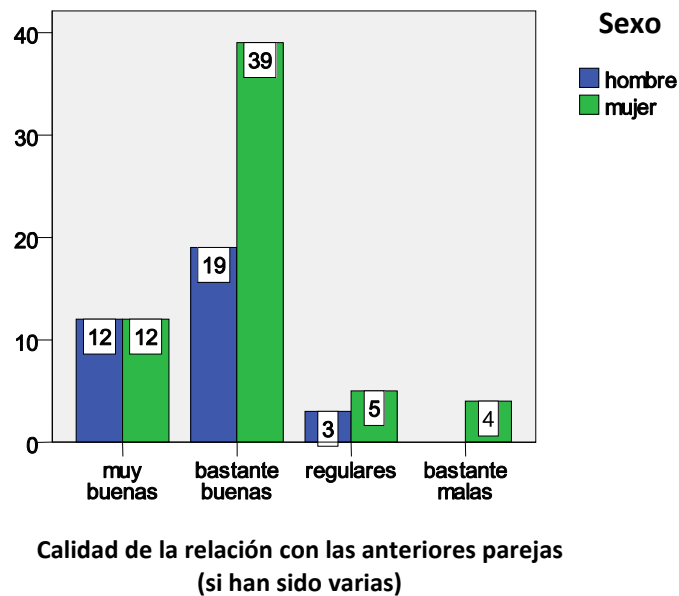


Gráfico 19. Distribución de la muestra cruzando variable “calidad de la relación con las anteriores parejas (si han sido varias)” y sexo

1.3.5. Variable: calidad de la relación con la pareja actual (si se tiene y si es de duración mayor a seis meses)

Al igual que sucedía con la variable anterior, tanto hombres como mujeres califican sus actuales relaciones de pareja como muy buenas, concretamente un 42% de las mujeres y un 20% de los hombres encuestados. Cabe destacar que un 18% de las mujeres opinan que la relación con su pareja actual no es muy buena.

Hemos decidido delimitar esta variable a aquellas personas cuya relación de pareja actual supere el medio año de duración ya que así nos permite obtener datos más fiables.

		Sexo		Total	
		Hombre	Mujer		
Relación con la pareja actual si llevas al menos seis meses	Muy buenas	Recuento	10	21	31
		% del total	20,0%	42,0%	62,0%
	Bastante buenas	Recuento	0	10	10
		% del total	,0%	20,0%	20,0%
	Regulares	Recuento	0	9	9
		% del total	,0%	18,0%	18,0%
Total	Recuento	10	40	40	
	% del total	20,0%	80,0%	80,0%	

Tabla 20. Distribución de la muestra cruzando variable “relación con la pareja si llevas al menos seis meses” y sexo

2. Estudio de la variable apego

2.1. Estudio de la relación existente entre la variable apego y la variable número de parejas (con una duración mayor a seis meses)

A continuación pasamos a conocer la diferencia existente entre las medias obtenidas en cada estilo de apego adulto-actual y en la variable número de parejas (con una duración mayor a seis meses). Para ello utilizaremos la prueba ANOVA.

- *Estilo de apego seguro:*

	Suma de Cuadrados	gl.	Media Cuadrática	F.	Sig.
Iter - grupos	6,913	3	2,304	6,211	,001
Intra - grupos	31,167	84	,371		
Total	38,080	87			

Tabla 21. *Análisis de la diferencia entre las medias del estilo de apego adulto seguro y de la variable número de parejas (con una duración mayor a seis meses)*

- *Estilo de apego temeroso:*

	Suma de Cuadrados	gl.	Media Cuadrática	F.	Sig.
Iter - grupos	9,198	4	2,300	6,377	,000
Intra - grupos	28,849	80	,361		
Total	38,047	84			

Tabla 22. *Análisis de la diferencia entre las medias del estilo de apego adulto temeroso y de la variable número de parejas (con una duración mayor a seis meses)*

- *Estilo de apego preocupado:*

	Suma de Cuadrados	gl.	Media Cuadrática	F.	Sig.
Iter - grupos	4,699	4	1,175	2,818	,030
Intra - grupos	33,348	80	,417		
Total	38,047	84			

Tabla 23. *Análisis de la diferencia entre las medias del estilo de apego adulto preocupado y de la variable número de parejas (con una duración mayor a seis meses)*

- *Estilo de apego alejado*

	Suma de Cuadrados	gl.	Media Cuadrática	F.	Sig.
Iter - grupos	5,504	3	1,835	4,566	,005
Intra - grupos	32,543	81	,402		
Total	38,047	84			

Tabla 24. *Análisis de la diferencia entre las medias del estilo de apego adulto alejado y de la variable número de parejas (con una duración mayor a seis meses)*

Una vez realizada la comparación de medias al ser en todos los estilos de apego la significación menor de 0,05 se rechaza la hipótesis nula, por lo tanto, los estilos de apego influyen en el número de parejas (a un nivel de confianza del 95%).

2.2. *Estudio de la relación existente entre la variable apego y la variable número de personas con las que se ha mantenido relaciones coitales (si ha sido con varias)*

En este apartado analizaremos la diferencia entre las medias obtenidas en cada estilo de apego adulto-actual y en la variable número de personas con las que has mantenido relaciones coitales (si ha sido con varias). Para ello utilizaremos de nuevo la prueba ANOVA.

- *Estilo de apego seguro:*

	Suma de Cuadrados	gl.	Media Cuadrática	F.	Sig.
Iter - grupos	29,090	3	9,697	4,961	,004
Intra - grupos	117,269	60	1,954		
Total	146,359	63			

Tabla 25. *Análisis de la diferencia entre las medias del estilo de apego adulto seguro y de la variable número de personas con las que has mantenido relaciones coitales (si ha sido con varias)*

- *Estilo de apego temeroso:*

	Suma de Cuadrados	gl.	Media Cuadrática	F.	Sig.
Iter - grupos	6,336	3	2,112	,889	,453
Intra - grupos	135,468	57	2,377		
Total	141,803	60			

Tabla 26. *Análisis de la diferencia entre las medias del estilo de apego adulto temeroso y de la variable número de personas con las que has mantenido relaciones coitales (si ha sido con varias)*

- *Estilo de apego preocupado:*

	Suma de Cuadrados	gl.	Media Cuadrática	F.	Sig.
Iter - grupos	13,857	4	3,464	1,516	,210
Intra - grupos	127,946	56	2,285		
Total	141,803	60			

Tabla 27. *Análisis de la diferencia entre las medias del estilo de apego adulto preocupado y de la variable número de personas con las que has mantenido relaciones coitales (si ha sido con varias)*

- *Estilo de apego alejado:*

	Suma de Cuadrados	gl.	Media Cuadrática	F.	Sig.
Iter - grupos	40,894	3	13,631	7,700	,000
Intra - grupos	100,909	57	1,770		
Total	141,803	60			

Tabla 28. *Análisis de la diferencia entre las medias del estilo de apego adulto alejado y de la variable número de personas con las que has mantenido relaciones coitales (si ha sido con varias)*

En el análisis realizado podemos observar que tanto en el estilo de apego seguro como en el estilo de apego alejado, su significación es menor de 0,05, concretamente poseen una significación de 0,002 y 0,000 respectivamente. Por lo tanto, ambos estilos de apego influyen en el número de personas con las que se mantienen relaciones coitales (a un nivel de confianza del 95%).

No sucede lo mismo con los estilos de apego temeroso y preocupado, cuya significación es de 0,453 y 0,210 respectivamente. Por lo tanto, los estilos de apego temeroso y preocupado no influyen en el número de personas con las que se mantienen relaciones coitales (a un nivel de confianza del 95%).

2.3. *Estudio de las diferencias según sexo en el estilo de apego adulto*

A través de la realización de la prueba T examinaremos si existen diferencias entre mujeres y hombres respecto al estilo de apego adulto.

	HOMBRES		MUJERES		t	p
	Media	Desviación Típica	Media	Desviación Típica		
Estilo de apego SEGURO	7,68	1,492	6,33	1,630	4,015	0,000
Estilo de apego TEMEROSO	2,38	1,231	3,43	2,977	-1,957	0,053
Estilo de apego PREOCUPADO	2,29	2,493	4,54	2,787	-3,925	0,000
Estilo de apego ALEJADO	3,12	3,189	2,29	2,254	1,494	0,138

Tabla 29. Análisis de la diferencia según sexo en los estilos de apego adulto

En la tabla 29 observamos que la significación de los estilos de apego seguro y preocupado (con un valor de 0,000 en ambos casos) es menor de 0,05, por lo tanto se rechaza la hipótesis nula y podemos afirmar que hay diferencias significativas entre mujeres y hombres en estos dos tipos de apego adulto (a un nivel de confianza del 95%).

En relación al valor de la significación del estilo de apego temeroso ($p= 0,053$), observamos que es levemente superior a 0,05, por lo que, aunque no muy marcadas, también existirían diferencias significativas entre hombres y mujeres en relación a este estilo de apego (a un nivel de confianza del 95%).

No ocurre lo mismo en el caso del estilo de apego alejado, cuya significación es de 0,138, claramente superior a 0,05, por lo cual, podemos afirmar que no existen diferencias significativas entre mujeres y hombres en este estilo de apego (a un nivel de confianza del 95%).

2.4. *Estudio de las diferencias según sexo en el estilo de apego en la infancia*

A continuación, a través de la realización de la prueba T, examinaremos si existen diferencias entre mujeres y hombres respecto a la relación establecida con el cuidador principal durante la infancia. Los datos obtenidos han sido plasmados en la siguiente tabla.

La columna situada más a la izquierda se corresponde con los ítems que miden la relación establecida entre la muestra y su cuidador principal durante la infancia. Ésta ha sido evaluada individualmente en sus dos apariencias: relación cálida-distante, autonomía-control. El análisis lo hemos realizado diferenciando estas dos apariencias siendo las celdas de color azul las correspondientes al tipo de relación cálida-distante y las celdas de color naranja al tipo de relación autonomía-control.

“MI CUIDADOR PRINCIPAL...”	HOMBRES		MUJERES		t	p
	Media	Desviación Típica	Media	Desviación Típica		
“Me hablaba con voz cálida (cariñosa) y amigable”	3,71	0,461	3,26	0,771	3,111	0,002
“No me ayudó tanto como yo necesitaba”	1,21	0,410	1,62	0,890	-2,578	0,011
“Era (parecía) emocionalmente frío conmigo”	1,12	0,327	1,39	0,721	-2,122	1,036
“Parecía comprender mis problemas y preocupaciones”	3,59	0,500	2,77	0,837	5,213	0,000
“Disfrutaba hablando de cosas conmigo”	3,38	0,493	2,71	1,019	3,616	0,000
“Me sonreía con frecuencia”	3,71	0,462	3,18	0,821	3,445	0,001
“Me hacía sentir que yo no era deseado/a”	1,12	0,327	1,73	1,089	-3,184	0,002
“Conseguía hacerme sentir mejor cuando estaba desanimado/a”	3,26	0,828	2,95	0,902	1,674	0,097
“No me alababa o elogiaba”	1,59	0,821	1,68	0,612	-0,643	0,522
“Me dejaba hacer las cosas que a mí me gustaba hacer”	2,85	0,857	2,67	0,730	1,138	1,258
“Le gustaba que tomase mis propias decisiones”	2,82	1,029	3,27	0,692	-2,592	0,011
“No deseaba que yo me hiciera mayor”	1,97	0,797	1,77	0,856	1,121	0,265
“Invadía mi intimidad (mi vida privada)”	1,47	0,507	1,53	0,661	-0,461	0,646
“Me trataba como si fuera un/a niño/a”	2,24	0,431	1,86	0,699	2,831	0,006
“Intentaba hacerme dependiente de ella”	1,41	0,500	1,37	0,576	1,398	0,691
“Me daba tanta libertad como yo quería”	2,82	0,673	2,52	0,808	1,908	0,059
“Era sobreprotectora conmigo”	1,65	0,485	1,77	0,627	-1,020	0,310

Tabla 30. Análisis de la diferencia según sexo en la relación establecida con el cuidador principal (afecto/control)

Comenzaremos analizando las diferencias existentes entre mujeres y hombres respecto a la *relación cálida-distante* establecida en sus primeros años de vida con el cuidador principal. Observamos que los ítems “era (parecía) emocionalmente frío

conmigo”, “conseguía hacerme sentir mejor cuando estaba desanimado/a” y “no me alababa o elogiaba”, tienen una significación superior a 0,05 (1,036, 0,097 y 0,522 respectivamente) por lo que podemos afirmar que no existen diferencias significativas entre mujeres y hombres respecto a los tres ítems anteriormente señalados (a un nivel de confianza del 95%).

Sin embargo, en el resto de los ítems conducentes a evaluar el afecto existente entre la muestra y su cuidador principal (“me hablaba con voz cálida (cariñosa) y amigable”, “no me ayudó tanto como yo necesitaba”, “parecía comprender mis problemas y preocupaciones, “disfrutaba hablando de cosas conmigo”, “me sonreía con frecuencia” y “me hacía sentir que yo no era deseado/a”) observamos que la significación es menor de 0.05, por lo tanto existen diferencias significativas entre ambos sexos en relación a los ítems anteriormente mencionados (a un nivel de confianza del 95%).

A continuación pasamos a analizar los resultados relativos a la relación entre la muestra y su figura de apego durante la infancia basada en la *autonomía-control*. En este caso, únicamente los ítems “le gustaba que tomase mis propias decisiones” y “me trataba como si fuera un/a niño/a” poseen un significación con valor inferior a 0.05, por lo tanto son los únicos en los que existen diferencias significativas entre mujeres y hombres (a un nivel de confianza del 95%). En el resto de los ítems conducentes a evaluar la autonomía o el control proporcionado por la figura de apego en la infancia no presentan diferencias en relación al sexo.

CONCLUSIONES

En éste último apartado recogemos lo que ha supuesto la realización de este trabajo de investigación en relación a la comprensión de los estilos de apego, tanto su creación como su futura influencia en el tipo y calidad de relaciones amorosas y sexuales que se establezcan.

Como hemos visto durante todo el trabajo, hay personas que tienen éxito en las relaciones sociales, hacen amigos con facilidad, suelen agradar a los demás y se sienten cómodos con la intimidad. Otras desean mantener relaciones, pero al mismo tiempo temen el sufrimiento que podría acarrearles si los demás les fallan, les hieren o les rechazan. Hay también quienes no pueden vivir sin ellas, no saben manejar ni gestionar su soledad, exageran sus necesidades y emociones, y cuando están implicados en una relación, dan vueltas y más vueltas a cuanto sucede en ellas, insatisfechos con lo que reciben, porque sus requerimientos y demandas son excesivos, y actúan demasiado preocupados por agradar a los demás. También existen personas que se revisten de una coraza de autosuficiencia hasta el punto de ser incapaces de pedir ayuda por mucho que lo necesiten, y al mismo tiempo no desean ofrecerla, son personas que reprimen sus sentimientos y a las que incomoda la intimidad, personas que no solo toleran, sino que se complacen en su soledad.

Por toda esta variedad de personas, personalidades, actitudes, modos de afrontar una misma situación, modos de amar, y en definitiva, maneras de vivir, es por lo que decidimos emprender este interesante estudio.

Los resultados presentados en apartados anteriores coinciden, en su mayoría, con las hipótesis planteadas al comienzo del estudio y con las investigaciones realizadas sobre la teoría del apego, las cuales han sido comentadas en el marco teórico de este trabajo.

De las nueve hipótesis planteadas, seis de ellas se cumplen, en concreto las que suponen que: los hombres tienden a mantener relaciones de pareja de tipo esporádico a diferencia de las mujeres que se decantan más por las relaciones estables; los hombres están más dispuestos a mantener relaciones coitales que las mujeres; los hombres están más relacionados con el estilo de apego seguro, a diferencia de las mujeres que tienden a poseer estilos de apego más dependientes.

Según los datos obtenidos a través de la muestra estudiada, las hipótesis restantes, un total de tres, no se han cumplido, concretamente las hipótesis que esperaban que: el estilo de apego seguro estuviera asociado a un menor número de parejas, a un menor número de relaciones coitales y al tipo de relación esporádica, y por lo tanto, que el estilo de apego preocupado estuviese relacionado con un mayor número de parejas, un mayor número de relaciones coitales y con el tipo de relación estable; y por último, la hipótesis que suponía que el hombre tiene una mejor opinión sobre el ser humano que la mujer.

Queremos recordar, ante todo, la importancia de la historia de apego. El tipo de relación que establecen niños y niñas con sus cuidadores principales, que en situaciones normales suelen ser los progenitores (o uno de ellos), va a condicionar su forma de relacionarse con los demás. Por lo tanto, esta forma de relación aprendida y normalizada es la que estos niños, y en un futuro adolescentes y adultos, aplicarán en sus futuras relaciones de amistad, amorosas e incluso sexuales. Por ello creemos importante el estudio de la historia de apego para que, a través de sus conclusiones, obtengamos pautas que nos ayuden a crear personalidades seguras, empáticas e independientes, y de algún modo, prevenir problemáticas como la dependencia afectiva o la violencia de género.

Respecto a los objetivos orientados a analizar desde la perspectiva de género los datos obtenidos en el estudio, podemos decir que, en relación a las primeras hipótesis, como se advirtió, los hombres tienden a establecer relaciones de pareja de tipo esporádico mientras que las mujeres, por el contrario, se decantan por las relaciones más estables.

Ligadas al argumento anterior encontramos las siguientes hipótesis, según las cuales se sospechaba que los varones están más dispuestos a mantener relaciones coitales que las mujeres, las cuales por el contrario, están menos motivadas. Nuevamente se cumplen las hipótesis planteadas. Los resultados obtenidos pueden estar de nuevo en relación con el comportamiento, esperado por la sociedad, de la mujer en torno al sexo.

En cuanto a la séptima y octava hipótesis planteada, los resultados indican que, aunque la mayor parte de la muestra presenta un tipo de apego seguro, como se creía, los hombres son los que más tienden a poseer este estilo de apego. Las mujeres por el contrario, ostentan estilos de apego más inseguros y por lo tanto, más dependientes. Por ello, las mujeres serán más inseguras y dependientes que los hombres. Quizá la razón de estos resultados provenga también de las desigualdades de género con las que se han encontrado históricamente las mujeres. Al género femenino se le atribuyen características como la dependencia, la sumisión y la debilidad. Esto ha generado en la personalidad femenina rasgos dependientes que quedan reflejados en el estilo de apego preocupado como explicamos en el marco teórico de este trabajo.

Respecto a la última hipótesis planteada en esta investigación (los hombres tendrán una mejor opinión sobre el ser humano que las mujeres), cabía esperar que los resultados hicieran que se cumpliera esta hipótesis, ya que suponíamos que, al haberse encontrado las mujeres con múltiples obstáculos en su libertad a lo largo de la historia, y aún en la actualidad seguir soportando las desigualdades de género existentes, éstas tendrían una peor opinión sobre la actitud del ser humano. Pero esto no fue así. Son ellas las que opinan que el ser humano posee un elevado grado de bondad, a diferencia de los hombres que no confían tanto en sus iguales.

Las hipótesis relacionadas con el número de parejas, el número de relaciones coitales y el tipo de relación establecida, no coinciden con los resultados obtenidos, por lo que esas dos hipótesis no se cumplen. Parece ser que las personas con estilo de apego seguro tienen un mayor número de parejas, han mantenido relaciones coitales con más personas

y tienden a mantener relaciones de pareja de tipo estable a diferencia de las personas con estilo de apego preocupado, es decir, personas inseguras y con un nivel bajo de autoestima.

Finalmente nos gustaría recordar que, el primero y uno de los principales elementos socializadores de niños y niñas es la familia. Por eso es desde ahí dónde se debe cuidar la infancia creando personalidades sanas para evitar problemas futuros. Se debe educar a los niños en la búsqueda tanto de su propio bienestar como el de los demás, porque ambos están indefectiblemente relacionados. Sabemos por ejemplo, que si no nos queremos a nosotros mismos nos es mucho más difícil abrirnos a los demás.

El ser humano es un ser social que necesita resolver sus carencias biofisiológicas, mentales y afectivo-sociales para poder alcanzar un grado razonable de bienestar personal y social. El ser humano necesita interpretar el mundo, la historia y el sentido de la vida de forma que, finalmente, sepa que el mundo es un lugar acogedor. Esta interpretación dependerá en gran medida del tipo e intensidad de vinculación afectiva establecida entre el niño y su figura de apego durante la infancia. Por eso, para la creación de personalidades sanas, se necesita establecer vinculaciones afectivas incondicionales y duraderas, así como disponer de una red de relaciones sociales y de contacto físico placentero como el deseo, la atracción y el enamoramiento.

Éste estilo de socialización de niños y niñas durante los primeros años de vida, les hará menos vulnerables a los riesgos sociales y más capaces de resolver sus propios problemas futuros para alcanzar así el bienestar personal y social. Por lo tanto este bienestar no se encuentra en el hostigamiento de los demás sino en resolver con ellos nuestras necesidades de contacto, relación y vinculación.

Como ya sabemos, para la eliminación de la discriminación por género es necesaria una educación basada en la igualdad a lo largo de todo el proceso de socialización. Si como señalábamos en el marco teórico, una de las principales funciones de las figuras de apego es la socialización de los niños y niñas, ya que son ellas las que les instruyen continuamente de manera formal e informal, les obligan a comportarse de una

determinada manera, hacen lo posible para que interioricen sus valores y son sus modelos de referencia más significativos; serán por lo tanto estas figuras de apego las que deben educar, desde incluso antes del nacimiento, en igualdad a niñas y niños, y en un futuro, mujeres y hombres.

Finalmente nos gustaría reconocer la importancia de incluir la perspectiva de género en las futuras investigaciones. Y no sólo en aquellas que ostentan el género como temática sino en todos los trabajos de investigación de todas las áreas de conocimiento, desde las ciencias de la salud hasta la historia, y desde la política hasta la ingeniería. Estos estudios de género tendrán como consecuencia grandes repercusiones y avances en los diversos ámbitos de la vida.

Nos gustaría finalizar este trabajo enfatizando la importancia e influencia que posee el estilo de relación afectiva creada entre el niño y su figura de apego durante los primeros años de vida, así como la actual preocupación por parte de la sociedad a cerca de la mala socialización de los niños y de la normalización de esta situación. Por eso, creemos necesaria la creación de programas preventivos que ayuden a niños y adolescentes a tener los recursos adecuados para afrontar la vida y, más en concreto, las relaciones sociales y emocionales que, cuando se resuelven de forma adecuada, son los que más contribuyen a su bienestar y al de los demás.

Para concluir este trabajo queremos señalar de nuevo que, al ser la historia familiar y, aún más, la sexualidad, temas sobre los que la población aún no es capaz de hablar abiertamente, han existido durante el proceso de investigación importantes dificultades en la recopilación de datos, y por consiguiente, en la validez externa de los resultados y en la generalización de los mismos. Son muchas las cuestiones que quedan por resolver acerca del apego y su influencia sobre las relaciones amorosas y sexuales, por eso consideramos importante la creación de nuevas líneas de investigación en torno a esta temática, para que contribuyan al avance del conocimiento acerca del origen y desarrollo de las diferentes formas de relación afectiva y sexual.

BIBLIOGRAFÍA

- BARBERÁ, E., *Psicología del género*, Barcelona, 1998.
- BARTHOLOMEW, K. & HOROWITZ, L., “Attachment styles among Young adults: A test of a four-category model”, *Journal of Personality and Social Psychology*, núm. 61, 1991, pps. 226-245.
- BARTHOLOMEW, K., “Adult attachment processes: Individual and couple perspectives”, *British Journal of Personal Relationship*, núm. 30 (2), 1997, pps. 249-263.
- BARUDY, J. & DANTAGNAN, M., *Los buenos tratos a la infancia: parentalidad, apego y resiliencia*, Barcelona 2005.
- BLEICHMAR, H., “Del apego al deseo de intimidad”, *Aperturas psicoanalíticas*, 1999.
- BOWLBY, J., *Attachment and Loss (vol. I)*, Londres, 1969.
- BOWLBY, J., *Attachment and Loss (vol. II)*, New York, 1973.
- BOWLBY, J., *The making and breaking of affectional bonds*, Londres, 1979, pág. 79.
- BOWLBY, J., *Los cuidados maternos y la salud mental*, Buenos Aires, 1982.
- BOWLBY, J., *Cuidado maternal y amor*, México, 1972.
- CANTÓN, J. y CORTÉS, M.R., *El apego del niño a sus cuidadores*, Madrid, 2000.
- CASTELLÓ, J., *Dependencia emocional: características y tratamiento*, Madrid, 2005.
- ETXEARRIA, I., “Sentimientos de culpa y problemática del cambio de valores en la mujer”, *Revista de Psicología General y Aplicada*, núm. 45 (1), 1992, pps. 91-101.

- FUERTES, A., “*La naturaleza del deseo sexual y sus problemas: Implicaciones terapéuticas*”, *Cuadernos de Medicina Psicosomática*, núm. 33, 1995.
- GÓMEZ, J., “*Apego y comportamiento sexual en la adolescencia, en relación con la disposición a asumir riesgos asociados a la experiencia erótica*”, *Infancia y Aprendizaje*, núm. 28 (3), 2005, pps. 293-308.
- GÓMEZ, J., *Apego y sexualidad: entre el vínculo afectivo y el deseo sexual*, Madrid, 2009.
- GONZÁLEZ, E., *Represión sexual, dominación social*, Madrid, 1976.
- HAZAN, C. & SHAVERT, P., “*Romantic love conceptualized as an attachment process*”, *Journal of Personality and Social Psychology*, núm. 52, 1987, pps. 511-524.
- HOLMES, J., *Teoría del apego y psicoterapia: en busca de la base segura*, Bilbao, 2009.
- LAFUENTE, M. J. y CANTERO, M. J., *Vinculaciones afectivas: apego, amistad y amor*, Madrid, 2010.
- LÓPEZ, F., GÓMEZ, J., APODACA, P., DELGADO, M. y MARCOS, C. (eds.), “*Historia familiar y de apego, estilo educativo, empatía y estilo de apego actual, como mediadores del grado de satisfacción en las relaciones generales, afectivas y sexuales de la pareja*”, *Cuadernos de Medicina Psicosomática*, núms. 28/29, 1994, pps. 19-34.
- LÓPEZ, F.; I. ETXEBARRIA, M.J. FUENTES y ORTIZ, M.J. (eds.), *Desarrollo afectivo y social*, Madrid, 1999.
- LÓPEZ, F., *Diferencias de género en la conducta sexual*, Madrid, 2004.
- LÓPEZ, F., CARPINTERO, E., DEL CAMPO, A., LÁZARO, S., y SORIANO, S. (eds.), *El bienestar personal y social y la prevención del malestar y la violencia*, Madrid, 2006.

LÓPEZ, F., *Amores y desamores: Procesos de vinculación y desvinculación sexuales y afectivos*, Madrid, 2009.

MARINA, J. A., *El rompecabezas de la sexualidad*, Madrid, 2000.

ORTIZ, M. J. y YÁRNOZ, S., *Teoría del apego y relaciones afectiva*,. Bilbao, 1993.

PALACIOS, J., *Desarrollo del yo*, Madrid, 1999.

REGAN, P. C.; ATKINS, L., “*Sex Differences and Similarities in Frequency and Intensity of Sexual Desire*”, *Social Behaviour and Personality*, núm. 34 (1), 2006, pps. 95-1002.

SROUFE, L. A., *Emotional Development: The organization of Emotional Life in the Early Years*, New York: Cambridge University Press, 1996.

WOOD, J. M., KOCH, P. & MANSFIELD, Ph. K., “*Sexual Desire: A Feminist Critique*”, *The Journal of Sexual Research*, núm. 43, 2006, pps. 236-244.

ANEXOS

ANEXO 1: CUESTIONARIOS

CUESTIONARIO 1:

Estos cuestionarios son parte de una investigación bajo la dirección del profesor Félix López, catedrático de Psicología en la Universidad de Salamanca. Queremos que nos ayudes a conocer determinados aspectos de la infancia y la vida adulta. Las respuestas son ANÓNIMAS, por eso no te preguntamos nombre y dirección, y los datos serán tratados con toda confidencialidad. ¡Gracias por la colaboración!

Por favor marcar con una cruz la respuesta adecuada.

1. Edad :

2. Sexo

- a) Hombre... b) Mujer....

3. Nivel cultural

- a) Sin graduado escolar b) Con graduado escolar c) Grado medio
d) Bachillerato e) Grado superior f) Título universitario

4. Actividad

- a) Estudiante b) Trabajador autónomo c) Trabajador asalariado
d) Ama de casa e) Parado

5. Relaciones con la familia de origen (padres y hermanos)

- | | | | | |
|------------|-----------------|-----------|----------------|-----------|
| Muy buenas | Bastante buenas | Regulares | Bastante Malas | Muy Malas |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

6. Tiene pareja en la actualidad.

- a) Sí b) No

7. Tipo de pareja

- a) Estable b) Esporádica

8. Número de parejas que has tenido durante más de seis meses :

9. Conductas sexuales que ha llegado a tener:

- a) Sin conductas sexuales b) Caricias sexuales sin incluir genitales.
c) Caricias sexuales incluyendo los genitales.
d) Coitales con una persona e) Coitales con varias personas (no simultáneamente)

10. Si ha tenido relaciones coitales con varias personas, ¿con cuantas ha sido? (Indicar número):

11. En general, con mis amigos o amigas tengo una relación de amistad:

Muy buenas	Bastante buenas	Regulares	Bastante Malas	Muy Malas
1	2	3	4	5

12. En general, de los seres humanos tengo una opinión (sobre la confianza que merecen, su grado de bondad o maldad, etc.):

Muy buenas	Bastante buenas	Regulares	Bastante Malas	Muy Malas
1	2	3	4	5

13. En general, con las parejas que he tenido (si han sido varias) las relaciones han sido.

Muy buenas	Bastante buenas	Regulares	Bastante Malas	Muy Malas
1	2	3	4	5

14. En general, con la pareja actual (si tengo pareja desde al menos 6 meses) las relaciones que tengo son:

Muy buenas	Bastante buenas	Regulares	Bastante Malas	Muy Malas
1	2	3	4	5

CUESTIONARIO 2:

Referido a mis primeros 16 años de vida, puntuar la relación que tuve con mi cuidador principal de 1 a 4 puntos, siendo:

1	2	3	4
Siempre o casi siempre	Bastantes veces	Algunas veces	Nunca o casi nunca

“Mi cuidador principal...”:

1. Me hablaba con voz cálida (cariñosa) y amigable ----- 1 2 3 4
2. No me ayudó tanto como yo necesitaba ----- 1 2 3 4
3. Me dejaba hacer las cosas que a mí me gustaba hacer ----- 1 2 3 4
4. Era (parecía) emocionalmente frío conmigo ----- 1 2 3 4
5. Parecía comprender mis problemas y preocupaciones ----- 1 2 3 4
6. Era afectuoso conmigo ----- 1 2 3 4
7. Le gustaba que tomase mis propias decisiones ----- 1 2 3 4
8. No deseaba que yo me hiciera mayor ----- 1 2 3 4
9. Intentaba controlar todo lo que yo hacía ----- 1 2 3 4
10. Invadía mi intimidad (mi vida privada) ----- 1 2 3 4
11. Disfrutaba hablando de cosas conmigo ----- 1 2 3 4
12. Me sonreía con frecuencia ----- 1 2 3 4
13. Me trataba como si fuera un/a niño/a ----- 1 2 3 4
14. Parecía que no comprendía lo que yo necesitaba o quería ----- 1 2 3 4
15. Me dejaba decidir cosas por mí mismo/a ----- 1 2 3 4
16. Me hacía sentir que yo no era deseado/a ----- 1 2 3 4
17. Conseguía hacerme sentir mejor cuando estaba desanimado/a ----- 1 2 3 4
18. No hablaba mucho conmigo ----- 1 2 3 4
19. Intentaba hacerme dependiente de él ----- 1 2 3 4

- 20.** Creía que yo no podía cuidar de mí mismo/a si él no estaba a mi lado -- 1 2 3 4
- 21.** Me daba tanta libertad como yo quería ----- 1 2 3 4
- 22.** Me dejaba salir tantas veces como yo quería ----- 1 2 3 4
- 23.** Era sobreprotector conmigo ----- 1 2 3 4
- 24.** No me alababa o elogiaba ----- 1 2 3 4
- 25.** Me dejaba vestirme como yo quería ----- 1 2 3 4

CUESTIONARIO 3:

Indicar cuál de los siguientes tres párrafos describe mejor su manera de funcionar en la relaciones interpersonales íntimas. Para ellos puntúe de 0 a 10 cada uno de ellos.

1. Me resulta fácil sentirme emocionalmente cercano a otros. Me siento cómodo sabiendo que puedo contar con su ayuda y que ellos pueden contar con la mía. No me preocupa estar sólo o que otras personas no me acepten.

Este párrafo me describe:

Muy bien	Bastante bien	Regular	Mal	Muy mal						
10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0

2. Me siento incómodo intimando con los demás. Quiero tener relaciones emocionales íntimas, pero encuentro difícil confiar completamente en los demás y no me siento bien si los necesito. Me preocupa que pueda salir herido si me permito intimar demasiado con los demás.

Este párrafo me describe:

Muy bien	Bastante bien	Regular	Mal	Muy mal						
10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0

3. Quiero estar muy implicado emocionalmente con los demás pero, a menudo, encuentro que los otros no están dispuestos a estar tan cerca de mí como me gustaría. Me siento incómodo sin tener relaciones íntimas, pero a veces me preocupa que los demás no me valoren tanto como yo los valoro.

Este párrafo me describe:

Muy bien	Bastante bien	Regular	Mal	Muy mal						
10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0

-
4. Me siento bien sin relaciones íntimas. Para mí es muy importante sentirme independiente y autosuficiente, y prefiero no tener que contar con los demás ni que ellos tengan que contar conmigo.

Este párrafo me describe:

Muy bien	Bastante bien	Regular	Mal	Muy mal						
10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0

ANEXO 2: ÍNDICE DE FIGURAS, GRÁFICOS Y TABLAS

FIGURAS

Figura 1. *El apego en el sistema familiar*

Figura 2. *Estilos de apego según Bartholomew*

Figura 3. *Estrategias de apego*

Figura 4. *Continuo de la vinculación*

Figura 5. *Conexión entre los tres afectos sexuales*

GRÁFICOS Y TABLAS

Gráfico 0. *Sexo de la muestra*

Tabla 1. *Edad de la muestra*

Gráfico 1. *Distribución de la muestra cruzando edad y sexo*

Tabla 2. *Nivel de cultural de la muestra*

Gráfico 2. *Distribución de la muestra cruzando nivel cultural y sexo*

Tabla 3. *Actividad de la muestra*

Gráfico 3. *Distribución de la muestra cruzando actividad y sexo*

Tabla 4. *Pareja en la actualidad de la muestra*

Gráfico 4. *Distribución de la muestra cruzando pareja en la actualidad y sexo*

Tabla 5. *Tipo de pareja de la muestra*

Gráfico 5. *Distribución de la muestra cruzando tipo de pareja y sexo*

Tabla 6. *Número de parejas (de duración superior a seis meses) de la muestra*

Gráfico 6. *Distribución de la muestra cruzando número de parejas (con una duración mayor a seis meses) y sexo*

Tabla 7. *Conductas sexuales alcanzadas por la muestra*

Gráfico 7. *Distribución de la muestra cruzando conductas sexuales alcanzadas y sexo*

Tabla 8. *Número de personas con las que la muestra ha mantenido relaciones sexuales (si han sido varias)*

Gráfico 8. *Distribución de la muestra cruzando número de personas con las que la muestra ha mantenido relaciones sexuales (si han sido varias) y sexo*

Tabla 9. *Estilo de apego actual de la muestra*

Gráfico 9. *Análisis del estilo de apego actual atendiendo a la media aritmética*

Tabla 10. *Distribución de la muestra cruzando estilo de apego actual seguro y sexo*

Gráfico 11. *Distribución de la muestra cruzando estilo de apego actual temeroso y sexo*

Tabla 12. *Distribución de la muestra cruzando estilo de apego actual preocupado y sexo*

Gráfico 13. *Distribución de la muestra cruzando estilo de apego actual alejado y sexo*

Tabla 14.1. *Distribución de la muestra cruzando ítem “mi cuidador principal me hablaba con voz cálida (cariñosa) y amigable”. y sexo*

Gráfico 14.2. *Distribución de la muestra cruzando ítem “mi cuidador principal no me ayudó tanto como yo necesitaba” y sexo*

Gráfico 14.3. *Distribución de la muestra cruzando ítem “mi cuidador principal era (parecía) emocionalmente frío conmigo” y sexo*

Gráfico 14.4. *Distribución de la muestra cruzando ítem “mi cuidador principal era afectuoso conmigo” y sexo*

Gráfico 14.5. *Distribución de la muestra cruzando ítem “mi cuidador principal disfrutaba hablando de cosas conmigo” y sexo*

Gráfico 14.6. *Distribución de la muestra cruzando ítem “mi cuidador principal me sonreía con frecuencia” y sexo*

Gráfico 14.7. *Distribución de la muestra cruzando ítem “mi cuidador principal me hacía sentir que yo era deseado” y sexo*

Tabla 14.8. *Distribución de la muestra cruzando ítem “mi cuidador principal conseguía hacerme sentirme mejor cuando estaba desanimado/a” y sexo*

Tabla 14.9. *Distribución de la muestra cruzando ítem “mi cuidador principal no me alababa o elogiaba” y sexo*

Tabla 15.1. *Distribución de la muestra cruzando ítem “mi cuidador principal me dejaba hacer las cosas que a mí me gustaba hacer” y sexo*

Tabla 15.2. *Distribución de la muestra cruzando ítem “a mi cuidador principal le gustaba que tomase mis propias decisiones” y sexo*

Tabla 15.3. *Distribución de la muestra cruzando ítem “mi cuidador principal no deseaba que yo me hiciera mayor” y sexo*

Tabla 15.4. *Distribución de la muestra cruzando ítem “mi cuidador principal invadía mi intimidad (mi vida privada)” y sexo*

Tabla 15.5. *Distribución de la muestra cruzando ítem “mi cuidador principal invadía me trataba como si fuera un/a niño/a” y sexo*

Tabla 15.6. *Distribución de la muestra cruzando ítem “mi cuidador principal intentaba hacerme dependiente de él” y sexo*

Gráfico 15.7. *Distribución de la muestra cruzando ítem “mi cuidador principal me daba tanta libertad como yo quería” y sexo*

Tabla 15.8. *Distribución de la muestra cruzando ítem “mi cuidador principal era sobreprotector conmigo” y sexo*

Tabla 16. *Distribución de la muestra cruzando variable “relación con la familia de origen (padres y hermanos)” y sexo*

Tabla 17. *Distribución de la muestra cruzando variable “relación de amistad con amigos/as” y sexo*

Gráfico 18. *Distribución de la muestra cruzando variable “opinión sobre el ser humano” y sexo*

Gráfico 19. *Distribución de la muestra cruzando variable “calidad de la relación con las anteriores parejas (si han sido varias)” y sexo*

Tabla 20. *Distribución de la muestra cruzando variable “relación con la pareja si llevas al menos seis meses” y sexo*

Tabla 21. *Análisis de la diferencia entre las medias del estilo de apego adulto seguro y de la variable número de parejas (con una duración mayor a seis meses)*

Tabla 22. *Análisis de la diferencia entre las medias del estilo de apego adulto temeroso y de la variable número de parejas (con una duración mayor a seis meses)*

Tabla 23. *Análisis de la diferencia entre las medias del estilo de apego adulto preocupado y de la variable número de parejas (con una duración mayor a seis meses)*

Tabla 24. *Análisis de la diferencia entre las medias del estilo de apego adulto alejado y de la variable número de parejas (con una duración mayor a seis meses)*

Tabla 25. *Análisis de la diferencia entre las medias del estilo de apego adulto seguro y de la variable número de personas con las que has mantenido relaciones coitales (si ha sido con varias)*

Tabla 26. *Análisis de la diferencia entre las medias del estilo de apego adulto temeroso y de la variable número de personas con las que has mantenido relaciones coitales (si ha sido con varias)*

Tabla 27. *Análisis de la diferencia entre las medias del estilo de apego adulto preocupado y de la variable número de personas con las que has mantenido relaciones coitales (si ha sido con varias)*

Tabla 28. *Análisis de la diferencia entre las medias del estilo de apego adulto alejado y de la variable número de personas con las que has mantenido relaciones coitales (si ha sido con varias)*

Tabla 29. *Análisis de la diferencia según sexo en los estilos de apego adulto*

Tabla30. *Análisis de la diferencia según sexo en la relación establecida con el cuidador principal (afecto/control)*

