

Estilos de apego en la relación de pareja y niveles del bienestar psicológico en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima

Patricia Matos¹

Resumen

El presente trabajo titulado: Estilos de apego en la relación de pareja y niveles del bienestar psicológico en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, es un estudio de tipo descriptivo comparativo, el cual busca evaluar los estilos de apego y bienestar psicológico, comparando sus niveles entre las carreras profesionales que cursan los estudiantes universitarios, cuya muestra estuvo conformada por 1179 alumnos. Es así como se encontró que los estilos de apego románticos, temeroso evitativo, ansioso y seguro, tienden sus niveles bajo, medio y alto a distribuirse de forma similar en cada uno de éstos, predominando el nivel alto en el estilo de apego temeroso evitativo y el nivel bajo en el estilo de apego seguro; correspondiente al bienestar psicológico se encontró que el nivel alto es el predomina en casi todos los estudiantes universitarios, encontrándose solo una diferencia apreciable en el nivel de bienestar psicológico de la carrera de arquitectura, en el cual predomina el nivel bajo con un 31.79%, frente a un nivel alto con un 20.53%; comparado con otras carreras, que fue predominante el nivel alto.

Palabras clave: estilos de apego, bienestar psicológico, estudiante universitario.

Abstract

The present work is titled: Styles of attachment in relationships and levels of psychological well-being in students of a private university in Lima, it is a descriptive comparative study, which seeks to evaluate the styles of attachment and psychological well-being, comparing their Levels among the professional careers of the students, whose sample is made up of 1179 students. As a result of this study, it was found that these kind of styles: Romantic attachment, evasive fearful, anxiety and self-confidence, tend to have a similar distribution in each one of the following levels: low, medium and high, predominating the high level in the evasive fearful attachment style and the low level in self-confidence attachment style. Regarding the psychological well-being, the research find out that the high level is predominant in almost all the university students, finding out just one significant difference in the level of psychological well-being of the architecture career, in which the low level predominates with 31.79% in contrast of the high level of the rest careers which is 20.53%.

Keywords: attachment styles, Psychological well-being, college student

¹ Licenciada en Psicología, Vicerrectorado de Investigación, Universidad Ricardo Palma, pmatos@urp.edu.pe

INTRODUCCIÓN

Planteamiento del problema

El apego es un concepto desarrollado por Bowlby en 1969 (Casullo, 2005), el cual está referido a la calidad del vínculo primario entre el niño y su cuidador, las características de este vínculo se dice determinarán las relaciones posteriores del individuo, principalmente las que se refieren a las relaciones afectivas interpersonales como son o las futuras relaciones de pareja.

De otro lado, las relaciones de pareja son importantes no solo a nivel personal sino también a nivel familiar, y social; constituir el inicio de una unión que signifique lograr una descendencia, significa relaciones significativas de por vida para los miembros involucrados, padres e hijos; sin embargo, aquellos individuos que tengan problemas en sus vínculos de apego primarios, es decir con sus cuidadores (madre, padre), trasladarán los problemas, conflictos de estos vínculos a las nuevas relaciones de pareja que formen; por ello no es de sorprender que aquellos jóvenes que provienen de familias conflictivas, con problemas de comunicación, violencia, establezcan o formen sus nuevas familias con características similares.

Es así como, hijos que provienen de familias conflictivas, con problemas en sus vínculos de apego, desarrollarán problemas psicológicos vinculados con sus habilidades sociales, estrategias de afrontamiento al estrés, solución de problemas, manejo de situaciones conflictivas, predominancia de estados emocionales negativos como la ansiedad y la tristeza; constituyendo esto un problema para la salud mental de la población; siendo altamente probable que esto signifique atender a un grupo de personas con necesidades especiales para la atención en problemas psicosociales que esto desencadena, siendo las más relevantes, la drogadicción, delincuencia, pandillaje, problemas de rendimiento escolar, problemas psicopatológicos, suicidios, etc.

Asimismo, el bienestar psicológico es una valoración subjetiva y cognitiva, cuya apreciación sirve para la adopción de comportamientos, actitudes, establecimientos de objetivos, metas futuras; una población joven adulta como los estudiantes universitarios con un bajo nivel en la percepción de su bienestar psicológico, es una población con problemas en su estado emocional, una percepción negativa sobre el establecimiento y cumplimiento de sus metas, objetivos, personales, profesionales, laborales, por ello conocer esta valoración sirve para poder realizar los cambios, acciones pertinentes que permita tener ciudadanos proactivos, que dejen de lado la parsimonia, el conformismo; buscando propiciar así, una adecuada autoestima, autoconcepto, manejo de situaciones estresantes, muestra seguridad en la toma de decisiones y puede hacer una valoración crítica y positiva de sí mismo y su entorno social, laboral, contribuyendo ello a un crecimiento continuo.

Por lo expuesto, se plantea la siguiente interrogante de estudio: ¿Cuáles son los estilos de apego en la relación de pareja y cual es el nivel de bienestar psicológico en los estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima?

Importancia

La presente investigación es significativa porque permitirá conocer los estilos de apego en estudiantes universitarios, los cuales determinarán las futuras relaciones de pareja, las familias que constituirán las próximas generaciones; asimismo, desde una perspectiva de la salud mental, al ser la familia el núcleo en donde se desarrolla nuevos ciudadanos; se podrá elaborar estrategias para mejorar los estilos, métodos de crianza y prever para nuestra sociedad la formación de ciudadanos libres de maltrato psicológico, maltrato físico, negligencia en su cuidado, orientación, supervisión, aspectos propios de ciudadanos de violencia familiar, problema psicosocial, el cual engendra otros como la delincuencia, drogadicción, pandillaje, deserción escolar, etc.; este conocimiento permitirá coadyuvar a la formación de nuevos

ciudadanos más estables, seguros de sí mismo, con una adecuada autoestima, para la toma adecuada de decisiones y elecciones para su vida y afrontamiento de situaciones estresantes.

Así también, trabajar con la valoración del bienestar psicológico, es de importancia conocerla porque es una apreciación que sirve como mediadora para la toma de decisiones, la adaptación de los cambios propios de la vida de cualquier individuo; conocer cómo se encuentra en los jóvenes universitarios, permitirá realizar acciones desde las áreas que arroje donde se encuentra mayores dificultades o déficits; dar herramientas, recursos; mejorar las condiciones de vida, también a nivel de la vida universitaria, organizar políticas dentro de la institución educativa que permitan apoyar, colaborar o mejorar la percepción de su estado de vida actual, y así contribuir al mantenimiento o mejoramiento de su bienestar psicológico, facilitando así la formación de profesionales competentes, asertivos, proactivos, preparados para los desafíos de la vida de un adulto joven independiente, a nivel económico, laboral, familiar; un joven adulto que inicia su pleno ejercicio de su individualidad como ser humano.

Antecedentes

A continuación se revisan las investigaciones nacionales encontradas de acuerdo a las variables de investigación del presente trabajo.

Torres (2009), en un estudio sobre la relación entre los factores de personalidad y los factores de felicidad en estudiantes universitarios, en una muestra de 500 estudiantes de Lima Metropolitana, divididos proporcionalmente en 250 de universidades estatales y 250 de universidades privadas, mediante la aplicación de la escala de felicidad de Lima de Reynaldo Alarcon y el inventario de personalidad NEO PI R ; se encontró que los factores de personalidad correlacionan positivamente con todos los factores de felicidad, a excepción del neuroticismo, que lo hace de forma negativa; especialmente con el factor sentido positivo de la vida; por tanto, sentimientos adversos como la culpabilidad, la melancolía o la ira se disocian de los sentimientos favorables hacia la vida como aquellos hacía sí mismo.

Dominguez (2014) realizó un estudio cuyo objetivo fue analizar las propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico para adultos (BIEPS-A) en una muestra de 222 estudiantes de Psicología de una universidad privada de Lima, con edades comprendidas entre 16 y 44 años. El análisis factorial confirmatorio realizado reveló que los datos se ajustan a la estructura tetrafactorial. Por otro lado, con relación a la confiabilidad, el cociente alfa de Cronbach para la escala total y subescalas son elevados ($\alpha > .80$). La comparación de alfas indica que el instrumento es más confiable en la muestra de universitarios peruanos que en la de adultos argentinos. Se concluye que la BIEPS-A cuenta con propiedades psicométricas adecuadas para seguir con estudios de validación, apoyando así su uso como instrumento de evaluación del bienestar psicológico en universitarios.

A continuación se desarrollan las investigaciones extranjeras relacionadas a las variables de estudio.

Castro Solano, (1997), estudió la correlación entre las dimensiones de bienestar psicológico: aceptación/control, autonomía, vínculos y proyectos y las tres áreas de los rasgos de personalidad: metas motivacionales, modos cognitivos y conductas interpersonales; así como se realizó un análisis descriptivo de los objetivos de vida y un análisis de correspondencias múltiples para los demás datos recogidos; en una muestra de 366 estudiantes de la carrera de Psicología, de ambos sexos, con una edad promedio de 21 años. Los resultados, presentaron correlaciones positivas y negativas entre rasgos de personalidad y dimensiones de BP, así también se describen los objetivos de vida relevantes; como conclusión, se apoya la hipótesis de asociación del bienestar psicológico con estilos de personalidad.

Yarnoz, Alonso-Arbiol, Plazaola y Sainz de Murieta (2001), en un estudio sobre el análisis de las relaciones existentes entre el estilo de apego de los individuos y las percepciones que tienen de sí mismos y de los otros en una muestra compuesta por 118 estudiantes universitarias. Las diferencias de valoración se midieron a través de las distancias entre los elementos que representan al yo ideal y a los otros ideales en la técnica de rejilla de Kelly. En línea con las predicciones, con la única excepción del estilo temeroso, en general los sujetos se identificaron más con la madre que con el padre. Asimismo, las participantes de nuestra investigación se identificaron más con sus iguales (pareja o amigos/as) que con sus padres. La identificación con los pares evidenció el relevante papel que junto a la madre juegan esas personas para las adultas jóvenes como posibles figuras de apego.

Sánchez y Díaz (2003), realizaron una investigación en donde muestran interés por el papel de la comunicación en las relaciones íntimas, prestando especial atención a los patrones y estilos de comunicación presentes durante el intercambio simbólico, llevado a cabo por las parejas. En este trabajo particular, se identificaron los estilos utilizados por parejas mexicanas mediante metodologías etnopsicológicas y en base a las tipologías encontradas en la literatura, con el fin de desarrollar un instrumento de medida de los estilos de comunicación universal pero culturalmente sensible. Los resultados indican dimensiones válidas, confiables y culturalmente sensibles en la medición de la gama de estilos positivos y negativos que en México las personas pareja usan para comunicarse, surgiendo estilos característicos como: Empático y Social Expresivo, Social Afiliativo, Social Auto-modificador, Simpático y Social Normativo, Maquiavélico, Chismoso e Hiriente e Irritante Expresivo. Se presentan los atributos estadísticos y normativos para cada dimensión así como su conceptual relación con la investigación y los instrumentos de medidas previos.

Casullo y Fernández (2004), presentan dos versiones de una escala construida para evaluar estilos de apego románticos/no románticos en población adulta. La técnica fue diseñada sobre la base de las propuestas teóricas de la psicóloga canadiense Bartholomew quien hace referencia a cuatro estilos de apego: seguro, evitativo, ansioso y temeroso. Ambas versiones fueron administradas en una muestra de población general adulta, con edades entre 30 y 60 años (N: 800) residentes en la ciudad de Buenos Aires y el Conurbano bonaerense. El análisis factorial realizado permitió aislar solo tres factores en las dos versiones: aseguro, ansioso ambivalente y temeroso/evitativo .

Nava (2011) en un estudio sobre la relación entre la autorrealización y cuidados en la relación de pareja de estudiantes universitarios de licenciatura de una universidad pública, en donde participaron 363 alumnos de diferentes carreras, con edades comprendidas entre 17 y 44 años, que en el momento del estudio tuvieran una relación de pareja, ya fuese de noviazgo, matrimonio o unión libre, mediante el inventario de orientación personal y la Escala de cuidados de la relación de pareja, se obtuvo correlaciones significativas entre ambas escalas. La subescala "amor a sí mismo" del primero correlacionó positivamente con las doce subescalas del segundo. No se encontraron diferencias en la autorrealización y los cuidados hacia la pareja entre ambos sexos, pero si en la sub escala "eros" de la escala de cuidados de relación de pareja, dependiendo del tiempo de relación

Díaz, Rovella y Rivarola (2012), realizaron un estudio sobre el tipo de apego y su relación con el bienestar psicológico, en una muestra de adultos de San Luis, Argentina; mediante la aplicación de los Instrumentos de Escala de Estilos de apego en adultos y la Escala de bienestar psicológico en adultos, los resultados indicaron que la mayoría de los sujetos que integran la muestra presentaron estilos de apego de tipo temeroso, y en las muestras se encontraron evidencias que sugieren que su modo de vincularse está asociado al estilo de apego ansioso; hallándose una correlación positiva entre apego tipo seguro y temeroso con la subescala control de bienestar psicológico.

Páramo, Straniero, García, Torrecilla y Escalante (2012), realizaron un estudio cuyo objetivo fue medir el grado de bienestar psicológico (BP), su relación con rasgos de personalidad y los objetivos de vida (OV) de estudiantes de psicología. Este estudio se abordó desde la teoría

de T. Millon, siendo su objetivo establecer la relación existente entre dimensiones de bienestar psicológico y estilos de personalidad en estudiantes universitarios, así como analizar sus objetivos de vida. Como método se empleó un diseño transversal con metodología descriptiva y correlacional. Para ello, se administró la Escala de Bienestar Psicológico para adultos (Bieps-A de Casullo). Escala Little (1983, adaptación local) e inventario Millon de Estilos de personalidad (MIPS) Adaptación de Casullo y Castro Solano en 1997, en una muestra de 366 estudiantes de la carrera de Psicología, de ambos sexos, con una edad promedio de 21 años, los resultaron se dieron en relación a las cuatro dimensiones del bienestar psicológico: aceptación/control, autonomía, vínculos y proyectos, estudiándose así la correlación entre las dimensiones de BP con las tres áreas de los rasgos de personalidad: metas motivacionales, modos cognitivos y conductas interpersonales; así como se desarrollaron los análisis descriptivos de los OV y análisis de correspondencias múltiples para los demás datos recogidos; encontrándose como resultado correlaciones positivas y negativas entre rasgos de personalidad y dimensiones del bienestar psicológico, describiéndose también objetivos de vida relevantes; concluyéndose que apoyo la hipótesis de que existe una asociación del bienestar psicológico con estilos de personalidad.

Marco conceptual

El Apego

El termino de apego es desarrollado por John Bowlby en 1969 (Casullo, 2005), designando este término a aquellos fuertes lazos afectivos, que se inicia entre el progenitor y el infante, en donde el infante se apega al progenitor y éste a él, las cuales tienen como fin brindar seguridad y protección; siendo estas experiencias internalizadas y pueden dar lugar a modelos o prototipos de comportamiento psicosocial (Casullo, 2005; Shaffer y Kipp, 2007).

Las relaciones reiteradas que los infantes tienen con figuras adultas cuidadoras constituyen la base de representaciones sobre tales relaciones (*working models*), representaciones que al ser evocadas operan frente a nuevas situaciones de apego, estos modelos han sido internalizados, y son resistentes al cambio, el tipo de respuesta que dio el cuidador durante la formación temprana del niño, determinará la relación de apego; estas experiencias tempranas se internalizan como modelos de relación proporcionando un prototipo de futuras relaciones y sientan bases sobre futuras experiencias, afrontamiento y emociones patogénicas; aunque el vínculo con la madre fue el apego principal, el resto de figuras ocupan un papel secundario y complementario (Casullo y Fernández, 2005).

Los vínculos de apego constituyen un fenómeno adaptativo, un sistema conductual organizado cuya función es mantener la proximidad del cuidador, el sentido de pertenencia, mantener la estabilidad del individuo en su entorno, una base segura que permita explorar y dominar el entorno; si por el contrario el cuidador no siempre es receptivo a las necesidades del niño, éste experimentará inseguridad, miedo y ansiedad; estos modelos reflejan las experiencias tempranas y son transferidas a relaciones futuras actuando como guiones que orientan percepciones y conductas (Casullo y Fernández, 2005).

Mary Ainsworth en 1978 (Shaffer y Kipp, 2007; Casullo y Fernández, 2005), clasifica los estilos de apego a partir de sus investigación con niños de 1 a 2 años, ella propone tres patrones organizadores de la conducta infantil en función de las respuestas de estrés que presentaban al encontrarse solos en una situación extraña:

Apego seguro: respondían con estrés a la ausencia de la madre pero expresaban calma y les aliviaba el regreso de la madre. Recurrían a respuestas exploratorias.

Apego inseguro-resistente o ansioso-ambivalente: se mostraban ansiosos, gritaban y lloraban. Cuando la madre volvía e intentaba calmarlos seguían enfadados.

Apego inseguro-avoidante: parecía no molestarles la ausencia de la madre y se mostraban fríos cuando ella regresaba, no buscaban el abrazo ni el confort materno y evidenciaban un autoconfianza prematura así como respuestas defensivas.

Ainsworth 1978 (Casullo y Fernández, 2005) sostiene también que aunque los estilos de apego se estructuran en la infancia y tiendan a persistir y a resistirse al cambio, son modificables. La percepción de una pérdida necesita de una reestructuración cognitiva, lo que reorganiza los modelos relacionales anteriores.

El apego como modelo funcional del yo y de otros.

Shaffer y Kipp (2007), señalan que los etólogos John Bowlby e Inge Bretherton (1980, 1988; 1985, 1990, en Shaffer y Kipp, 2007) propusieron una interesante explicación de la estabilidad y los efectos permanentes de la clasificación del apego temprano; el niño a medida que interactúa con sus cuidadores primarios adquiere *modelos funcionales internos* (representaciones cognoscitivas de su persona y de otros), con los cuales interpreta después los hechos y se forma expectativas sobre las relaciones humanas. Con un cuidador sensible y responsivo, llegará a la conclusión de que las personas son confiables (modelo funcional positiva de los demás); por el contrario se sentirá inseguro y sin confianza con un cuidador insensible, descuidado o abusivo (modelo funcional negativo de los demás).

La calidad de los cuidados, como factor que influyen en la seguridad del apego

Mary Ainsworth (1979, en Shaffer y Kippin, 2007) señala que la calidad del apego con la madre (o con cualquier persona cercana) depende principalmente del tipo de atención que reciba el niño, es decir las madres de los *niños seguros* son quienes desde un principio han obtenido confort y placer en sus interacciones, siendo así niños responsivos y afectuosos; los *niños resistentes*, son quienes no han recibido consistencia en el cuidado por parte de sus padres pudiendo reaccionar con entusiasmo o indiferencia de acuerdo a su estado de ánimo, siendo así estos niños más irritables y responsivos; los *niños evitantes*, son quienes sus madres se impacientan con su hijo y evitan el contacto con él, generalmente son madres egocéntricas, rígidas; o caso contrario son madres quienes se la pasan charlando y ofrecen un alto nivel de estimulación cuando su hijo no la desee, aprendiendo el niño así a evitarla al ser atosigado por una estimulación que no puede manejar; finalmente los niños con un *apego desorganizado/desorientado*, sucede cuando se sienten atraídos por el cuidador a la vez que le temen por las ocasiones en que se les descuidó o se les maltrató físicamente, se produce así un acercamiento/evitación, dudando si debe acercarse al cuidador para que lo consuele o alejarse para no exponerse.

Una versión de la teoría de modelos funcionales se incluyen en la figura A, como se aprecia, los niños que construyen modelos positivos de su persona y de sus cuidadores 1) establecen apegos primarios seguros, 2) tienen seguridad en sí mismos que enfrentan y dominan retos nuevos; 3) están inclinados a crear en el futuro relaciones seguras y de confianza mutua con los amigos y más adelante en la vida con el cónyuge (Waters y Cummings, 2000, en Shaffer y Kippin, 2007). Un modelo positivo del yo, aunado a un modelo negativo de otros (lo cual podría suceder cuando se logra captar la atención de un cuidador insensible y desinteresado) predispone a formar apegos evitantes ya no darle importancia a los vínculos afectivos. Un modelo negativo del yo y un modelo positivo de otro (lo cual podría suceder cuando los infantes a veces pueden pero a menudo no pueden atraer la atención que necesitan (debería acompañarse de apegos resistentes y del deseo de crear vínculos afectivos seguros. Finalmente, un modelo negativo del yo y de los otros sería el origen de los apegos desorganizados/desorientados y del miedo incipiente a ser lastimado (tanto en el aspecto físico

como emocional) en las relaciones íntimas (Bartholomew y Horowitz, 1991, en Shaffer y Kippin, 2007)

Situaciones experimentales que sustentan la Teoría del Apego

Harry Harlow y Robert Zimmerman (1959, en Shaffer y Kipp, 2007), diseñaron un experimento que buscaba comparar la importancia de la alimentación y la estimulación táctil en la adquisición del apego en crías de monos; las cuales fueron separadas de su madre en los primeros días de vida y las criaron dos madres sustitutas, las cuales tenían cara y un cuerpo bien proporcionado hecho de alambre. Sin embargo, el cuerpo de una de ellas (la madre de felpa) estaba envuelto en hule espuma y cubierto con tela de toalla; a la mitad de las crías las alimentaba esta madre cálida y cómoda; a la otra mitad una “madre de alambre” bastante incómoda; se encontró que aún cuando la comida provenía de la “madre de alambre”, pasaban el tiempo con ella sólo mientras les daba de comer; corrían de inmediato a la “madre de felpa” cuando se sentían molestos o tenían miedo. Así pues, se apegaron a ella, lo cual significa que la comodidad del contacto incide más en el vínculo que alimenta ro mitigar el hambre (Shaffer y Kipp, 2007).

Los etólogos sostienen siguiendo también la teoría evolucionista que los seres humanos nacieron con varias tendencias innatas que de alguna manera facilitaron su supervivencia a lo largo de la evolución; es así como en 1937 Konrad Lorenz (Shaffer y Kipp, 2007), señaló que las crías de gansos seguían casi a cualquier objeto móvil: su madre, un pato e inclusive una persona. A esta conducta la llamó *impronta*. También observó que la impronta es 1) automática – no es necesario enseñarles a los pollos a seguir a la gallina; 2) ocurre sólo durante un periodo crítico bien limitado después de que el ave rompe el cascarón y 3) es irreversible: una vez que el ave empieza a seguir un objeto, permanecerá apegado a él. Lorenz llegó a la conclusión de que la *impronta* es una respuesta de adaptación, la cual les provee alimento y protección o ser devorada por depredadores; así que la impronta se ha convertido en una característica pre adaptada congénita que produce apego entre el ave y su madre (Shaffer y Kipp, 2007).

El apego en el adulto

Siguiendo a Hansen (2003), son diversas las perspectivas teóricas que han subrayado la influencia continua de la experiencia temprana en el comportamiento social posterior; la teoría de Erikson representa el planteamiento psicodinámico tradicional que la experiencia temprana tiene efectos de largo plazo; la crisis psicosocial en la adultez temprana-intimidad en contraste con aislamiento- se centra en la importancia de establecer relaciones íntimas con los demás; la capacidad para establecer la intimidad en el modelo de etapas jerárquicas de Erikson, depende de la resolución adecuada de las crisis que ocurre en las etapas tempranas del desarrollo sobre todo la formación de una identidad en la adolescencia; la intimidad alude a una calidad en las relaciones con los demás en general, no sólo a lazos amorosos, No desarrollar esta capacidad conduce al ensimismamiento y aislamiento de los demás (Hansen, 2003).

Bowlby (1982, en Casullo y Fernández, 2005), considera que los sistemas de apego infantiles son similares, en su naturaleza, a los que más tarde se ponen en juego en las relaciones amorosas y, en realidad, señala pocas diferencias entre las relaciones cercanas, sean éstas entre padres e hijos o entre pares; siendo estos vínculos de apego los que proveen sentimientos de seguridad y pertenencia, sin los cuales habría aislamiento e inquietud. Su función es distinta al de las relaciones que proveen guía o compañía, gratificación sexual, compartir intereses o experiencias comunes sentimientos de competencia o alianzas y asistencia. Los elementos comportamentales del apego en la vida adulta son similares a los observados en la infancia. Un adulto muestra un deseo hacia la proximidad de figuras de apego en situaciones de malestar. Siente bienestar ante la presencia de esa figura y ansiedad si ésta es inaccesible. La aflicción es esperable ante la pérdida de una figura de apego (Casullo y Fernández, 2005).

Los *modelos de trabajo* (apego) se construyen a lo largo del desarrollo individual como resultante de la interacción con otros miembros de la familia, pares, y poseen cuatro componentes interrelacionados (Casullo y Fernández, 2005): Memorias de las experiencias de apego, Creencias, Actitudes y Expectativas.

Estos modelos estructuran las respuestas cognitivas en la medida en que las personas prestan atención a aquellos aspectos de una relación que están vinculados con sus propios modelos (representaciones). Así, por ejemplo, los adultos con un modelo de apego seguro van a enfatizar los aspectos positivos en sus relaciones románticas. Los modelos influyen en las conductas o comportamiento en la medida en que activan planes y estrategias incorporadas previamente y generan la necesidad de construir otros nuevos (Casullo y Fernández, 2005).

La estabilidad de los modelos cambia o se pone en riesgo cuando circunstancias en el entorno son contrarias a los modelos ya existentes. El impacto de cada experiencia negativa, dependerá de su duración y del comportamiento emocional que significa para cada uno. Los *working models* pueden cambiar cuando un individuo logra o construye una interpretación nueva de sus experiencias pasadas, particularmente de aquellas relacionadas con el apego (Casullo y Fernández, 2005).

La psicóloga Bartholomew (1994, en Casullo y Fernández, 2005) ha propuesto una concepción llamada *orientaciones de apego, patrones de apego o estilos de apego*; a partir de los intentos para crear escalas que evalúen los estilos de apego, llegó a la conclusión de que existen dos dimensiones mayores subyacentes a las relaciones del apego en jóvenes y adultos: la ansiedad (frente al abandono o el amor insuficiente), y la evitación (de la intimidad y de la expresión emocional). Estas dimensiones, se pueden organizar en relación con otras dos relacionadas con las representaciones de *sí mismo* y *de los otros*:

1. *Modelo de sí mismo positivo* (sí mismo merecedor de amor y de atención) vs negativo (sí mismo no merecedor).
2. *Modelo de otros positivo* (los otros son vistos como disponibles y protectores) vs negativo (los otros son poco confiables o rechazantes).

Bartholomew, señala que las combinaciones de esas dimensiones permiten señalar cuatro patrones o estilos de apego. Los designa tomando como referente, entre otros, a la tipología de Ainsworth ya mencionada. En función de la combinación de las dos dimensiones con su modalidad positiva o negativa se obtienen cuatro estilos.

		MODELO DE SI MISMO	
		Positivo	Negativo
MODELOS DE OTROS	Positivo	Estilo de Apego SEGURO	Estilo de Apego ANSIOSO
	Negativo	Estilo de Apego EVITATIVO	Estilo de Apego TEMEROSO

Figura A: Los Estilos de Apego, de acuerdo a la combinación del Modelo de Otros y Modelo de Otros de Bartholomew (1994, en Casullo y Fernández, 2005).

- *Los individuos seguros* mantienen una percepción positiva tanto de sí mismos como de los otros, se muestran bien predispuestos para poder acercarse e involucrarse afectivamente con otros. Se sienten cómodos con la intimidad y la autonomía.
- *Los sujetos ansiosos* buscan intimar con otros pero temen ser rechazados o desvalorizados.
- *Las personas evitativas* otorgan importancia a la realización personal y la autoconfianza a costa de perder la intimidad con otros. Defensivamente, desvalorizan la importancia de los vínculos afectivos.
- *Los temerosos* desean estimar con otros pero desconfían de los demás, por lo que evitan involucrarse sentimentalmente. Son muy dependientes y temen ser rechazados.

Es esta clasificación la que se considera como modelo teórico para el presente estudio, el cual también fue tomado por Casullo y Fernández (2005) para desarrollar su escala de evaluación de estilos de apego.

Asimismo, estudios realizados por Luke et al. (2004, en Casullo y Fernández, 2005), señalan que los modelos de apego acerca de sí mismo y de los otros actúan como mediadores entre las experiencias tempranas y a la autoestima adulta, y la estima hacia los demás. Los vínculos con la figura paterna aparecen como el predictor primario del automodelo y la propia estima, en tanto que las relaciones con la madre son predictoras primarias del modelo de los otros y de sentimientos de estima hacia la humanidad.

El apego como vínculo romántico

Se puede considerar a la pareja como una forma de relación interpersonal, ello supone interacciones en donde se pueden dar dependencias y maneras de convivencia, períodos de cercanía y de alejamiento; así también, a partir del compromiso y su mantenimiento, se dan hechos que generan nuevos compromisos como ejercer nuevos roles, individuación, alejarse de la familia, integración de pérdidas, pareja, familia, relaciones con amigos, vínculos con compañeros de trabajo son situaciones vinculares de importancia en la vida adulta (Casullo y Fernández, 2005).

Hazan y Shaver (1987, en Hansen 2003), revisaron la evidencia de continuidad de los estilos de apego durante la niñez, mediante un estudio de autorreporte sobre las relaciones que sostenía con sus padres (historial de apego), la experiencia que había tenido en sus relaciones amorosas (estilos de relación) y por sus actitudes hacia las relaciones amorosas (modelos de trabajo); los resultados demostraron las semejanzas entre el historial de apego y los lazos amorosos adultos: la frecuencia relativa del estilo de apego en la edad adulta fue más o menos equivalente a la encontrada en la niñez; el estilo de apego predijo diferencias reales en la forma en que los individuos experimentaron las relaciones amorosas, y su estilo de apego era congruente con sus modelos mentales e historial de apego. No se hallaron diferencias sexuales significativas; sin embargo estos autores advierten que existen otros factores únicos de determinadas parejas o circunstancias también influyen en el grado de seguridad o ansiedad en una relación (Hansen, 2003).

Casullo y Fernández (2005) consideran también que las primeras relaciones importantes de amor, el amor hacia los padres, especialmente con la figura paterna y materna; luego son las románticas, novios, esposos conforman un sistema de apego en el sentido en el que Bowlby lo definió. Resaltándose así, que las personas con estilos de apego diferentes también difieren en la forma en la que caracterizan la experiencia de amor más importante de su vida. Los sujetos seguros describen el estar enamorado como sentirse feliz, a gusto, con capacidad de apoyar a su compañero/ o en circunstancias difíciles. Los evitativos tienen miedo a la intimidad, son inestables afectivamente y generalmente celosos. Quienes han desarrollado un estilo de apego

ansioso-ambivalente describen la experiencia como una obsesión, con atracción sexual extrema y presencia de sentimientos de celos.

Siguiendo esta perspectiva sobre la importancia de las experiencias tempranas y la calidad de las relaciones durante el ciclo vital, ha resaltado la importancia de la *teoría de apego*. Este enfoque ofrece una perspectiva del ciclo vital sobre el desarrollo de lazos afectivos; el vínculo emocional entre dos personas; Bowlby (1979, Hansen 2003) subrayó que “el comportamiento de apego (caracteriza) a los seres humanos durante toda la vida”.

En la siguiente tabla, ilustra las características y la relación entre los estilos de apego desarrollados durante el desarrollo temprano y el amor romántico que se da en la etapa adulta.

Algunas características del apego y el amor romántico adulto

Apego	Amor romántico
La formación y la calidad del vínculo de apego dependen de la sensibilidad y receptividad que se perciba en la figura de apego	El amor romántico incluye un deseo intenso por el interés y la reciprocidad de la pareja (real o imaginaria)
Los sentimientos de alegría y angustia que siente un infante depende la disponibilidad y respuesta que perciba en la figura de apego	Los estados de ánimo de los enamorados adultos dependen de las percepciones actuales que tengan sobre la reciprocidad o el rechazo de la pareja.
Cuando la relación de apego de un infante es segura se siente más contento, cuanta con un umbral más elevado para la angustia y está más dispuesto a explorar entornos no familiares e interactuar con extraños.	Cuando los adultos se enamoran, suelen manifestar que se sienten más relajados, menos preocupados, menos a la defensiva, más creativos y espontáneos, y más valientes.
Los comportamientos de apego consisten en mantener proximidad y contacto-asimiento, tocarse, acariciarse, besarse, mirarse, sonreírse, establecer contacto visual, seguirse, etc.	El amor romántico adulto lo indican el asimiento, el contacto, las caricias, los besos, mecerse, sonreír, establecer contacto visual, seguirse, etc.
La separación de la figura de apego genera una intensa angustia, inicia esfuerzos por reunirse que consumen la atención y dan por resultado desesperación si la reunión resulta imposible.	La separación no elegida de la pareja genera una angustia intensa, inicia esfuerzos de reunión que consumen la atención y da por resultado pesar si la reunión es imposible.
Deseo intenso de compartir los descubrimientos y las reacciones con la figura de apego.	Deseo intenso por compartir los descubrimientos, sentimientos, opiniones, etc., y de dar regalos a la pareja amada.
A los infantes se les arrulla, se les canta, se emplea con ellos "lenguaje de bebé" y así por el estilo, y las figuras de apego se dirigen al niño de manera "maternal".	Los enamorados adultos se arrullan, cantan, hablan y se eligen apelativos afectuosos unos a otros.

Tabla A: Fuente: P. Shaver y C. Hazan (1988, en Hansen, 2003). "A Biased Overview of the Study of Love". *Journal of Social and Personal Relationships*, 5, P. 48. Reproducido con autorización de Sage Publications Ltd.

Es natural que el amor romántico adulto difiere del apego que se aprecia en el comportamiento infantil, abarcando en el amor romántico adulto, tres aspectos: los estilos de apego, el cuidado recíproco y la sexualidad (atracción y sistema reproductivo); aunque las relaciones varían en cuanto a la importancia que se asigna a cada uno de estos componentes (Shaver y Hazan, 1988, en Hansen 2003), como se puede apreciar en la siguiente tabla:

Cuidado y sexualidad en relación con el estilo de apego

Estilo de apego	Cuidado	Sexualidad
-----------------	---------	------------

Seguro	Da y recibe cuidado, y se siente a gusto con ello	Se esfuerza por alcanzar intimidad y placer mutuos
Ansioso/ambivalente	Da cuidado en forma de sacrificio de sí mismo, compulsiva; se siente insatisfecho de recibir cuidado	Intenta satisfacer las necesidades de seguridad y amor mediante el contacto sexual
Evasivo	Incapaz o no dispuesto a dar o recibir cuidado	Mantiene una distancia emocional. Puede ser promiscuo.

Tabla B: Fuente: P. Shaver y C. Hazan (1988, en Hansen, 2003). "A Biased Overview of this Study of Love". *Journal of Social and Personal Relationships*, 5, P. 48. Reproducido con autorización de Sage Publications Ltd.

El Bienestar Psicológico

La revisión sobre el concepto de bienestar psicológico, indica que la satisfacción implica un juicio cognitivo y la felicidad una experiencia afectiva positiva o negativa; el componente cognitivo, tiene como principal característica de ser estable en el tiempo e impregna la vida global de los sujetos; el componente afectivo es lábil, momentáneo y cambiante (Casullo, 2002).

En el desarrollo e investigación sobre el bienestar psicológico, se ha demostrado que aquellos individuos más felices y satisfechos sufren menos malestar, tienen mejores apreciaciones personales, un mejor dominio del entorno y poseen mejores habilidades sociales para vincularse con las demás personas; se podría caracterizar la satisfacción y la felicidad como indicadores del buen funcionamiento mental (Casullo, 2002).

Casullo (2002), en la revisión que realiza sobre el estudio del bienestar psicológico señala que se debe tomar en cuenta la autoaceptación de sí mismo, un sentido de los propósitos o el significado vital, el sentido de crecimiento personal o compromiso y el establecimiento de buenos vínculos personales, considerando que el bienestar psicológico es un constructo mucho más amplio que la simple estabilidad de los afectos positivos a lo largo del tiempo, denominado felicidad por la sabiduría popular; tiene que ver con la valoración del resultado logrado con una determinada forma de haber vivido.

Carol Ryff en 1989, es quien propone el modelo multidimensional del bienestar psicológico, compuesto por seis dimensiones: autoaceptación, relaciones positivas con otras personas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal. (Díaz, Rodríguez-Carvajal, Blanco, Moreno-Jiménez, Gallardo, Valle y Dierendonck, 2006).

Rodríguez y Quiñones (2012), describen las definiciones de las dimensiones del modelo de bienestar psicológico, propuesto por Ryff y Keyes en 1995:

Autoaceptación	: Evaluación positiva presente y pasada
Autonomía	: Sentido de autodeterminación
Crecimiento personal	: Sentido de crecimiento y desarrollo como persona
Propósito en la vida	: Creer que la vida tiene significado y propósito
Relaciones positivas con otros	: Poseer o desarrollar relaciones de calidad con otros.
Dominio del entorno	: Capacidad de manejarse efectivamente en el ambiente que le rodea.

La perspectiva multidimensional permite ver interacciones entre las dimensiones tal y como ocurre en la vida cotidiana de las personas; las personas utilizan los recursos que tienen en cada área de formación e interactúan unos con otros; a su vez el desarrollo continuo de un individuo permite que sus áreas sigan fortaleciéndose, sin necesariamente centrarse en un

déficit o estado disfuncional. El bienestar psicológico no puede limitarse a una mirada lineal, sino a un movimiento cíclico, interactivo, impactado por el propio desarrollo humano (Rodríguez y Quiñones, 2012). Este desarrollo se conceptualiza como una meta un proceso de desarrollo dirigida a la perfección que representa el desarrollo del potencial verdadero de cada individuo (Ryff y Singer, 2001 en Ballesteros, Medina y Caycedo, 2006).

Díaz et al. (2006), señala a la *autoaceptación* como el intento de las personas por sentirse bien consigo mismas, siendo conscientes de sus propias limitaciones, es decir tener actitudes positivas hacia uno mismo como el funcionamiento psicológico positivo; *relaciones positivas con otras personas* como la necesidad de las personas por mantener relaciones sociales estables y tener amigos confiables, la capacidad de amar como un componente fundamental del bienestar; *autonomía*, las personas necesitan autoafirmarse en sus propias convicciones (autodeterminación), y mantener su independencia y autoridad personal; *dominio del entorno*, habilidad personal para elegir o crear entornos favorables para satisfacer los deseos y necesidades propias, tener la sensación de control sobre otros los hace capaces de influir sobre el contexto les rodea; *crecimiento personal*, las personas necesitan marcarse metas, definir una serie de objetivos que les permitan dotar a su vida de un cierto sentido, necesitan, por tanto, tener un propósito en la vida.

Para medir estas dimensiones teóricas Ryff desarrolló un instrumento conocido como «Escala de Bienestar Psicológico» (Scales of Psychological Well-Being, SPWB).

Ryff: envejecimiento satisfactorio y bienestar subjetivo

Según la autora Carol Ryff (1989, en Zacaes y Serra, 1998), plantea que dentro de una orientación evolutiva del ciclo vital, se cuestiona los tradicionales acercamientos psicológicos y sociológicos al tema del bienestar en la adultez y vejez en lo que se ha venido a llamar la identificación del “envejecimiento satisfactorio”. En su opinión, varias son las limitaciones detectables que se pueden efectuar a estas aproximaciones, representadas por estudios sobre satisfacción vital, felicidad, ajuste, bienestar subjetivo o equilibrio efectivo, como componentes del envejecimiento satisfactorio (Ryff, 1989, en Zacaes y Serra, 1998). Entre ellas destaca el *negativismo implícito* en algunas de estas aproximaciones, reflejado en el hecho de que gran parte de la investigación se ha centrado en medidas de “malestar” (por ejemplo, índices de ansiedad, depresión, soledad, síntomas somáticos, anomia, etc.) más que de “estar bien” (*wellness*). Se identifica así bienestar con ausencia de síntomas de malestar (identificación ya criticada por Jahoda, 1958), lo que no permite la comprensión de otros aspectos positivos del envejecimiento satisfactorio. Coherentemente con las críticas anteriores, Ryff ha formulado un modelo de síntesis de desarrollo personal donde especifica hasta seis dimensiones o criterios de funcionamiento efectivo extraídos a partir de tres fuentes teóricas: las teorías evolutivas del ciclo vital (por ejemplo, Erikson), las teorías clínicas del crecimiento personal (por ejemplo, Rogers) y la literatura sobre salud mental (Jahoda). En la revisión del contenido de todos ellos, muestra las similitudes con las concepciones tradicionales de envejecimiento satisfactorio, centradas casi exclusivamente en nociones como la de “satisfacción vital”, pero también las diferencias. La principal de ellas es, precisamente, una extensión conceptual de la noción de bienestar psicológico hasta hacerla sinónima de “funcionamiento psicológico positivo” al recoger nuevas dimensiones del constructo. Las cinco primeras (autoaceptación, relaciones positivas con otros, autonomías, dominio del ambiente y propósito en la vida) “representan estados ideales finales de la persona de funcionamiento pleno y constituyen metas para el completo desarrollo” (Ryff, 1989, en Zacaes y Serra, 1998), mientras que la última (crecimiento personal), es una cualidad que tiñe a las demás, ya que “el desarrollo óptimo requiere no solo lograr estas cualidades, sino también que se continúe desarrollando el propio potencial, creciendo y expandiéndose como persona”. Es pues una característica del proceso, una especie de “meta-dimensión”. Algunas dimensiones propuestas, como la autoaceptación y la de dominio del ambiente, mostraron una fuerte asociación con las medidas de satisfacción vital,

equilibrio afectivo, autoestima y moral. Sin embargo, otras, como las de relaciones positivas con otros, autonomía, crecimiento personal y, en menor medida, propósito en la vida, no manifestaron tal convergencia con los índices. Estos hallazgos apoyan la idea de que aspectos clave del funcionamiento psicológico positivo enfatizados por la teoría no han sido representados en el terreno empírico. La principal implicación de estos resultados es la de señalar el estrecho marco en el que hasta ahora se ha movido la investigación sobre el bienestar psicológico. Se ha puesto más énfasis en el estado afectivo positivo a corto plazo reflejado en las medidas de "felicidad" empleadas (por ejemplo, Furham y Brewin, 1990), a expensas de retos vitales más permanentes como el logro de relaciones interpersonales satisfactorias o el lograr y mantener un sentido de dirección personal y de autorrealización. Por tanto, para esta autora ciertos aspectos del bienestar son inseparables de los niveles superiores de desarrollo psicológico porque llegan a constituir su propia definición (Zacarés y Serra, 1998)

Es este planteamiento sobre el bienestar psicológico de Carol Ryff, el que se utiliza como modelo teórico para la presente investigación.

El estudiante universitario, el adulto joven

El estudiante universitario es aquel que culmina sus estudios secundarios y decide seguir una carrera profesional en una universidad; siendo su edad de inicio de su vida universitaria entre los 17 y 18 años de edad, lo cual significa el inicio de su autonomía y toma de decisiones acerca de sí mismo, su futuro profesional, relaciones a amicales e íntimas.

El estudiante universitario se encuentra generalmente en el rango de edad entre 18 y 40 años; siguiendo así, a los psicólogos del desarrollo como Papalia, Stern y Camp (2007), se les ubica a los individuos en este rango de edad, como *adultos jóvenes*, lo cual se entiende que son personas en pleno uso de sus potencialidades físicas e intelectuales, siendo este periodo en el cual se elige la ocupación o profesión, así como se establecen relaciones íntimas que pueden durar toda la vida.

También se le considera una persona adulta en términos legales, a partir de los 18 años, de acuerdo a nuestra Constitución Política del Perú, lo cual quiere decir que pueden ejercer con libertad su ciudadanía, consecuentemente se hacen responsables directos de la toma de sus decisiones y acciones.

Perspectivas teóricas sobre la Adulterez

Siguiendo a Erick Erikson (1963, en Feldman, 1995), durante los años universitarios entran en la *etapa intimidad vs aislamiento* (que cubre la etapa de la vida adulta temprana de aproximadamente los 18 a los 30 años de edad), en la cual lo fundamental es desarrollar relaciones estrechas con los demás. Las diferencias en esta etapa producen sentimientos de soledad y miedo ante esas relaciones, mientras que la respuesta exitosa de la crisis de esta etapa abre la posibilidad de establecer contactos íntimos tanto a nivel físico como intelectual y emocional. En la fase media de la edad adulta (30 a 40 años), la vida de las personas transcurre en la *etapa de generatividad vs estancamiento*. La generatividad se refiere a la donación que una persona hace a su familia, comunidad, trabajo y sociedad en su conjunto. El éxito en esta etapa se expresa por medio de sentimientos positivos sobre la continuidad de la vida, mientras que las dificultades conducen a subestimar las actividades personales y a un sentimiento de estancamiento o de no haber hecho cosa alguna para las generaciones venideras; si una persona no ha resuelto con éxito la crisis de identidad de la adolescencia, puede tener serios problemas para elegir un rumbo adecuado.

Cada una de las ocho etapas de Erikson se centra en una *crisis psicosocial* que ocurre durante el ciclo vital; cada etapa se plantea en función de dos modos alternos de abordar el desafío del entorno, uno de adaptación y otro de desadaptación. El éxito o el fracaso dependen de las experiencias ocurridas en etapas anteriores y de la situación de vida actual. Por ejemplo,

los adultos jóvenes que han desarrollado un sentido de sí mismo claramente articulado e integral – una identidad- deben estar en posibilidades de sostener una mayor intimidad, proximidad y compromiso con los demás; por otra parte quienes no han contemplado, con éxito esta etapa, quizá se vean amenazados por la intimidad, temerosos de una pérdida del sí mismo (Hansen, 2003).

Erikson (1950, en Cornachione, 2006) considera que en la crisis seis, cuando la persona transita la adultez temprana y ha desarrollado un sentimiento de identidad durante la adolescencia, está ya preparada para fusionar su identidad con la de otros. Esta dispuesta a establecer el compromiso de una relación cercana e íntima con otra persona. En este momento es cuando las personas están dispuestas a correr riesgos temporales de entregas del ego en situaciones con demandas emocionales, tal y como el coito y el orgasmo o en situaciones de estrecha amistad que exigen sacrificios y compromisos personales o en aquellos que se requiere autoabandono. Cuando los adultos jóvenes van resolviendo progresivamente las demandas, las que con frecuencia resultan conflictivas, internas, competitivas y a la distancia, es que se plantea Erikson, que las personas van desarrollando un sentido ético que caracteriza a la adultez. En este momento en que se puede dar la verdadera genitalidad. Es el adulto joven quien puede aspirar a la utopía de genitalidad tal como lo plantea Erikson. Utopía que incluirá el orgasmo mutuo en una relación heterosexual amorosa, en la que comparte la confianza; y a la vez se regulan los ciclos de trabajo, la procreación y la recreación, con finalidad última de proporcionar a los hijos de esa unión, el logro satisfactorio de los estadios de su propio desarrollo. Esto para Erikson la realización totalizadora de la adultez (Cornachione, 2006).

Teoría de Levinson

Levinson (1950, en Cornachione) 2006 desarrolló estudios sobre la adultez temprana , a partir del análisis sobre todos los aspectos de la vida, plantea 4 estadios que mantienen durante la adultez temprana.

Salida del hogar: De los 17 a los 24 años aproximadamente. Se considera que el hombre necesita pasar de la pre adultez a la edad adulta y esto se da cuando deja el hogar de sus padres y llega a ser más independiente, tanto en lo emocional como en lo económico.

Ingreso en el mundo adulto: de los 22 a los 28 años, aproximadamente. Cuando comienza la tercera década, cambia el equilibrio de forma tal que ya es un “adulto novicio” está más en el mundo que en su hogar. En el transcurso de esta tercera década la persona se ve necesitada de realizar dos tareas fundamentales y contradictorias: una es explorar las posibilidades de su vida pero evitan los grandes compromisos y manteniendo la situación de opción entre las oportunidades; la otra es, llegar a la independencia, es decir, formar una estructura de vida estable.

La transición de la cuarta década: de los 28 a los 33 años, aproximadamente. Uno o dos años antes o después de los 30, las personas alcanzan otra perspectiva de la vida se interrogan acerca de los compromisos establecidos en la década anterior, reflexionan sobre si fueron prematuros y no faltan los que recién establecen compromisos por primera vez. Esta transición de cambio y crecimiento para algunas personas es relativamente fácil, aunque lleguen a modificar sus vidas, en cambio para otras se presentan como una crisis de desarrollo que les hace encontrar intolerable su estructura de vida actual, y en muchos casos no tienen capacidad para establecer otra mejor. En este momento cuando comienzan los problemas de pareja, aumentan los divorcios y el papel del trabajo cambia.

Establecimiento: de los 32 a los 40 años aproximadamente. Aquí se establecen los compromisos más profundos como la familia, el trabajo y otros aspectos significativos de la vida. Es el momento de la determinación de metas específicas: un determinado

nivel de ingresos, un estilo de vida unipersonal, una actividad en la sociedad, etc. Cuando la persona logra esto, elabora un proyecto de vida.

Para este autor la segunda mitad de la cuarta década ofrece al hombre un conjunto de situaciones que lo hacen sentir coartado, oprimido, ahogado por aquellas personas que tienen influencia o poder sobre él. Aquí quiere ser más independiente, más comunicativo, a la vez demanda apoyo y respeto. Es frecuente que durante este período el hombre esté en problemas con la esposa, los hijos, el jefe, los amigos y con los compañeros de trabajo (Cornachione, 2006).

Para Levinson (1977; en Cornachione, 2006) el ciclo vital del hombre está formado por una serie de eras o estaciones y cada una dura 25 años y tiene una naturaleza biopsicosocial propia, pese a que contribuye a dar unidad a la persona y a la vez forma parte de la totalidad, "tal como un acto en una obra de teatro".

La edad adulta temprana abarca de los 17^a los 45 años y durante ella la persona alcanza los objetivos más importantes de la vida y a la vez se llevan a cabo las opciones fundamentales en relación con el trabajo, la familia y las formas de vida adoptadas o sea life style. La transición a la edad media se produce entre los 40 y 45 años, resulta ser la más significativa por los cambios importantes que se producen, ya que por una parte está el cambio en la perspectiva y en la percepción del tiempo, dado que a partir de este momento, las personas comienzan a considerar el tiempo que les queda de vida. Acontecen cambios en las relaciones familiares que tienen una repercusión distinta tanto en los hombres como en las mujeres. Los hombres con hijos adolescentes o jóvenes dejen que la ternura aflore, en cambio las mujeres adoptan conductas más competitivas y agresivas las que tradicionalmente han sido consideradas como propias del sexo masculino. La era o estación de la edad media se ubica entre los 45 y los 65 años. Lo plantea como el período de máximo apogeo, aquí las personas logran el máximo reconocimiento en el lugar de trabajo y en la comunidad. Las eras que plantea Levinson muestran en forma esquemática la siguiente secuencia y ello debe servir para relacionarlo con la personalidad:

Era pre adulta que va desde el nacimiento a los 22 años

Transición a la adultez temprana que va de los 17 a los 22 años

Era de la adultez temprana que va de los 17 a los 45 años

Transición a la adultez media que va de los 40 a los 45 años

Era de la adultez media que va de los 40^a los 65 años

Transición a la edad adulta tardía que va de los 60 a los 65 años.

Relaciones íntimas en la adultez joven

La adultez joven es la época cuando las personas establecen relaciones que pueden tener continuidad durante gran parte de su vida adulta: relaciones basadas en la amistad, el amor y la sexualidad (Papalia, Sterns y Camp, 2007).

La intimidad incluye una sensación de pertenencia. La necesidad de establecer relaciones fuertes, duraderas, cercanas y cariñosas es un poderoso motivador del comportamiento humano. Las emociones fuertes, tanto positivas como negativas, se evocan mediante apegos íntimos. Las personas tienden a ser más saludables física y mentalmente, y a vivir más, si tienen relaciones cercanas satisfactorias (Papalia, Sterns y Camp, 2007).

Conformen se independizan, los adultos jóvenes buscan intimidad emocional y física en las relaciones con sus pares y compañeros románticos. Estas relaciones requieren habilidades tales como autoconciencia, empatía, habilidad para comunicar emociones, toma de decisiones sexuales, resolución de conflictos y habilidad para sostener compromisos. Dichas habilidades son esenciales conforme los adultos jóvenes deciden casarse, formar sociedades sin matrimonio u homosexuales, o vivir solos y tener o no hijos (Papalia, Sterns y Camp, 2007).

La amistad en la adultez joven

Las amistades son parte importante de la vida en toda edad; los amigos proporcionan compañía, alguien con quien compartir actividades, apoyo emocional en tiempos difíciles y una sensación de identidad e historia. Las amistades por lo general se basan en intereses y valores mutuos y se desarrollan entre personas de la misma generación o en la misma etapa de vida familiar, quienes validan las creencias y comportamientos mutuos (Papalia, Sterns y Camp, 2007).

Las mujeres por lo general establecen amistades más íntimas que los hombres y encuentran más satisfactoria la amistad con otras mujeres que con los hombres. Los hombres tienen más probabilidad de compartir información y actividades, no confidencias con amigos (Papalia, Sterns y Camp, 2007).

Las redes sociales tienden a volverse más pequeña y más íntimas en la adultez media; en comparación con las personas más jóvenes, muchas personas en la adultez media tienen poco tiempo y energía para dedicar a los amigos; están demasiado ocupados con la familia y el trabajo y con generar recursos para la jubilación. Sin embargo, las amistades persisten y son una fuerte fuente de apoyo emocional y bienestar, especialmente para las mujeres.

OBJETIVOS Y/O SUPUESTOS Y VARIABLES

Objetivo central:

- a. Determinar los niveles y predominancia de los estilos de apego en la relación de pareja; así como los niveles del bienestar psicológico de los estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima, considerando carrera de estudios.

Objetivos específicos

- a. Identificar y comparar la prevalencia de los estilos de apego en la relación de pareja de acuerdo a la carrera de estudios en estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima.
- b. Identificar y comparar el nivel del bienestar psicológico de acuerdo a la carrera de estudios en los estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima.

Supuestos básicos

- S1 Existen variaciones en los niveles de los estilos de apego en la relación de pareja de los estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima.
- S2 Existen variaciones en los niveles del bienestar psicológico en la relación de pareja de los estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima.
- S3 El nivel del bienestar psicológico es alto en los estudiantes universitarios de una universidad privada de Lima.

Variables de estudio

Variables de primer orden : Estilos de apego: temeroso/evitativo, ansioso y seguro.
Bienestar psicológico: alto, medio y bajo

VARIABLES DE SEGUNDO ORDEN : Relación de pareja (romántica)
 Carrera de estudios : Arquitectura, Biología, Medicina Veterinaria, Ciencias Económicas y Empresariales, Derecho, Ingeniería, Traducción e Interpretación, Medicina Humana y Psicología.
 Edad (18 a 30 años)
 Sexo (masculino - femenino)

METODO

Tipo de investigación

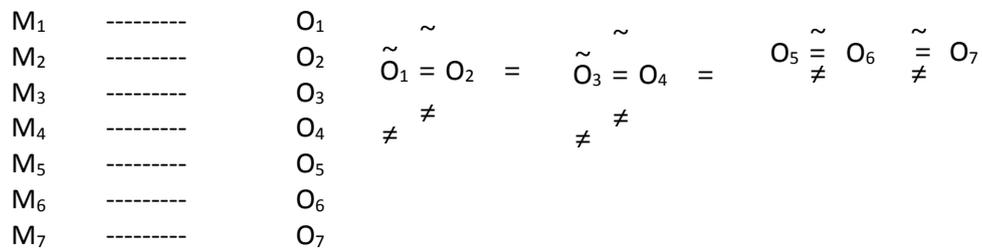
El presente trabajo de investigación es sustantiva y básica (Sánchez y Reyes, 2012), el cual tiene como fin describir las variables: los estilos de apego en la relación de pareja y el bienestar psicológico que se dan en los estudiantes universitarios, siendo su aplicación de campo, encontrándose así datos cuantitativos para el procesamiento de los datos.

Método de Investigación

El método de investigación es método descriptivo comparativo (Sánchez y Reyes, 2012), ya que busca describir los niveles de los estilos de apego y bienestar psicológico, así como comparar éstos entre las carreras de estudios profesionales de una universidad privada de Lima.

Diseño de Investigación:

La presente investigación tiene un diseño descriptivo comparativo (Sánchez y Reyes, 2012), de acuerdo al siguiente esquema:



Donde:

M₁: Estudiantes Universitarios de la carrera de Arquitectura

M₂: Estudiantes Universitarios de las carreras de Biología y Medicina Veterinaria

M₃: Estudiantes Universitarios de las carreras de Ciencias Económicas

M₄: Estudiantes Universitarios de las carreras de Derecho y Traducción

M₅: Estudiantes Universitarios de la carrera de Ingeniería

M₆: Estudiantes Universitarios de la carrera de Medicina Humana

M₇: Estudiantes Universitarios de la carrera de Psicología

O₁: Nivel del Estilo de apego predominante y nivel de Bienestar Psicológico

O₂: Nivel del Estilo de apego predominante y nivel de Bienestar Psicológico

O₃: Nivel del Estilo de apego predominante y nivel de Bienestar Psicológico

O₄: Nivel del Estilo de apego predominante y nivel de Bienestar Psicológico

O₅: Nivel del Estilo de apego predominante y nivel de Bienestar Psicológico

O₆: Nivel del Estilo de apego predominante y nivel de Bienestar Psicológico

O₇: Nivel del Estilo de apego predominante y nivel de Bienestar Psicológico

Población de estudio

La población objeto de estudio son los estudiantes universitarios (que se estima en un promedio de 12 000 a 13000 alumnos matriculados por semestre académico) que se hallan cursando las diferentes carreras profesionales de la Universidad Ricardo Palma.

Diseño muestral

La muestra es intencionada, no probabilística, seleccionándose estudiantes universitarios, comprendiendo las siguientes características:

Característica	Descripción
Condición	Estudiante universitario
Edad	De 18 a 30 años
Sexo	Masculino – Femenino
Facultad	Arquitectura Biología/Medicina Veterinaria Ciencias Económicas Derecho/Traducción Ingeniería Medicina Humana Psicología
Muestra Total	1179 alumnos

Composición de la muestra por grupos de estudio de los estudiantes universitarios

Carreras	F	%
Arquitectura	151	12.8
Biología/Med. Vet	85	7.2
Ciencias Económicas	186	15.8
Derecho/Traducción	127	10.8
Ingeniería	210	17.8
Medicina Humana	278	23.6
Psicología	142	12.0
N	1179	100

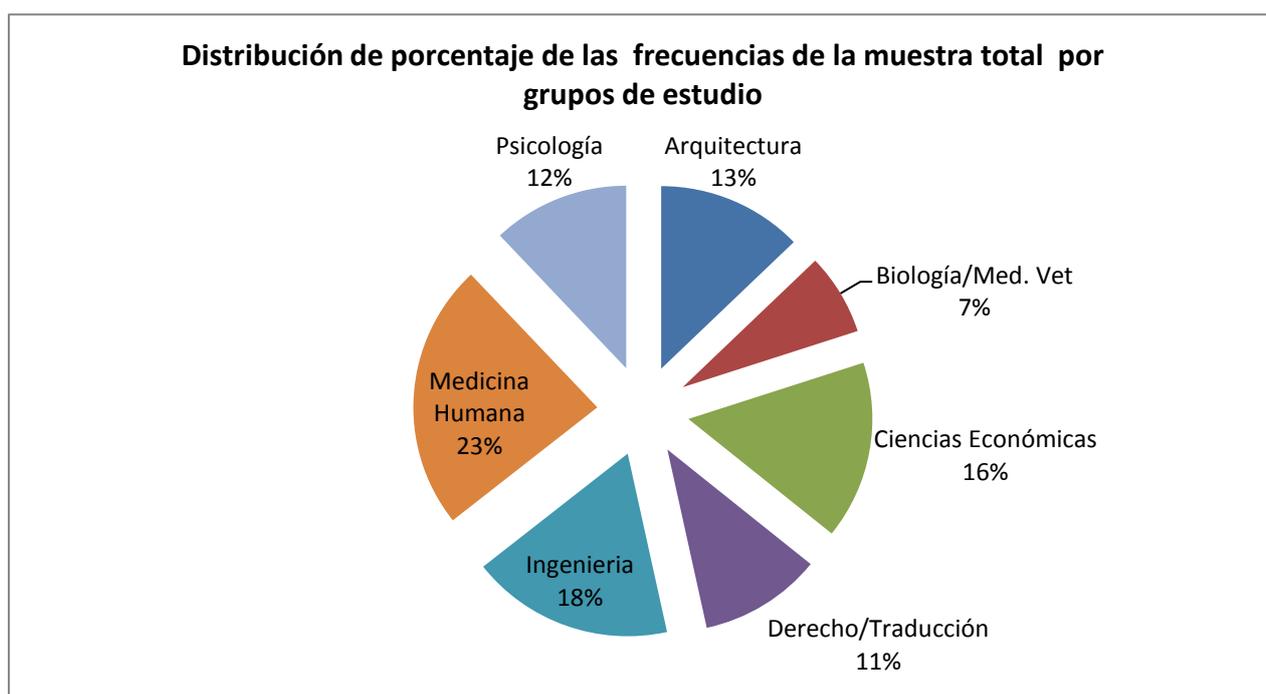


Figura B: Distribución de porcentajes de las frecuencias de la muestra total por grupos de estudios

Instrumentos de recolección de datos

Escalas de Apego para Relaciones románticas y no románticas, de Casullo y Fernández (2005)

Autor: María Martina Casullo y Mercedes Fernández Liporance (2005)

Antecedentes: La escala de apego para relaciones románticas y no románticas, ha sido desarrollada tomando como referencia los 4 estilos de apego que propone Bartholomew (1994, en Casullo y Fernández, 2005), redactándose tres indicadores para cada uno de los cuatro estilos mencionados.

Casullo y Fernández (2005) desarrollaron una escala de estilos de apego en adultos, en dos versiones, una para vinculaciones románticas y otra para vinculaciones no románticas; ambas versiones fueron administradas para su estandarización definitiva en una muestra de 800

adultos argentinos (50% varones, 50% mujeres), residentes en la ciudad de Buenos Aires y sus alrededores.

En ambas versiones, para relaciones románticas y no románticas, mediante el análisis factorial, se agruparon los ítems de originalmente los 4 estilos propuestos por Bartholomew (1994, en Casullo y Fernández, 2005) a 3 estilos coincidiendo con los estilos de Ainsworth (1991, en Casullo y Fernández, 2005) y Hanzan y Shaver (1987, en Casullo y Fernández, 2005).

Descripción: Este instrumentos posee dos versiones o partes independientes que toman como referencia dos contextos diferenciados: el de las relaciones románticas y el de los vínculos no románticos; el examinado debe responder cada elemento sobre la base de una escala Likert, donde los valores de respuesta se hallan ordenados de menor a mayor en términos de frecuencia (1 equivale a casi nunca, 2 identifica la opción a veces; 3 corresponde a la respuesta con frecuencia y 4, a casi siempre). La respuesta se escoge en función de la frecuencia con la que quien responde piensa o siente lo que cada reactivo.

Aspectos que explora: Explora 3 factores que corresponden a un estilo cada uno de ellos, como sigue

Factor 1: Estilo temeroso/evitativo, 6 ítems

Factor 2:, estilo ansioso, 3 ítems

Factor 3; estilo seguro, 2 ítems

Aplicación: Adultos de 18 a 60 años, de ambos sexos.

Tiempo: Sin tiempo límite, tiempo aproximado de 15 minutos.

Calificación: Se suman las puntuaciones obtenidas en cada factor, y luego se ubica de acuerdo en el nivel percentilar que se ubica en los niveles de Extremadamente bajo (Percentil 5 a menos); Bajo (Percentil de 6 a 25); Promedio (Percentil de 30 a 70); Elevado (Percentil 75 a 90) y Muy Elevado (Percentil de 90 a 99).

Confiabilidad: Alpha de Cronbach para los vínculos no románticos de .4685 y para los vínculos románticos de .4855.

Tabla Normativa de los Niveles de los estilos de apego de tipo romántico, norma propia, elaborada para el presente trabajo de investigación con estudiantes universitarios.

Tipo de Apego Temeroso Evitativo		Tipo de Apego Ansioso		Tipo de Apego Seguro	
Puntajes	Niveles	Puntajes	Niveles	Puntajes	Niveles
5 - 8	Bajo	2	Bajo	2	Bajo
9	Medio	3	Medio	3	Medio
10-20	Alto	4-8	Alto	4-8	Alto
N = 1179					

Escala de Bienestar Psicológico para adultos de Casullo

Autor: Maria Martina Casullo (2002=)

Antecedentes: Basado en la teoría de Ryff, Casullo (2002), desarrolló la Escala de Bienestar Psicológico, considerando las dimensiones de Ryff: Autonomía (capacidad de actuar de modo independiente), Control de Situaciones (sensación de control y autocompetencia), Vínculos psicosociales (capacidad de las relaciones personales), Proyectos (metas y propósitos en la vida)

y Aceptación de sí mismo (sentimiento de bienestar con uno mismo). Se redactaron 4 ítems para cada una de las dimensiones del bienestar consideradas. Cada frase podía ser respondida en un formato de respuesta Likert con 3 opciones de respuesta. Se obtuvo una puntuación total y una para cada subescala o dimensión.

Al fin de verificar la pureza psicométrica de cada uno de ellos se realizó un análisis factorial de componentes principales, con rotación varimax de sus elementos. El proceso fue llevado a cabo de forma interactiva eliminándose en cada paso los ítems que tuvieran peso similar en más de un factor. La solución factorial final constaba de 4 factores que explicaban el 53% de la varianza de las puntuaciones. Los factores encontrados mediante este análisis fueron: Proyectos, Autonomía y Vínculos. El factor Control de Situaciones aparecía solapado con Aceptación de Sí Mismo, configurando un mismo factor.

Descripción: Escala autoadministrable, que evalúa el bienestar psicológico autopercibido en la población adulta. Cuando se utiliza la puntuación global, es recomendable el análisis cualitativo de las respuestas dadas a los ítems agrupados según las cuatro dimensiones: Vínculos, Proyectos Autonomía y Control/Aceptación de sí mismo.; esta puntuación global directa o bruta se interpreta en función de transformaciones percentilares, sin tener en cuenta diferencias según género o edad; es decir no existen diferencias individuales según sexo y edad.

Aspectos que explora: Bienestar Psicológico en Adultos

Dimensiones: Control/Aceptación (ítems 2, 11 y 13), Autonomía (ítems (4, 9 y 12), Vínculos (ítems 5, 7 y 8) y Proyectos (1, 3, 6 y 10).

Aplicación: Adultos de 18 a 60 años, de ambos sexos

Tiempo: Sin tiempo límite, aproximadamente 10 minutos.

Calificación: Son tres tipos de respuestas, En desacuerdo: 1 punto, Ni de acuerdo ni en desacuerdo: 2 puntos y De acuerdo: 3 puntos; la sumatoria hace un puntaje directo mínimo de 28 y máximo de 39, ubicándose un tabla percentilar para establecer su nivel de acuerdo a su ubicación.

Confiabilidad: La escala total tiene una confiabilidad de 0,70. Sin embargo, estos valores descendían si se considera cada una de las escalas por separado, dado que cada sub escala está compuesta por muy pocos elementos (Proyectos= 0,59; Autonomía= 0,61; Vínculos= 0,49 y Control/Aceptación= 0,46).

Tabla Normativa de los Niveles del bienestar psicológico, norma propia, elaborada para el presente trabajo de investigación con estudiantes universitarios.

Puntajes	Niveles
18-33	Bajo
34	Medio Bajo
35	Medio
36	Medio Alto
37-39	Alto
N = 1179	

Ficha de recolección de datos

La ficha de recolección de datos, recoge la siguiente información de la muestra: carreras, edad y sexo.

Técnicas de procesamiento y análisis de datos

Se emplearán medidas estadísticas descriptivas, considerando los estilos de apego en la relación de pareja y niveles de bienestar psicológico, comparando la carrera de estudios de los estudiantes universitarios de una universidad privada.

Luego de desarrollada la estadística básica, se procederá al análisis cualitativo de los resultados obtenidos mediante éstas, corroborando o negando los supuestos básicos establecidas en el presente trabajo de investigación.

RESULTADOS

1. Resultados estadísticos descriptivos sobre los estilos de apego en la muestra total de estudiantes universitarios

1.1. Estilo de apego temeroso evitativo

Tabla No. 1
Distribución de frecuencias del Estilo de apego temeroso evitativo

Puntaje	F	F	f'
5	130	130	11.03
6	104	234	8.82
7	117	351	9.92
8	134	485	11.37
9	149	634	12.64
10	154	788	13.06
11	112	900	9.50
12	99	999	8.40
13	52	1051	4.41
14	54	1105	4.58
15	32	1137	2.71
16	12	1149	1.02
17	11	1160	0.93
18	13	1173	1.10
19	3	1176	0.25
20	3	1179	0.25
N	1179	%	100.00
\bar{X}	9.42		
Mdna	9		

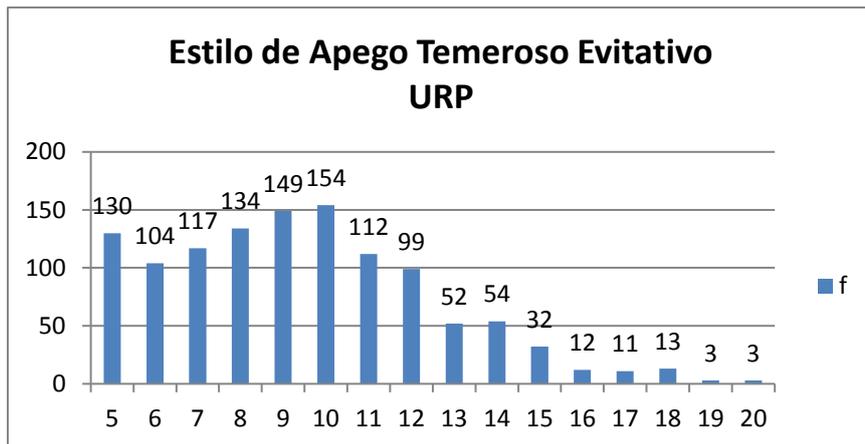


Gráfico No.1 : Distribución de frecuencias del estilo de apego temeroso evitativo

En la tabla Nº 01 y el gráfico Nº 01 se observa la distribución de frecuencias de los puntajes obtenidos en relación al estilo de apego temeroso evitativo. La media aritmética de 9.42 y la mediana de 9.00, así como la tendencia de los puntajes más frecuentes que va de 5 a 10 puntos permiten ubicar a este estilo en un nivel medio alto; y si comparamos con los resultados en el estudio argentino se observa que hay una diferencia de 1 punto, al ser la media de esta muestra extranjera de 8.44 (Casullo y Fernández, 2005), y al igual que la muestra peruana el puntaje máximo fue de 20 y el puntaje mínimo fue de 5.

1.2. Estilo de apego ansioso

Tabla No. 2

Distribución de frecuencias del Estilo de apego ansioso

Puntaje	f	F	f'
2	476	476	40.37
3	325	801	27.57
4	210	1011	17.81
5	97	1108	8.23
6	43	1151	3.65
7	14	1165	1.19
8	14	1179	1.19
N	1179	%	100.00
\bar{X}	3.16		
Mdna	3		

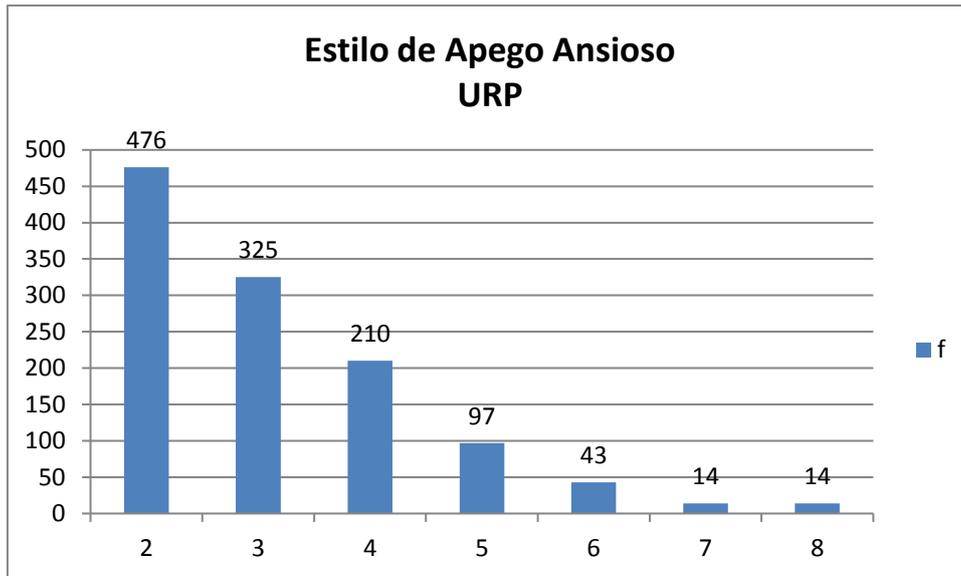


Gráfico 2: Distribución de frecuencias del estilo de apego ansioso

En la tabla Nº 02 y el gráfico Nº 02 se observa la distribución de frecuencias de los puntajes obtenidos en relación al estilo de apego ansioso. La media aritmética de 3.16 y la mediana de 3.00, así como la tendencia de los puntajes más frecuentes van desde los 2 y 4 puntos, lo cual permite ubicar a estos puntajes en niveles de medio bajo; comparándose con los resultados en el estudio argentino se observa que no se aprecian diferencias significativas, al ser la media aritmética de esta muestra extranjera de 3.09 (Casullo y Fernández, 2005), y al igual que la muestra peruana el puntaje máximo fue de 8 y el puntaje mínimo fue de 2.

1.3. Estilo de apego seguro

Tabla No.3
Distribución de frecuencias del Estilo de apego seguro

Puntaje	f	F	f'
2	493	493	41.82
3	271	764	22.99
4	212	976	17.98
5	109	1085	9.25
6	54	1139	4.58
7	27	1166	2.29
8	13	1179	1.10
N	1179	%	100.00
\bar{X}	3.23		
Mdna	3		

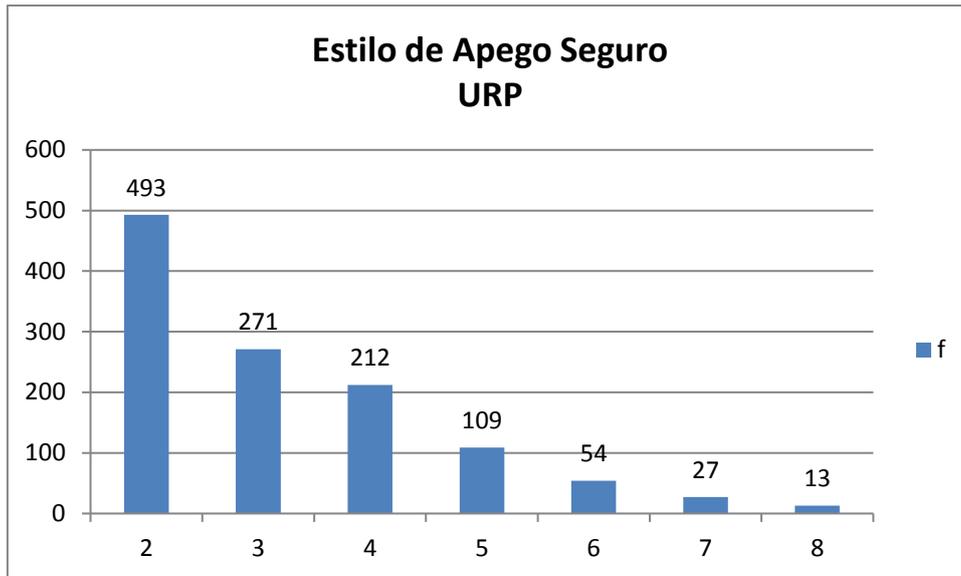


Gráfico No. 3: Distribución de frecuencias del estilo de apego seguro

En la tabla Nº 03 y el gráfico Nº 03 se observa la distribución de frecuencias de los puntajes obtenidos en relación al estilo de apego seguro. La media aritmética de 3.23 y la mediana de 3.00, así como la tendencia de los puntajes más frecuentes van desde los 2 y 4 puntos, siendo el puntaje más alto de 8 y el mínimo de 2, lo cual permite ubicar a estos puntajes en niveles de medio bajo; comparándose con los resultados en el estudio argentino se observa que hay ligeras diferencias, al ser la media aritmética de esta muestra extranjera de 4.12 (Casullo y Fernández, 2005), siendo ligeramente superior por un punto; sin embargo esta muestra extranjera se ubica en un nivel promedio con relación a su grupo comparativo, asimismo el puntaje máximo fue de 8 y el puntaje mínimo fue de 1.

1.4. Normas y Niveles de los estilos de apego en la muestra total de estudiantes universitarios

Tabla No. 4

Normas y Niveles de los estilos de apego en la muestra total de estudiantes universitarios

Estilo de Apego Temeroso Evitativo				Estilo de Apego Ansioso				Estilo de Apego Seguro			
Puntajes	Niveles	No.Alumnos	%	Puntajes	Niveles	No.Alumnos	%	Puntajes	Niveles	No.Alumnos	%
5 - 8	Bajo	485	41.14	2	Bajo	476	40.37	2	Bajo	493	41.82
9	Medio	149	12.64	3	Medio	325	27.57	3	Medio	271	22.99
10-20	Alto	545	46.23	4-8	Alto	378	32.06	4-8	Alto	415	35.20
N		1179	100.00	N		1179	100.00	N		1179	100.00

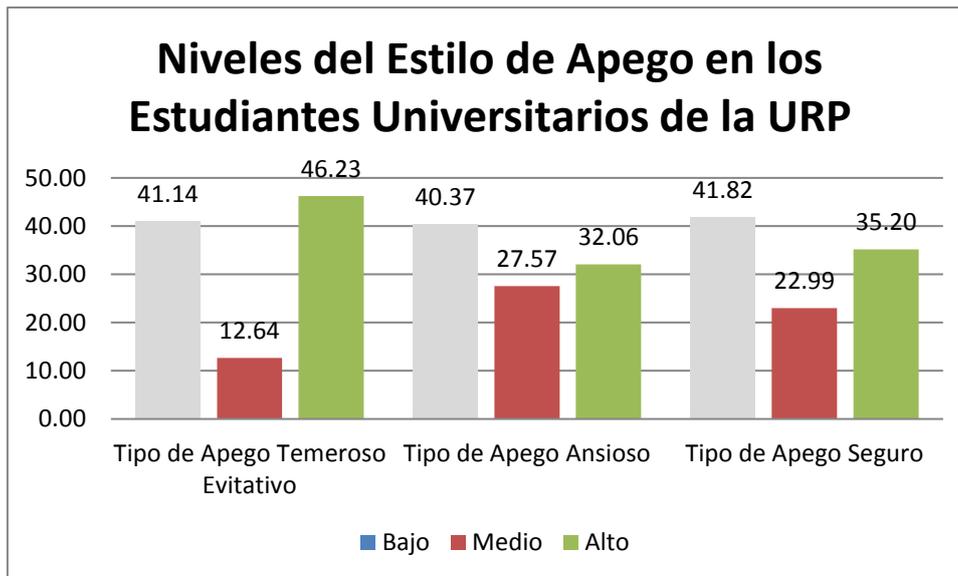


Gráfico No. 4: Niveles de los estilos de apego en la muestra total de estudiantes universitarios

En la tabla No.4 y Gráfico No. 4 se pueden apreciar los niveles obtenidos en la muestra total de los estudiantes universitarios; apreciándose que el estilo temeroso evitativo predomina en un nivel alto frente a toda la muestra estudiada con un 46.23%, prosiguiendo todos los estilos con un porcentaje similar en el nivel bajo, el estilo temeroso evitativo con un 41.14%, estilo de apego ansioso con un 40.32% y el estilo de apego seguro con un 41.82%; finalmente el estilo de apego temeroso evitativo es el que obtiene el nivel bajo más significativo en comparación con los otros estilos con un 12.64%, seguido del estilo de apego ansioso con un 27.57%, y el estilo de apego seguro con un 22.99%.

2. Resultados de los estilos de apego considerando las carreras profesionales

2.1. El estilo de apego temeroso evitativo según carreras profesionales

Tabla No.5

Medias y Medianas del estilo de apego temeroso evitativo de las carreras profesionales de los estudiantes universitarios

Niveles	Biología/Medicina		Ciencias	Derecho	Medicina		
	Arquitectura	Veterinaria	Económicas	Traducción	Ingeniería	Humana	Psicología
Media	9.8	10	9	10	9.62	9.2	8.9
Mediana	10	10	9	10	9	9	9.0
N	151	85	186	127	210	278	142

En la tabla No. 5, se aprecia las medias y medianas de acuerdo a las carreras profesionales evaluadas en relación al estilo de apego temeroso evitativo, observándose éstas mantienen una equivalencia similar, es así como las carreras de Biología/Medicina Veterinaria, Ciencias Económicas, Derecho/Traducción se aprecia una media y mediana de igual puntaje; difiriendo en las carreras de Arquitectura, Ingeniería, Medicina Humana y Psicología de 0.1 a 0.6 puntos.

2.2. El estilo de apego ansioso según carreras profesionales

Tabla No. 6

Medias y medianas del estilo de apego ansioso de las carreras profesionales de los estudiantes universitarios

Niveles	Arquitectura	Biología/Medicina		Ciencias	Derecho	Medicina	
		Veterinaria	Económicas	Traducción	Ingeniería	Humana	Psicología
Media	3.2	3	2.8	3.3	3.25	3.12	2.0
Mediana	3	3	2	3	3	3	3.0
N	151	85	186	127	210	278	142

En la tabla No. 6, se aprecia las medias y medianas correspondientes al estilo de apego ansioso, observándose que difieren entre 0.1 y 1 puntos entre ellas en las carreras profesionales evaluadas; asimismo las medias presentan un puntaje similar entre 2.8 y 3.23, a excepción de la carrera de psicología que presenta una media de 2 puntos.

2.3. El estilo de apego seguro según carreras profesionales

Tabla No. 7

Distribución de medias y medianas del estilo de apego seguro de las carreras profesionales de los estudiantes universitarios

Niveles	Arquitectura	Biología/Medicina		Ciencias	Derecho	Medicina	
		Veterinaria	Económicas	Traducción	Ingeniería	Humana	Psicología
Media	3.2	3	3	3.4	3.4	3.11	3.3
Mediana	3	2	2	3	3	3	3.0
N	151	85	186	127	210	278	142

En la tabla No. 7 se presentan las medias y medianas del estilo de apego seguro, apreciándose que sus puntuales son similares en las carreras de Arquitectura, Derecho/Traducción, Ingeniería, Medicina Humana y Psicología, oscilando sus puntajes entre 3 y 3.4, a excepción de la carrera de ciencias económicas cuya media aritmética es de 3 puntos y la mediana de 2 puntos, teniendo así un punto de diferencia entre ambas medidas estadísticas; asimismo se aprecia que las medias aritméticas tienen una puntuación similar en todas las carreras profesionales oscilando sus puntuaciones entre 3 y 3.4 puntos.

2.4. Niveles del estilo de apego temeroso evitativo de acuerdo a carreras profesionales

Tabla No.8

Niveles del estilo de apego temeroso evitativo en los estudiantes universitarios de acuerdo a su carrera de estudios

Niveles	Arquitect	Biología	Derecho	Medicina		Psicología
	-tura	MedVet		CC.EE.	Humana	
	%	%	%	%	%	%
Bajo	38.41	41.18	31.50	34.29	48.20	41.55
Medio	11.26	8.24	14.17	16.67	10.07	14.08
Alto	50.33	50.59	54.33	49.05	41.73	44.37
N	151	85	127	210	278	142

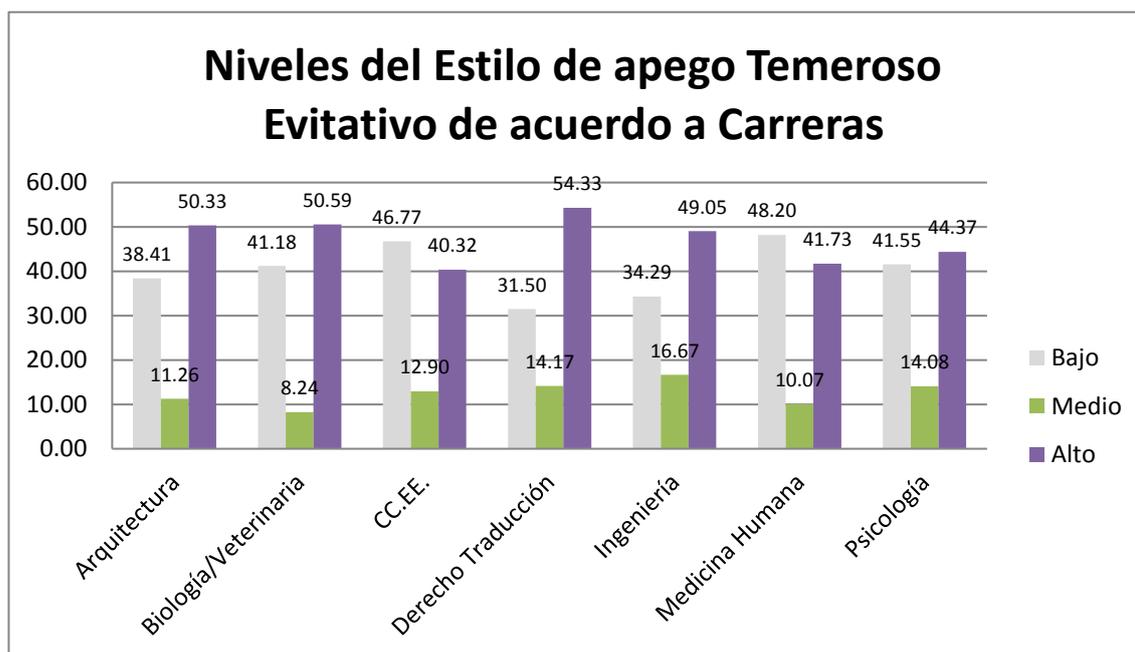


Gráfico No. 5 : Niveles del estilo de apego temeroso evitativo en los estudiantes universitarios de acuerdo a su carrera de estudios

En la tabla No. 8 y el gráfico No. 5, se puede observar los niveles del estilo temeroso evitativo correspondiente a las carreras profesionales evaluadas, apreciándose que entre todas las carreras evaluadas el nivel alto en las carreras de Derecho y Traducción es el que predomina con un 54.33% de sus alumnos, en comparación con las otras carreras profesionales, para las cuales este nivel alto es también el que predomina en la mayoría de ellas como son las carreras de Arquitectura, Biología y Veterinaria, Ingeniería, y Psicología; siendo sólo diferente en la carrera de Medicina Humana, en la cual predomina este estilo en un nivel bajo con un 48.20% de sus alumnos. Asimismo se aprecia que el nivel medio es el que menos predomina ya que sus porcentajes oscilan entre un 8.24% y un 16.67% en comparación con los niveles bajo y alto de todas las carreras profesionales evaluadas.

2.5. Niveles del estilo de apego ansioso de acuerdo a carreras profesionales

Tabla No. 9

Niveles del estilo de apego ansioso en los estudiantes universitarios de acuerdo a su carrera de estudios

	Arquitect -tura	Biología MedVet	CC.EE.	Derecho Trad.	Ingeniería	Medicina Humana	Psicología
Niveles	%	%	%	%	%	%	%
Bajo	36.42	35.29	51.08	34.65	35.71	41.73	42.96
Medio	28.48	24.71	25.27	29.13	31.90	27.70	23.24
Alto	35.10	40.00	23.66	36.22	32.38	30.58	33.80
N	151	85	186	127	210	278	142

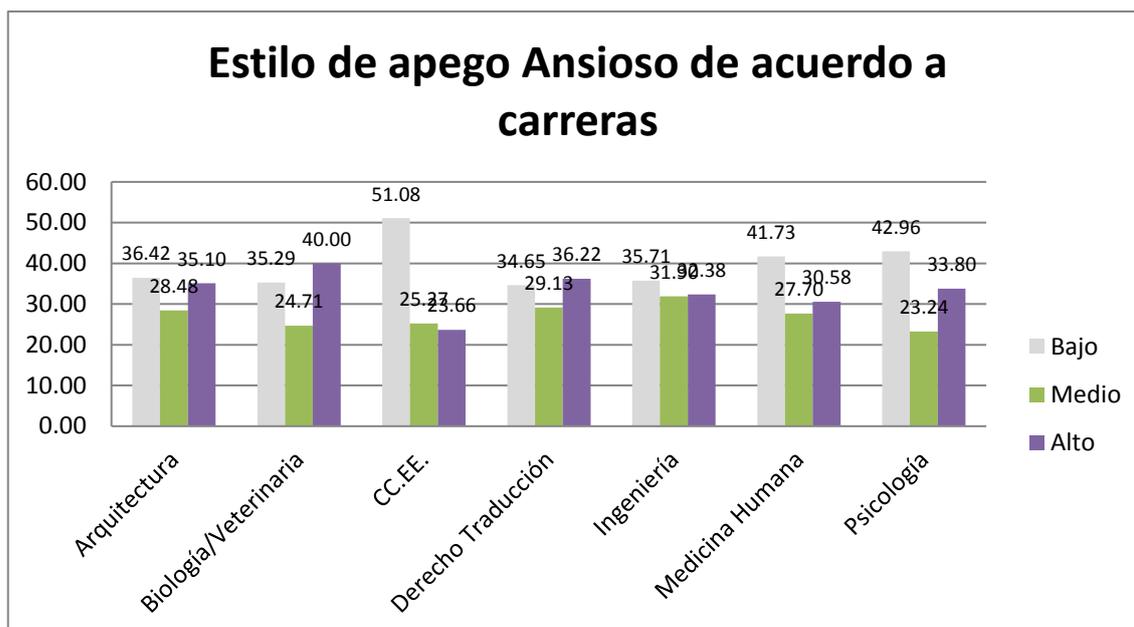


Gráfico 6: Niveles del estilo de apego ansioso en los estudiantes universitarios de acuerdo a carrera de estudios

En la tabla No. 9 y gráfico No. 6 se puede observar los niveles correspondientes al estilo de apego ansioso de acuerdo a las carreras profesionales evaluadas, apreciándose que el nivel bajo es que mayor proporción tiene con un 51,08% en los estudiantes de las carreras de ciencias económicas; siendo similar el caso para las demás carreras cuyo más alto nivel es de igual forma para todas las carreras el nivel bajo oscilando entre un 34.65% y un 42.96%; asimismo el nivel alto se mantiene entre un 23.66% y un 40%, siguiendo como más bajo la proporción del nivel medio el cual está entre un 23.24% y 29.13% de las carreras profesionales de los estudiantes universitarios evaluados.

2.6 Niveles del estilo de apego seguro según carreras profesionales

Tabla No.10

Niveles del estilo de apego seguro en los estudiantes universitarios de acuerdo a carrera de estudios

	Arquitectu- -tura	Biología MedVet	CC.EE.	Derecho Trad.	Ingeniería	Medicina Humana	Psicología
Niveles	%	%	%	%	%	%	%
Bajo	41.06	42.35	50.54	41.73	32.38	44.96	38.73
Medio	21.85	20.00	19.89	19.69	28.57	23.38	23.94
Alto	37.09	37.65	29.57	38.58	39.05	31.65	37.32
N	151	85	186	127	210	278	142

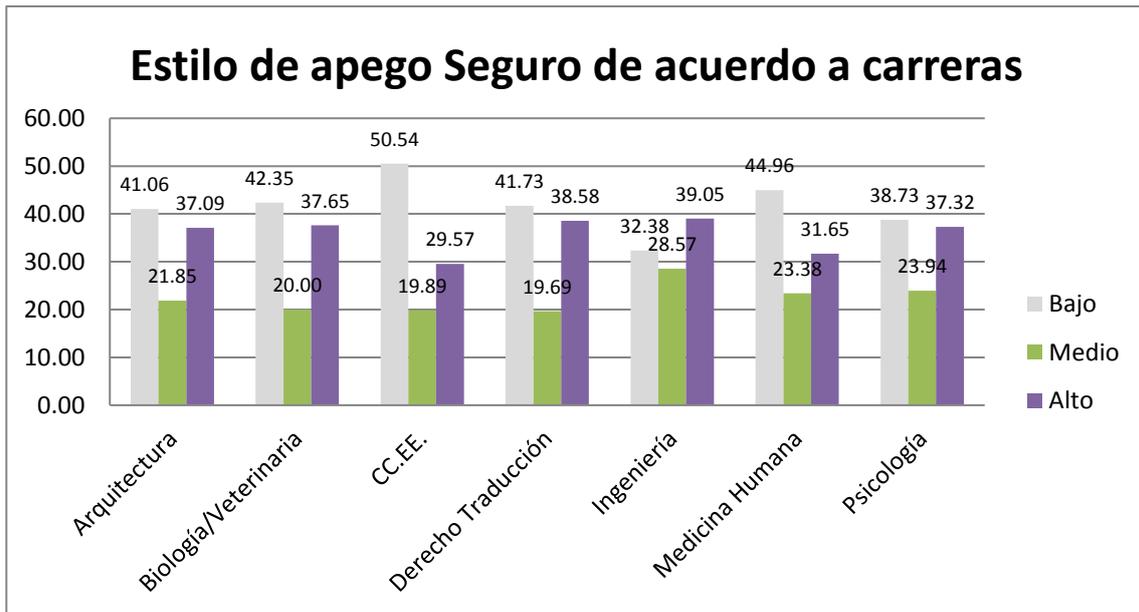


Gráfico 7: Niveles del estilo de apego seguro en los estudiantes universitarios de acuerdo a carrera de estudios

En la tabla 10 y el gráfico 7, se aprecia los niveles del estilo de apego seguro en todas las carreras profesionales evaluadas, apreciándose que el nivel bajo es el que tiene mayor proporción con un 50.54% en los estudiantes de las carreras de ciencias económicas; siendo similar la preponderancia en las otras carreras en cuyas el nivel bajo oscila entre 38.73% y 44.96%; asimismo el nivel que le sigue es el nivel alto el cual se encuentra entre un 29.57% y un 39.05% en todas las carreras evaluadas, para finalmente el nivel que obtiene menor proporción es el nivel medio el cual se encuentra entre un 19.69% y un 23.94%.

3. Resultados estadísticos descriptivos sobre el bienestar psicológico en la muestra total de estudiantes universitarios

Tabla 11
Distribución de Frecuencias del Bienestar Psicológico

Puntaje	f	F	f'
18	1	1	0.08
19	2	3	0.17
20	1	4	0.08
22	1	5	0.08
23	1	6	0.08
24	2	8	0.17
25	1	9	0.08
26	5	14	0.42
27	4	18	0.34
28	19	37	1.61
29	19	56	1.61
30	26	82	2.21
31	43	125	3.65
32	79	204	6.70
33	91	295	7.72
34	133	428	11.28
35	164	592	13.91
36	184	776	15.61
37	171	947	14.50
38	123	1070	10.43
39	109	1179	9.25
N	1179	%	100.00
\bar{X}	35.03		
Mdna	35		

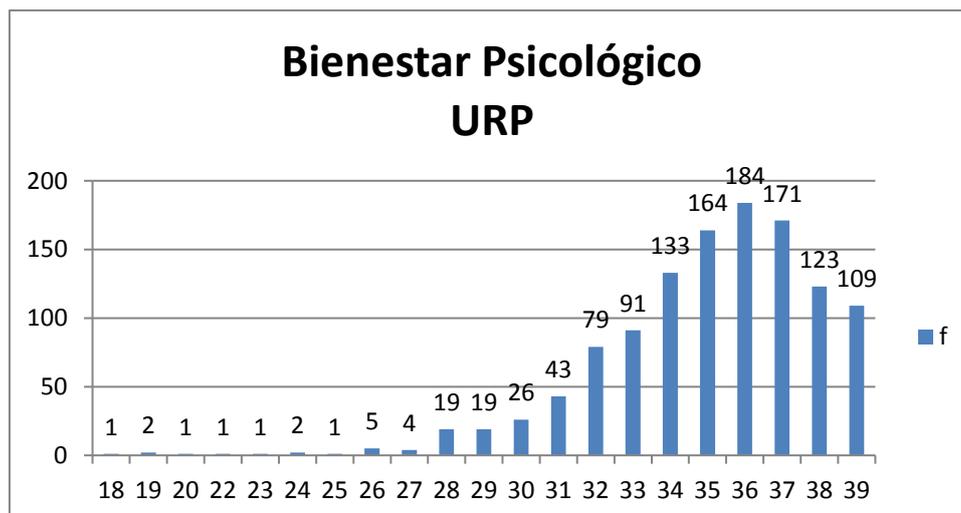


Gráfico 8: Distribución de frecuencias del bienestar psicológico en muestra total de los estudiantes universitarios

En la tabla N° 11 y el gráfico N° 08 se observa la distribución de frecuencias de los puntajes obtenidos en relación al bienestar psicológico. La media aritmética de 35.03 y la mediana de 35.00, así como la tendencia de los puntajes mas frecuentes que va de 34 a 39 puntos permiten ubicar a este estilo en un nivel medio alto; y si comparamos con los resultados en el estudio argentino se observa que hay ligeras diferencias, al ser la media de esta muestra extranjera de 34.61.

Tabla No. 12

Distribución de medias y medianas del bienestar psicológico de las carreras profesionales de los estudiantes universitarios

Niveles	Arquitectura	Biología/Medicina Veterinaria	Ciencias Económicas	Derecho Traducción	Ingeniería	Medicina Humana	Psicología
Mediana	35	35	36	35	35	36	36.0
Media	34	35	35.4	35	34.7	35.4	35.3
N	151	85	186	127	210	278	142

En la tabla No. 12, se aprecia las medias y medianas de acuerdo a las carreras profesionales evaluadas en relación al bienestar psicológico, observándose que éstas mantienen una equivalencia similar, oscilando las medianas entre 35 y 36 y de igual forma las medias entre 34 y 35.4 en todas las carreras evaluadas.

Tabla No. 13

Niveles del bienestar psicológico en la muestra total de estudiantes universitarios.

Puntajes	Niveles	No.Alumnos	%
18-33	Bajo	295	25.02
34	Medio Bajo	133	11.28
35	Medio	164	13.91
36	Medio Alto	184	15.61
37-39	Alto	403	34.18
N		1179	

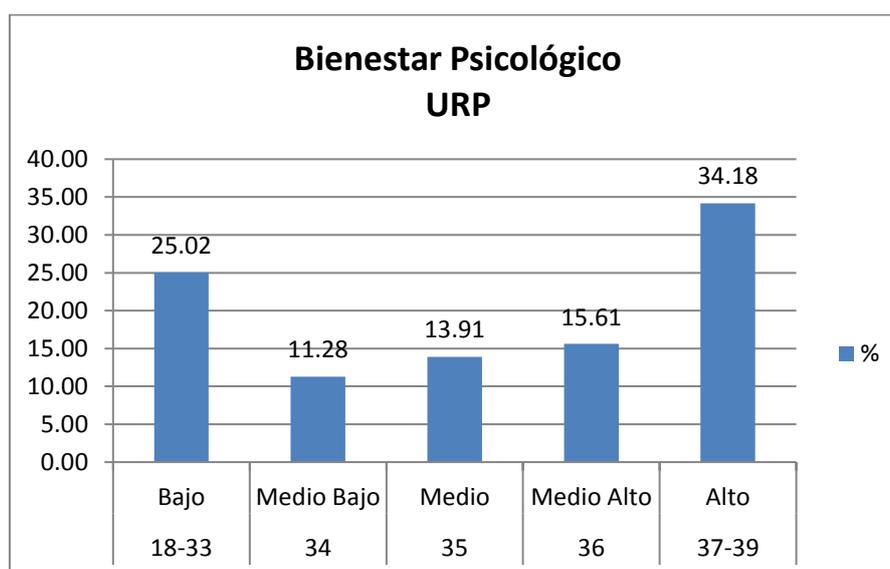


Gráfico No. 9: Niveles del bienestar psicológico en la muestra total de estudiantes universitarios

En la tabla No.13 y Gráfico No. 9 se pueden apreciar los niveles obtenidos en la muestra total de los estudiantes universitarios del bienestar psicológico; apreciándose que predomina el nivel alto con un 34.18%, seguido del nivel bajo con un 25.02%, apreciándose entonces que el mayor porcentaje de muestra total se sitúa en un nivel alto del bienestar psicológico.

Tabla No. 14

Niveles del bienestar psicológico en los estudiantes universitarios de acuerdo a carrera de estudios

	Arquitectura	Biología MedVet	CC.EE.	Derecho Trad.	Ingeniería	Medicina Humana	Psicología
Niveles	%	%	%	%	%	%	%
Bajo	31.79	25.88	19.35	26.77	27.62	23.74	21.83
Medio							
Bajo	13.91	10.59	10.22	9.45	14.29	10.43	9.15
Medio	17.22	20.00	13.44	14.96	17.14	10.07	9.15
Medio							
Alto	16.56	12.94	18.28	15.75	12.86	14.39	19.01
Alto	20.53	30.59	38.71	33.07	28.10	41.37	40.85
N	151	85	186	127	210	278	142

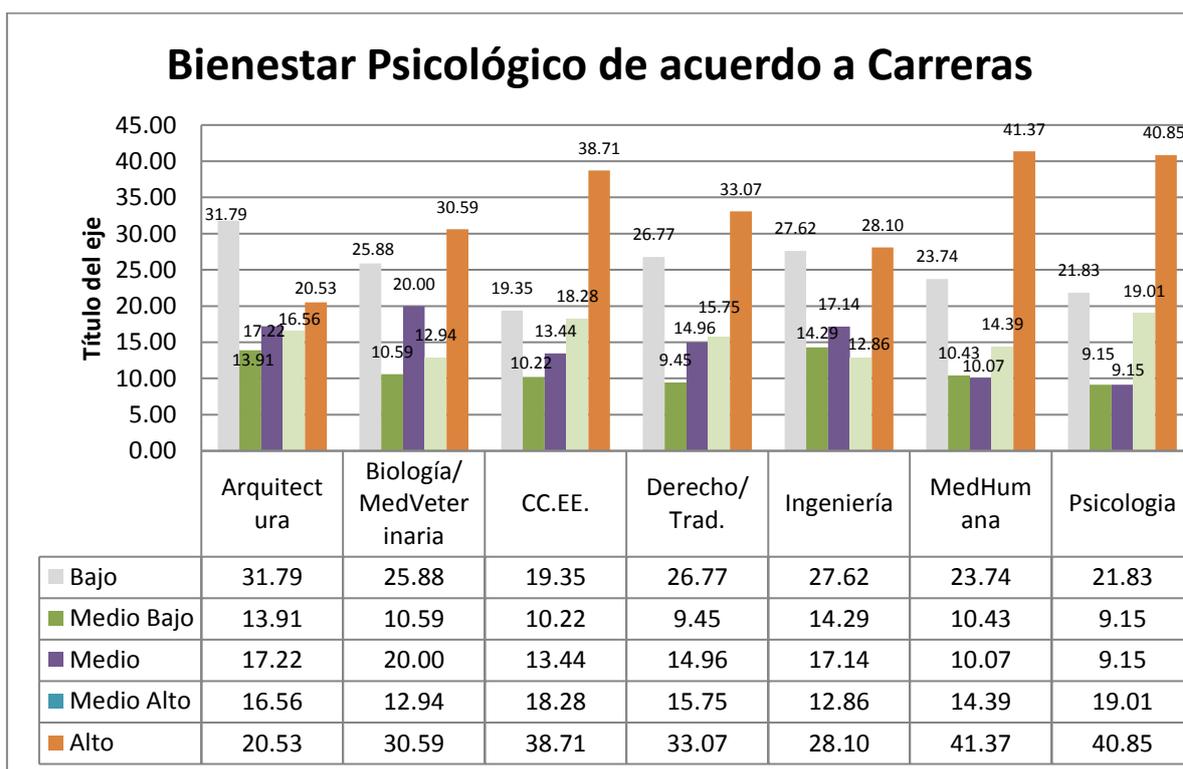


Gráfico No. 10 : *Niveles del bienestar psicológico en los estudiantes universitarios de acuerdo a carrera de estudios*

En la tabla No. 14 y el gráfico No. 10, se aprecia los niveles del bienestar psicológico estilo de apego seguro en todas las carreras profesionales evaluadas, apreciándose que el nivel alto es el que más predomina en todas las carreras oscilando entre un 41.57% y 28,10%; siendo la excepción la carrera de arquitectura, quienes obtiene el nivel alto un 20.53% de su población, siendo el nivel predominante para esta carrera el nivel bajo con un 31.79%; de igual forma el

que predomina luego del nivel alto es el nivel bajo cuyos porcentajes varía entre un 19.35% y 25.88% en todas las carreras, a excepción de arquitectura como se vio al inicio de este párrafo.

DISCUSIÓN

En relación a los estilos de apego

Mediante la presente investigación se corrobora el supuesto básico de que existen variaciones en los niveles de los estilos de apego en los estudiantes universitarios; es así como cada estilo presenta variaciones en sus niveles los cuales son el estilo de apego temeroso evitativo, ansioso y seguro; observándose que los tres estilos comparten los niveles alto y bajo de forma similar en sus proporciones, deduciéndose así que el instrumento tiene poca capacidad de discriminación en los estudiantes universitarios; es decir, podría tal vez funcionar en otra población o tal vez para un trabajo terapéutico, individual; lo cual debería comprobarse con otras investigaciones que utilicen el mismo instrumento para medir los estilos de apego.

En lo correspondiente al estilo de apego temeroso evitativo se aprecia que predomina el nivel alto con un 46.23%, frente a un nivel bajo con un 41.14%, y un nivel medio con un 12.64%, ello se explica que sobresale un nivel alto en este estilo en los estudiantes universitarios que como estilo temeroso se caracterizan por el deseo de intimar con otros pero desconfían de los demás, por lo que evitan involucrarse sentimentalmente. Son muy dependientes y temen ser rechazados, y como estilo evitativo otorgan importancia a la realización personal y la autoconfianza a costa de perder la intimidad con otros. Defensivamente, desvalorizan la importancia de los vínculos afectivos.

Asimismo en relación al estilo de apego ansioso, caracterizado por sujetos que buscan intimar con otros pero temen ser rechazados o desvalorizados, anticipando así situaciones adversas en su relación de pareja lo que motiva episodios de celos, desconfianza e irritabilidad, prefiriendo así mantener una conducta y actitud controladora hacia su ésta; los niveles de los estudiantes universitarios de la muestra total predomina un 40.37% en el nivel bajo, un 32.06% en un nivel alto y un 27.57% en un nivel medio; apreciándose así que es mayor el porcentaje del nivel bajo de este estilo, el cual tiene características negativas para la relación de pareja.

Seguidamente, el estilo de apego seguro, caracterizado por individuos que mantienen una percepción positiva tanto de sí mismos como de los otros, se muestran bien predispuestos para poder acercarse e involucrarse afectivamente con otros. Se sienten cómodos con la intimidad y la autonomía; encontrándose así que 41.82% está en el nivel bajo; un 35.20% en un nivel alto y un 22.99% en un nivel medio de la muestra total de estudiantes universitarios; es decir predomina un nivel bajo de este estilo de apego, el cual es un predictor de la calidad, bienestar de una relación de pareja saludable, por lo que puede inferirse que los estudiantes universitarios que buscan consolidar una relación, tienen posibilidades de encontrar dificultades al tener características contrarias a un estilo de apego seguro.

De otro lado, el estilo de apego temeroso evitativo comparándose las carreras profesionales, se aprecia que el nivel bajo predomina, es decir el que tiene mayor porcentaje con un 48.20% en la carrera de medicina humana, seguido de la carrera de ciencias económicas con un 46.77%; luego el nivel alto predomina en las carreras de Derecho y Traducción con un 54.33%, seguido de Biología y Medicina Veterinaria con un 50.59% e Ingeniería con un 49.05%; apreciándose así que las diferencias entre los niveles bajos y altos son poco relevantes para establecer una dominancia de algún nivel correspondiente a este estilo.

Asimismo, en el estilo de apego ansioso, predomina el nivel bajo con un 51.08% en las carreras de ciencias económicas, difiriendo ampliamente de las otras carreras que le siguen en este nivel como sucede con la carrera de Psicología que obtienen un 42.96% en el nivel bajo; así como, en el nivel alto un obtiene un 40 % en las carreras de biología y medicina veterinaria, seguido de un 35.10 % en la carrera de Arquitectura; en este caso si se puede apreciar una amplia diferencia del nivel bajo en la carreras de ciencias económicas frente a otras; es decir este estilo de apego ansioso es poco predominante en los estudiantes universitarios de estas carreras.

Finalmente, el estilo de apego seguro de acuerdo a las carreras profesionales predomina un nivel bajo en la carrera de ciencias económicas con un 50.54%, seguido de la carrera de medicina humana con un 44.96%; apreciándose una moderada diferencia de puntos entre ambas; asimismo el nivel alto predomina en la carrera de ingeniería con un 39.05% seguido de las carreras de Derecho y Traducción con un 38.58%, apreciándose que las diferencias entre los puntajes de este nivel en las carreras difieren ligeramente entre éstos; apreciándose sólo una diferencia considerable del nivel bajo en las carreras de ciencias económicas frente a los otros niveles de las demás carreras.

En relación al bienestar psicológico

Se corrobora el supuesto de que existen variaciones en los niveles del bienestar psicológico de los estudiantes universitarios, apreciándose que un 34.18% obtiene un nivel alto, y un 25% obtienen un nivel bajo; aunque la tendencia es a mayor nivel de bienestar psicológico ya que el nivel medio alto es 15.61%; entendiéndose así que predomina un sentimiento de bienestar psicológico, estaríamos infiriendo que es considerable la proporción de alumnos universitarios que actualmente se sienten conformes con su vida, sus proyectos o percibiendo promisorios los esfuerzos o actividades que realizan actualmente.

Observándose las carreras profesionales evaluadas, predomina significativamente un nivel alto en las carreras de Medicina humana con un 41.37%, seguido de la carrera de psicología con un 40.85%, y ciencias económicas con un 38.71%, siendo así estos niveles predominantes frente a los otros niveles del bienestar psicológico; de forma contraria se aprecia a la carrera de arquitectura que obtiene un 31.79% del nivel bajo frente a un 20.53% del nivel alto del bienestar psicológico en esta carrera; siendo diferente este caso frente a los demás ya que es el nivel bajo predominante con una diferencia de 10% frente al nivel alto en los alumnos de la carrera de arquitectura; en las demás carreras es saludable que predomine el nivel alto, al ser el bienestar psicológico un constructo positivo que significa sentirse bien consigo mismo, su vida actual y percibirse encaminado a conseguir sus propias metas.

Finalmente los estudiantes universitarios se encuentran en la etapa de desarrollo de la adultez joven, es decir la muestra está caracterizada por una edad entre 18 y 30 años principalmente, siendo un periodo de edad en la que las personas establecen una relación romántica significativa, la cual lo más probable es que trascienda en las siguientes etapas de su vida, sea por la misma vivencia o por la formalización de esta unión.

CONCLUSIONES

Los estilos de apego románticos, muestran niveles bajo, medio y alto que se distribuyen en forma proporcional en cada uno de ellos, predominando el nivel alto en el estilo de apego temeroso evitativo y el nivel bajo del estilo de apego seguro en la muestra total de estudiantes universitarios así como por carreras.

El nivel de bienestar psicológico predominante en todas las carreras profesionales fue el nivel alto, es decir en los estudiantes universitarios se sienten bien con su estilo, calidad y consecución de objetivos en su vida actual.

El presente estudio ha hallado que el instrumento de evaluación utilizado: estilos de apego románticos ofrece una discriminación limitada de algún estilo predominante por grupo de estudiantes de las carreras universitarias evaluadas, que para efectos del presente estudio se distribuyó solo en los niveles bajo, medio y alto.

Así también, este estudio encontró que el instrumento de evaluación utilizado: Bienestar Psicológico, ofrece una discriminación limitada de los niveles del bienestar psicológico en los estudiantes de carreras universitarias evaluadas.

Se concluye así, que es mucho más recomendable utilizar este instrumento de evaluación de los estilos de apego para un trabajo terapéutico de tipo individual, ya que la medición este constructo sería más oportuno para identificar aspectos psicológicos personales de un individuo que pueden estar interfiriendo en su relación de pareja.

REFERENCIAS

- Ballesteros, B.; Medina, A. y Caycedo, C. (2006). El Bienestar psicológico definido por asistentes a un servicio de consulta psicológica en Bogotá, Colombia. *Pontificia Universidad Javeriana*. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/647/64750204.pdf>
- Blanco, J. (2000). *Comportamiento sexual de los adolescentes de Tacna* (Tesis de pregrado) Universidad Ricardo Palma, Lima, Perú
- Bologna, E. (2011). Estadística para psicología y educación. Córdoba: Editorial Brujas.
- Casullo, M. (2002). *Evaluación del bienestar psicológico*. Buenos Aires: Paidós
- Casullo, M. y Fernández, M. (2004). Evaluación de los estilos de apego en adultos. *XII Anuario de Investigaciones*. Recuperado de : http://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid=S1851-16862005000100018&script=sci_abstract
- Casullo, M. y Fernández, M. (2005). *Los estilos de apego, teoría y medición*. Buenos Aires: JVE Ediciones.
- Cornachione, M. (2006). *Adulthood Aspects biological, psychological and social*. Córdoba: Editorial Brujas.
- Crooks, R. y Baur, K. (2010). *Nuestra sexualidad*. México DF: Cengage Learning Editores.
- Díaz, D.; Rodríguez-Carvajal, R.; Blanco, A.; Moreno-Jiménez, B.; Gallardo, I.; Valle, C.; Van Dierendonck, D., (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, 8 (3) 572-577. Recuperado de: <http://www.psicothema.com/pdf/3255.pdf>
- Dominguez, S. (2014). Análisis psicométrico de la escala de bienestar psicológico para adultos estudiantes universitarios de Lima: un enfoque de ecuaciones estructurales. *Psychologia: Avances de la disciplina*. 8 (1) 23-31. Recuperado de: http://www.uigv.edu.pe/fileadmin/facultades/psicologia/documentos/2014_Bienestar_Psicologico_Universitarios.pdf
- Espinoza, M. (2009). *Estilos de personalidad y rendimiento académico en estudiantes de psicología de una universidad privada de Lima* (Tesis de maestría) Universidad Ricardo Palma, Lima, Perú.
- Feldman, R. (1995). *Psicología con aplicaciones para Iberoamérica*. México DF: Mc Graw Hill.
- Fukuyama, C. (2007). *Dimensiones de personalidad, inteligencia emocional y ansiedad rasgo-estado en estudiantes de una universidad privada* (Tesis de maestría) Universidad Ricardo Palma, Lima, Perú.
- Garret, H. (1971). Estadística en psicología y educación. Buenos Aires: Editorial Paidós.
- Guzmán, J., Rovella, A. y Rivarola, M. (2012). La Relación de apego y bienestar psicológico en adultos. *Revista diálogos* 3 (2) 87-94.

- Hansen, B. (2003). *Desarrollo en la edad adulta*. México DF: Manual Moderno.
- Masters, W., Johnson, V. y Kolodny, R. (1985). *La Sexualidad Humana 2*. Barcelona: Grijalbo.
- Mestanza, D. (2013). *Tipo de locus de control en estudiantes universitarios* (Tesis de pregrado). Universidad Ricardo Palma, Lima, Perú.
- Nava, M. (2011). Autorrealización y vida en pareja en estudiantes universitarios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 16 (2) 323-338. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/292/29222521008.pdf>
- Paramo, M., Straniero, C., García, C., Torrecilla, N. y Escalante, E. (2012). Bienestar psicológico, estilos de personalidad y objetivos de vida en estudiantes universitarios. *Pensamiento Psicológico*, 10, (1) 7-21. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80124028001>
- Quevedo, R. (1996). *Actitudes hacia la infidelidad en miembros de parejas conyugales en Lima Metropolitana* (Tesis de pregrado). Universidad Ricardo Palma, Lima, Perú.
- Rathus, S., Nevid, J. y Fichner-Rathus, L. (2005). *Sexualidad Humana*. Madrid: Pearson Educación SA.
- Rodriguez, Y. y Quiñones, A. (2012). El bienestar psicológico en el proceso de ayuda con estudiantes universitarios. *Revista Griot*, 5 (1) 7-17. Recuperado de: <http://revistagriot.uprrp.edu/archivos/2012050101.pdf>
- Sánchez, H. y Reyes, C. (2012). *Metodología y Diseños en la Investigación Científica*. Lima: Business Support.
- Sanchez, R. y Diaz, R. (2003). Patrones y estilos de comunicación de la pareja: diseño de un inventario. *Anales de psicología*, 19, (2) 257-277. Recuperado de: https://www.um.es/analesps/v19/v19_2/08-19_2.pdf
- Schaie, K y Willis, S. (2003). *Psicología de la edad adulta y vejez*. Madrid: Pearson / Prentice Hall.
- Shaffer D. y Kipp, K. (2007). *Psicología del desarrollo. Infancia y adolescencia*. México DF: Cengage Learning.
- Torres, F. (2009). *Relación entre los factores de personalidad y los factores de felicidad en estudiantes universitarios* (Tesis de pregrado). Universidad Ricardo Palma, Lima, Perú.
- Vargas, B. (1993). *Comportamiento sexual de mujeres adultas procedentes de Iquitos y Lima* (Tesis de pregrado). Universidad Ricardo Palma, Lima, Perú.
- Yarnoz, S., Alonso-Arbiol, I., Plazaola, M. y Sainz de Murieta, L. (2001). Apego en adultos y percepción de los otros. *Anales de psicología*, 17 (2) 159-170. Recuperado de: http://www.um.es/analesps/v17/v17_2/02-17_2.pdf
- Zacarés, J. y Serra, E. (1998). *La madurez personal: perspectivas desde la psicología*. Madrid: Ediciones Pirámide SA