

Capacidad para aportar y solicitar apoyo emocional en las relaciones de pareja en relación con los perfiles de apego

Javier Gómez-Zapiain*, María José Ortiz y Julen Gómez-Lope

Universidad del País Vasco / Euskal Herria Unibertsitatea

Resumen: El objetivo de esta investigación consistió en estudiar diferencias de género en la capacidad de aportar (posición de soporte) y solicitar (posición de dependencia) apoyo emocional en las relaciones de pareja en función de los perfiles de apego. Para ello se analizaron estas capacidades en el seno de la pareja, considerando que éstas están integradas en el sistema de cuidados. Se trata de conocer en qué medida estas capacidades dependen de los contenidos de género atribuidos a la variable sexo, o a los perfiles de apego.

En este estudio participaron 125 personas, mujeres y varones, comprendidos entre 22 y 65 años que en el momento de la investigación convivían de modo estable con sus parejas. Los resultados obtenidos confirmaron que la tendencia a la evitación interfiere en las capacidades de soporte y dependencia en ambos sexos. Sin embargo, la ansiedad fue modulada por la variable sexo de modo que se encontraron diferencias significativas entre mujeres y varones respecto a las variables estudiadas. El presente estudio aporta evidencias acerca del interés de combinar las variables ansiedad y evitación para obtener grupos que representen categorías de apego. Los análisis derivados de ello matizan considerablemente los resultados de modo que los hombres altamente ansiosos cuidan tanto como las mujeres, siempre y cuando el nivel de evitación sea bajo. Sin embargo en el grupo de mujeres ansiosas, la elevada evitación no inhibe los cuidados. Estos resultados sugieren el interés de profundizar en el estudio de las características psicológicas del perfil denominado "evitativo-miedoso", determinado por las personas que muestran puntuaciones elevadas tanto en evitación como en ansiedad.

Palabras clave: apego; relaciones de pareja; apoyo emocional; sistema de cuidados; diferencias de género.

Title: Ability to provide and request emotional support in affective relationships, in accordance with attachment profiles.

Abstract: The aim of this study was to analyze gender differences in the ability to provide (support position) and request (dependence position) emotional support in affective relationships, in accordance with attachment profiles. These abilities were analyzed, as they are considered to form part of the caregiving system within couple relationships. The aim was to determine the extent to which these abilities depend on gender contents attributed to the sex variable or to attachment profiles.

Hundred and twenty five women and men, aged between 22 and 65 participated in this study, who at the time of research had a stable couple relationship. Results obtained confirmed that tendency to avoidance interfered in support and dependency abilities, in both, men and women. Anxiety, however, was modulated by gender, as significant differences were found between women and men in the studied variables. This study provides evidence about the importance of combining anxiety and avoidance variables to obtain groups that represent attachment categories. Analysis with categories clarified notably previous results, as it was found that highly anxious men provided care as much as women, as long as avoidance levels were low. Nevertheless, in the anxious women group, high levels of avoidance did not inhibit caregiving. Results from this study suggest the need of studying more the psychological features of the avoidant-fearful profile, formed by people with high scores in anxiety and avoidance.

Key words: attachment; affective relationships; emotional support; caregiving system; gender differences.

Introducción

La evolución humana ha promovido que la vinculación de los niños a los progenitores sea una de las grandes necesidades básicas. Los bebés humanos vienen programados para buscar la proximidad, la protección de las figuras de apego, con el fin de establecer un lazo afectivo (López y Ortiz, 1999). Por su parte, los adultos disponen de resortes afectivos que les llevan a proteger y cuidar a los hijos, a la vez que satisfacen la necesidad de seguridad emocional más básica del ser humano, la de saberse querido y aceptado de manera incondicional y estable. La infancia es la etapa donde la protección, el cuidado, la aceptación incondicional son esenciales para la supervivencia. Además, en el seno de esta primera relación intersubjetiva se forman representaciones mentales del apego, se genera la seguridad básica que sustenta la autoestima y expectativas positivas respecto a los otros y a las relaciones, y se establecen las bases de la empatía, de los cuidados sensibles y de la expresión y regulación emocional. No obstante, el apego es una necesidad básica a lo largo de todo el ciclo vital.

La aplicación de la teoría del apego a las relaciones afectivas adultas ha promovido un marco muy interesante para estudiar el amor y las relaciones de pareja. Desde esta perspectiva, Hazan y Shaver (1987) propusieron que el amor puede ser considerado como la expresión del vínculo de apego en las relaciones afectivas entre adultos. A diferencia del apego en la infancia, la relación de pareja integra la motivación erótica, es voluntaria, no es necesariamente incondicional y estable, y en ella ambos son figuras de apego. Sin embargo, si tenemos en cuenta las necesidades de proximidad y de seguridad, evidentes también en los adultos, las reacciones ante la pérdida o amenaza de abandono de las figuras de apego, el modo especial de comunicación emocional entre los miembros de la pareja y el papel que ejerce la seguridad del apego en la capacidad para afrontar los retos de la vida, se puede afirmar con Bowlby (1969) que el apego continúa y es funcional a lo largo del ciclo vital. Como señala López (2009), sus funciones son esencialmente las mismas, entre ellas, favorecer la supervivencia y la estabilidad en la crianza, la seguridad emocional y la intimidad, servir de base a la exploración y disponer de cuidado y consuelo, entre otras (Collins, Guichard, Ford y Feeney, 2006). Desde esta perspectiva la pareja se entiende como un sistema relacional al servicio de la satisfacción de las necesidades de las personas que la componen a partir de la interacción de tres siste-

* Dirección para correspondencia [Correspondence address]:
Javier Gómez-Zapiain. Facultad de Psicología. Universidad del País Vasco /Euskal Herria Unibertsitatea. Av. de Tolosa, 70. 20018 San Sebastián (España). E-mail: gomez.zapiain@ehu.es

mas en interacción, el sistema sexual, el apego y el sistema de cuidados.

En las relaciones afectivas adultas, en el ámbito de la pareja, el sistema de cuidados se refiere a un conjunto de comportamientos y actitudes que permite proveer a la pareja de los cuidados que requiere, al tiempo que se solicita de ella los cuidados necesarios. Motiva al cuidador a atender y responder a las señales de necesidad de la persona con la que se está vinculada y a ésta a expresar cognitivamente su estado de vulnerabilidad (Kunce y Shaver, 1994). Este conjunto de estrategias está al servicio del mantenimiento de la calidad del vínculo, cuyo objetivo es el bienestar del otro, y con ello la estabilidad del sistema (Collins, Guichard, Ford y Allard, 2006). A diferencia de la infancia, una buena relación debería ser simétrica, es decir, cada miembro debería poder cambiar flexiblemente de rol, pudiendo activar el sistema de apego y el de cuidados indistintamente, conforme a las diversas situaciones (Brennan y Bosson, 1998; Collins et al., 2006). No obstante, al igual que en el cuidado de los padres hacia los hijos, el cuidado en la pareja supone disponibilidad, sensibilidad ante las necesidades del otro/a, incondicionalidad y atención a múltiples dimensiones (cuidados físicos, emocionales, eróticos, etc.) (López, 2009).

De acuerdo con la teoría del apego, es más probable que las personas seguras estén más dispuestas a brindar apoyo y ayuda al otro (Feeney y Collins, 2001), porque disponen de mayores capacidades para empatizar, están menos centradas en sus propias necesidades y más orientadas a sensibilizarse y ayudar a otros, disponen de mayor capacidad de regulación emocional y una mayor percepción de la propia eficacia a la hora de afrontar el estrés (Mikulincer, Shaver, Gillath y Nitzberg, 2005). En las personas evitativas se ha hallado una activación inferior del sistema de cuidados (Carnelley, Pietromonaco y Jaffe, 1996; Feeney y Collins, 2001; Kunce y Shaver, 1994), algo predecible teniendo en cuenta que su mayor dificultad para empatizar con las señales de necesidad de los otros coincide con la tendencia a aumentar la distancia emocional. Por otro lado, las personas ansioso - ambivalentes tienden a distorsionar la percepción de amenazas, hiperactivando el sistema de cuidados, desarrollando un modo de cuidar de tipo compulsivo (Kunce et al., 1994).

Como se puede comprobar, comienza a destacar una línea de investigación centrada en las relaciones entre el apego y la capacidad de cuidados en las parejas adultas (Alexandrov, Cowan y Cowan, 2005). Sin embargo, no contamos con ninguna investigación sobre apego y cuidados en población española.

Por otra parte, un número relevante de investigaciones que han estudiado la relación entre apego y relaciones de pareja se han centrado en el estudio de la dependencia emocional como un posible efecto de la inseguridad en el apego, atribuyéndole un cierto valor negativo. Sin embargo, ha sido menos estudiada la capacidad de aceptar la necesidad de depender de la persona a la que uno está vinculado, es decir de la pareja, como un recurso positivo que potencia el desarrollo personal. Una aportación de indudable interés en este

sentido es la efectuada por Feeney (2007), quien indica que la aceptación de la necesidad de depender de otra persona percibida como significativa, hace posible, paradójicamente, el incremento de la autonomía personal y la capacidad de exploración, potenciando por ello el crecimiento personal. En un sentido similar, Fisher y Crandell (2001) proponen que los cuidados en el seno de la pareja adulta se expresan a través de la capacidad de ofrecer apoyo emocional y de la capacidad de aceptación de un determinado grado de dependencia del otro miembro de la pareja en momentos de precariedad.

Por ello, una aportación innovadora en la presente investigación se asienta en la manera de valorar y operacionalizar el sistema de cuidados en la pareja. Ello consiste en analizar la capacidad de poder ofrecer y solicitar soporte emocional, para lo cual es necesario percibir adecuadamente la situación de la otra persona, y expresar cognitivamente y emocionalmente, de modo adecuado, la propia situación, particularmente en momentos de estrés debido a situaciones conflictivas. De acuerdo con Fisher y Crandell (2001), la capacidad de regulación del sistema de pareja depende de la calidad de la comunicación entre las partes y de la percepción de los efectos de los eventos que puedan afectarles.

Siguiendo esta línea argumental, en la presente investigación la variable *posición de soporte* ha sido definida como la capacidad de asumir la responsabilidad de sostener, apoyar, comprender y cuidar a la pareja, sobre todo cuando ésta está en situación de vulnerabilidad. Supone poseer la capacidad suficiente de empatía que permita interpretar adecuadamente sus necesidades y su situación emocional, lo que le permitirá actuar en consecuencia. La variable *posición de dependencia* estaría determinada por el reconocimiento del hecho de necesitar a la otra persona, de la asunción de la necesidad de un cierto grado de dependencia (Feeney y Van Vleet, 2010). Se trata de asumir el rol de "ser cuidado". Cuando una persona se sitúa en esta posición debe tener la capacidad de saber expresar sus necesidades, tanto cognitivamente como emocionalmente, de manera inequívoca (Gómez-Zapiain, 2009).

Aunque cada vez se encuentran un mayor número de referencias que avalan la relación entre el cuidado a la pareja y los perfiles de apego, sin embargo, desde nuestro punto de vista, existen otras variables que puedan modular esta relación. Una de ellas, sin duda, es el género. La disposición a cuidar puede estar claramente influenciada por los contenidos de género atribuidos al sexo. Precisamente el cuidado asociado a la crianza y a los demás miembros de la familia ha sido una función asignada tradicionalmente a las mujeres. Diversos trabajos de investigación han hallado que las mujeres se perciben a sí mismas como más capaces de proporcionar ayuda eficaz a la pareja, que evalúan a los otros como más dignos de ser ayudados y revelan más motivos altruistas en su conducta de cuidados, mientras que los varones expresan más motivos de carácter egoísta en su conducta de ayuda y cuidados (Reizer y Mikulincer, 2007). Algunos autores atribuyen estas diferencias a factores biológicos, otros las atribuyen a los procesos de socialización

a través de los cuales el esquema del autoconcepto de la mujer se va configurando en torno a las relaciones interpersonales, mucho más que en el ámbito instrumental, por lo que la conducta de cuidados define muy estrechamente el yo de la mujer (Alonso-Arbiol, Balluerka, y Shaver (2007). Cabría esperar, por tanto, que hubiese una tendencia aprendida en las mujeres hacia los cuidados en el ámbito de la pareja fruto de la presión cultural en este sentido, al tiempo que una mayor incapacidad entre los hombres. Sin embargo, ya que, como señala López (2009), la equidad en la oferta de cuidados es uno de los aspectos peor resueltos en la pareja, y la igualdad está todavía lejos de conseguirse, son muchas las mujeres que cuidan y no se sienten cuidadas, siendo esta una de las causas más frecuentes de frustración en las parejas, que puede llegar a desactivar su motivación para cuidar. Tampoco podemos pasar por alto otra realidad que puede estar modificando de manera significativa estas diferencias relativas al género. La mujer se está integrando con rapidez en el proceso productivo, y no sólo por necesidades económicas, sino también por las ventajas que las mismas mujeres trabajadoras encuentran en los trabajos cualificados fuera del hogar, estimulación intelectual, poder económico, independencia, reconocimiento social, aspiraciones de logro, proyección exterior, espacio personal y huida del aburrimiento doméstico. Podemos pensar que la dedicación de las mujeres de gran cantidad de tiempo, energía y atención al trabajo puede limitar su implicación en el sistema de cuidados en la pareja.

Por otra parte, la cultura occidental ha considerado que la dependencia emocional es una forma de debilidad respecto a la capacidad de autonomía e independencia personal. La dependencia sería más aceptable entre las mujeres que entre los hombres, siendo la autosuficiencia un indicador de masculinidad. Esta apreciación sexista es subrayada desde la perspectiva de género, de modo que la educación diferencial entre mujeres y varones podría contribuir a explicar las diferencias y las desigualdades en este sentido.

Teniendo en consideración estas cuestiones, esta investigación se plantea analizar en qué medida las diferencias de los sujetos en las capacidades de colocarse en posición de soporte y de dependencia, en el ámbito de pareja, se relacionan con la seguridad del apego o con el sexo al que pertenecen.

En consecuencia, los objetivos que se plantearon en esta investigación fueron los siguientes: 1) Estudiar la relación entre la capacidad de colocarse en posición de soporte o dependencia y los perfiles de apego, considerando, por un lado, las dimensiones ansiedad-evitación, y, por otro, los estilos de apego. 2) Estudiar las diferencias por sexo en los modos de ejercer ambas capacidades, en los términos explicados, en relación con los perfiles de apego.

Las hipótesis mantenidas en el presente estudio son las siguientes: 1) Las mujeres tenderán a ofrecer mayor soporte emocional y a expresar mejor la capacidad de situarse en posición de dependencia, independientemente de los estilos de apego. 2) La variable evitación se asociará negativamente

a las capacidades de soporte y dependencia, independientemente de los sexos. 3) La ansiedad se asociará negativamente a la capacidad de dependencia en ambos sexos. 4) La seguridad del apego se relacionará con la capacidad de situarse tanto en posición de soporte como de dependencia, independientemente de los sexos.

Método

Participantes

El presente estudio se realizó con una muestra de 125 personas del País Vasco de las cuales 69 eran mujeres y 56 hombres. Las edades iban de los 20 a los 65 años, siendo la media 37.36 años. Se compuso por un 44.3% de solteros, 46.7% de casados, 4.9% de parejas de hecho y un 4.1% de divorciados. Del conjunto de la muestra el 89.5% tenía pareja estable en el momento de participar en la investigación. El tiempo medio de relación de pareja se situó en 13.52 años. El 88.7% de la muestra se consideró heterosexual, el 5.6% homosexual y el 5.6% bisexual. Del conjunto de participantes el 20.6 % eran estudiantes, el 25.7% tenían estudios básicos, el 26.8% fueron técnicos medios y el 26.8% técnicos superiores. El procedimiento de obtención de los datos fue el siguiente: Con el fin de garantizar el anonimato se entregó a cada participante un sobre que contenía el cuestionario y una carta con las instrucciones para rellenarlo, y el agradecimiento por su participación. El sobre llevaba la dirección a la que había que remitir el cuestionario, además disponía de un sistema de franqueo en destino de tal modo que podía ser depositado en cualquier buzón de correos sin coste alguno para el participante. Con el fin de optimizar la representatividad de los participantes, se distribuyeron los cuestionarios a través de una red de alumnos colaboradores quienes distribuyeron los cuestionarios en sus respectivos entornos, teniendo en consideración variables tales como la edad y el sexo. Los sobres se distribuyeron entre diferentes colectivos de profesionales.

Medidas

Los instrumentos utilizados en esta investigación fueron los siguientes:

- Cuestionario general de recogida de datos*: Este cuestionario está formado por ítems que recogieron datos tales como: *Datos sociológicos generales*: Edad, sexo, número de hijos, estudios, estado civil, situación de pareja, ingresos, cualificación. *Datos relativos a las relaciones de pareja*: Situación actual de pareja, tiempo de relación, número de parejas habidas.
- Valoración del apego*. Se utilizó la versión española de la escala "*Experiences in close relationships*" (Brennan, Clark, y Shaver, 1998), validado al castellano por Alonso-Arbiol, Balluerka, y Shaver (2007). Esta escala mide dos dimensiones, ansiedad y evitación, en las relaciones interpersonales. Está compuesta por 36 ítems tales como: "*Me siento muy cómodo/a teniendo un alto grado de intimidad con mi pareja*" o

“Encuentro difícil el permitirme depender de mi pareja”. El índice de fiabilidad fue $\alpha = .86$ para la escala de ansiedad y $\alpha = .87$ para la escala de evitación (los índices alfa de fiabilidad de la escala original adaptada al castellano del ECR-S fueron $\alpha = .85$ y $\alpha = .87$ respectivamente).

c) *Escala de valoración de la capacidad de soporte y de dependencia.*

Esta escala se construyó expresamente para esta investigación, dado que no se encontró ninguna similar en la revisión bibliográfica pertinente. Mide dos dimensiones: a) Soporte: Significa la capacidad de actuar como soporte emocional en los momentos de debilidad de la pareja, respondiendo como cuidador en la relación diádica. Incluye items tales como “Cuando mi pareja está preocupada, disgustada o triste, yo me muestro próximo/a y cercano/a para darle apoyo y consuelo” o “Me siento satisfecho/a sosteniendo a mi pareja cuando él o ella necesita signos físicos de apoyo y reafirmación”. Consta de 9 items y arrojó un índice de fiabilidad $\alpha = .82$ b) Dependencia: Se refiere a la capacidad de expresar la necesidad de apoyo emocional y de solicitarlo, respondiendo como “ser cuidado” en la relación diádica. Incluye items tales como “Cuando me siento mal, angustiado/a, deprimido/a, necesito

recorrir urgentemente a mi pareja” o “Suelo alejarme de los intentos de mi pareja de darme un abrazo tranquilizador”. Consta de 6 items y mostró un índice de fiabilidad $\alpha = .80$

Resultados

El análisis de los datos mostró diferencias significativas por sexo en evitación, siendo la media del grupo de hombres significativamente más elevada ($\bar{X} = 48.24$) que la de las mujeres ($\bar{X} = 42.05$) ($t = -2.25$, $p < .026$); sin embargo, no se encontraron diferencias de sexo respecto a la ansiedad.

Igualmente se encontraron diferencias significativas por sexo en las variables “capacidad de soporte” y “capacidad de dependencia” de tal modo que las mujeres muestran una puntuación superior en ambas variables. En la primera, la media en las mujeres fue $\bar{X} = 27.91$ y en los hombres $\bar{X} = 25.25$ ($t = 3.78$, $p < .001$). En la segunda, las medias fueron $\bar{X} = 46.46$ y $\bar{X} = 40.77$ en mujeres y hombres respectivamente ($t = 4.40$, $p < .001$) (Tabla 1).

Tabla 1. Diferencia de medias respecto al sexo en evitación, ansiedad, soporte y dependencia

	Mujeres		Varones	
	N	\bar{X}	N	\bar{X}
Evitación	68	42.05	54	48.24
Ansiedad	68	68.16	54	66.59
Posición dependencia	68	46.46	54	40.77
Posición soporte	68	27.91	54	25.25
Evitación	F (1,120) = 4.07, $p < .026$		Dependencia F (1,121) = 19.91, $p < .001$	
Ansiedad	F (1, 120) = 1.36, $p < .61$		Soporte F (1,121) = 14.82, $p < .001$	

El análisis correlacional indica que la evitación se relaciona negativamente con la capacidad de situarse tanto en la posición de soporte, como en la de dependencia en ambos sexos. Sin embargo, la ansiedad presenta una relación diferente en relación con el sexo; mientras que en las mujeres la

ansiedad se asocia positivamente a la capacidad de dependencia, en los varones lo hace negativamente con la capacidad de soporte. El número de hijos y el tiempo de relación de pareja se asocian negativamente a la capacidad de soporte sólo en las mujeres, no afectando a los varones (Tabla 2).

Tabla 2. Correlaciones entre capacidad de soporte, dependencia, ansiedad, evitación y nº de hijos y tiempo de pareja.

	Evitación			Ansiedad			Soporte			Dependencia			Tiempo pareja		
	M	V	T	M	V	T	M	V	T	M	V	T	M	V	T
Evitación	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Ansiedad	-.08	.18	.05	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Soporte	-.41**	-.55**	-.52**	.11	-.31*	-.10	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Dependencia	-.65**	-.71**	-.70**	.29*	.04	.15	.52**	.40**	.52**	-	-	-	-	-	-
Tiem. par	.21	.01	.13	-.07	-.10	-.08	-.37**	-.11	-.24*	-.02	.04	-.02	-	-	-
Hijos	.07	-.05	.05	-.01	-.03	-.03	-.40**	.01	-.25**	-.09	.13	-.06	.71**	.84**	.78**

En relación con las hipótesis planteadas y considerando estos datos preliminares, se procedió a comprobar en qué medida las diferencias de puntuación en las variables soporte y dependencia pueden ser atribuidas a contenidos de género, aplicables a la variable sexo, o a los perfiles de apego. Para ello se procedió a realizar sendos análisis de varianza. Con este fin se transformaron las variables evitación y ansiedad, originalmente continuas, en variables categóricas. De este modo, se seleccionaron los casos que se hallaban por encima y por debajo de los percentiles 33 y 66; con ello se obtuvie-

ron grupos de alta y baja ansiedad y evitación, respectivamente, con los que se procedió al análisis.

En primer lugar, se analizó la "Capacidad de soporte" como variable dependiente y las variables "Ansiedad" y "Sexo" como variables independientes. Los datos indican que existen diferencias significativas por sexo ($F_{(1,118)} = 13.86$, $p < .001$), mientras que las diferencias por ansiedad no lo son ($F_{(1,118)} = 1.97$, $p < .163$) (Tabla 3). El efecto de la interacción entre los factores es significativo ($F_{(1,3)} = 5.63$, $p < .019$) por lo que se puede afirmar que la capacidad de colocarse en posición de soporte está afectada por la variable

sexo de tal modo que las mujeres muestran mayor capacidad de soporte que los hombres independientemente de sus ni-

veles de ansiedad (Tabla 3).

Tabla 3. Medias y desviaciones de la capacidad de soporte por ansiedad, evitación y por sexo.

		\bar{X}	D.T.
Mujer	Baja ansiedad	27.48	4.32
	Alta ansiedad	28.14	2.55
Varón	Baja ansiedad	26.55	2.95
	Alta ansiedad	23.96	5.05
Total	Baja ansiedad	27.01	3.69
	Alta ansiedad	26.48	4.25
Mujer	Baja evitación	28.91	2.03
	Alta evitación	26.78	4.09
Varón	Baja evitación	27.85	2.12
	Alta evitación	23.60	4.54
Total	Baja evitación	28.51	2.11
	Alta evitación	25.19	4.58

Las comparaciones múltiples entre pares de medias llevadas a cabo a posteriori matizan estos resultados indicando que el tamaño del efecto entre los grupos por sexo de alta ansiedad es de gran magnitud (g de Hedges: 1.15). Por otro lado el tamaño del efecto entre los varones de alta y baja ansiedad es de magnitud moderada (g de Hedges: .69) de modo que los varones de alta ansiedad muestran menor capacidad de soporte. Sin embargo el tamaño del efecto entre mujeres y varones de baja ansiedad fue de baja intensidad (g de Hedges: .25). De todo ello se deduce que el sexo afecta a la capacidad de soporte sólo en el grupo de alta ansiedad (Figura 1).

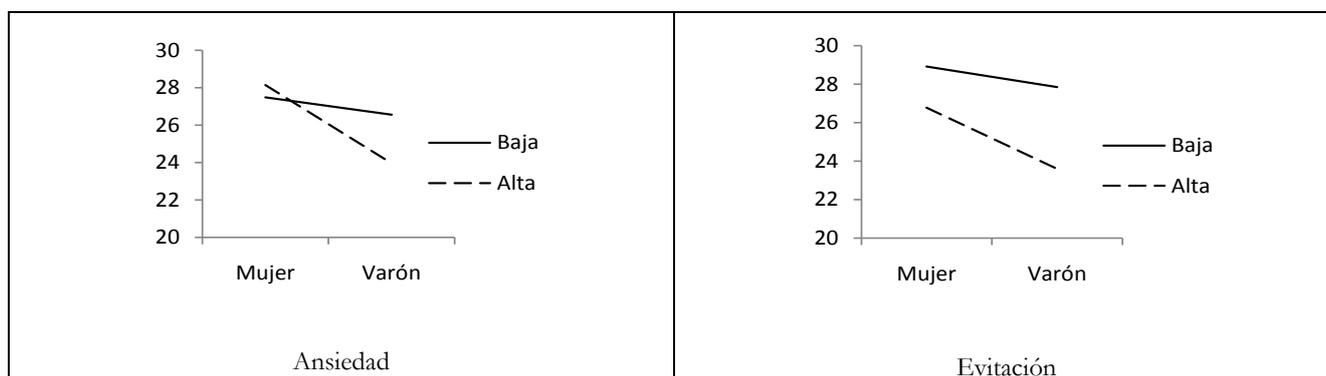


Figura 1. Relación entre Soporte, Ansiedad y Evitación en función de la variable sexo.

A continuación se analizaron los datos relacionados con la "capacidad de soporte", como variable dependiente, y la variables "evitación" y "sexo", como variables independientes. Estos indicaron que los efectos tanto del sexo ($F_{(1,118)} = 10.84, p < .001$) como de la evitación ($F_{(1,3)} = 24.55, p < .001$) son significativos (Tabla 4).

El efecto de la interacción entre los factores no es significativa ($F_{(1,118)} = 2.72, p < .101$) por lo que se puede afirmar que la capacidad de colocarse en posición de soporte está afectada por las puntuaciones en evitación, independientemente de la variable sexo (Figura 1). Las comparaciones múltiples entre pares de medias llevadas a cabo a posteriori indican que el tamaño del efecto de las diferencias entre los grupos de mujeres de alta y baja evitación es de magnitud moderada (g de Hedges: .61) y entre los grupos de varones es de alta magnitud (g de Hedges: 1.22). En relación con las diferencias entre los grupos por sexo en relación con la baja evitación, se halló que el tamaño del efecto entre varones y mujeres fue de baja magnitud (g de Hedges: .30), mientras que respecto a la alta evitación, el tamaño del efecto fue de gran magnitud (g de Hedges: .91). De estos datos podría deducirse que, aunque la evitación afecte a la capacidad de soporte, ésta tiende a afectar más a los varones que a las mujeres.

Tabla 4. Medias y desviaciones de la capacidad de dependencia por ansiedad, evitación y por sexo.

		\bar{X}	D.T.
Mujer	Baja ansiedad	44.48	7.23
	Alta ansiedad	47.68	5.07
Varón	Baja ansiedad	41.62	7.33
	Alta ansiedad	39.92	8.60
Total	Baja ansiedad	43.05	7.36
	Alta ansiedad	44.60	7.66
Mujer	Baja evitación	49.48	3.92
	Alta evitación	43.15	6.50
Varón	Baja evitación	45.85	5.79
	Alta evitación	37.54	7.50
Total	Baja evitación	48.12	4.99
	Alta evitación	40.34	7.51

En el análisis de la "capacidad de dependencia" en relación con la "ansiedad", controlada por la variable "sexo", los resultados indican que no existen diferencias significativas respecto a los grupos de alta y baja ansiedad ($F_{(1,3)} = 0.34, p < .56$). Sin embargo, sí existen respecto a los grupos por sexo ($F_{(1,3)} = 17.14, p < .001$). El efecto de la interacción es significativo ($F_{(1,3)} = 3.66, p < .058$) por lo que se puede afirmar que la influencia de la ansiedad sobre la capacidad de colocarse en posición de dependencia está afectada por la variable sexo. Por tanto las mujeres serían más capaces de colocarse en situación de dependencia que los hombres y

que esta relación está mejor explicada por la variable sexo que por la ansiedad (Figura 2). Las comparaciones múltiples entre pares de medias llevadas a cabo a posteriori indican que el tamaño del efecto entre las mujeres y los varones de alta ansiedad es de gran magnitud (g de Hedges: 1.11) mien-

tras que en el resto de las comparaciones es de baja magnitud (Tabla 4). Por lo tanto, se puede mantener que la capacidad de colocarse en posición de dependencia está influenciada por el sexo sólo en el grupo de alta ansiedad.

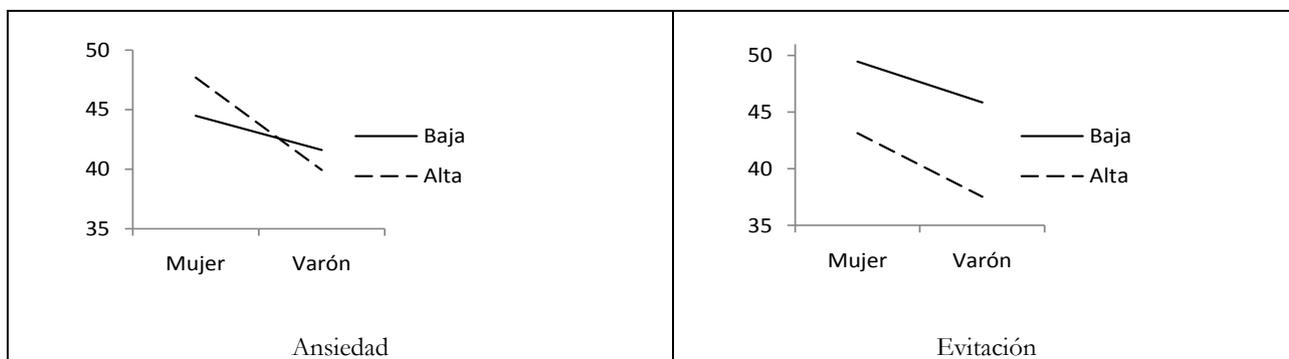


Figura 2. Relación entre Dependencia, Ansiedad y Evitación en relación con el sexo.

El análisis de la "capacidad de dependencia" en función de la "evitación" controlada por la variable "sexo" indica que existen diferencias significativas entre los subgrupos de alta y baja evitación ($F_{(1,118)} = 42.49$, $p < .001$). También existen diferencias significativas entre los grupos por sexo ($F_{(1,118)} = 16.89$, $p < .001$). El efecto de la interacción no es significativo ($F_{(1,118)} = .77$, $p < .38$) lo que permite afirmar que las diferencias de puntuación en la capacidad de colocarse en situación de dependencia están afectadas por las puntuaciones en evitación (Figura 2). Las comparaciones múltiples entre pares de medias llevadas a cabo a posteriori indican que el tamaño del efecto entre los grupos de alta y baja evitación en relación con los grupos por sexo, fue de gran magnitud siendo la g de Hedges de 1.04 y 1.36, respectivamente. No obstante, el tamaño del efecto en las diferencias de medias entre los sexos en el grupo de baja evitación fue de magnitud moderada (g de Hedges: .59), mientras que en el grupo de alta evitación el tamaño del efecto de gran magnitud (g de Hedges: .92). Se puede mantener, por tanto, que las diferencias en la capacidad de dependencia estarían mejor explicadas por la tendencia a la evitación, que por las diferencias de género.

A continuación se exploró la relación entre los estilos de apego y la capacidad de situarse tanto en posición de soporte como de dependencia. Para analizar los estilos de apego se construyó una nueva variable categórica a partir de las variables evitación – ansiedad. Para ello, se seleccionaron los casos comprendidos por encima y por debajo de los percentiles 66 y 33 en ambas variables. Cruzando éstas, surgen cuatro categorías: Seguros, ansiosos, evitativos y miedosos, según la propuesta de Bartholomew y Horowitz (1991). Este análisis se justifica teóricamente considerando el interés que suscita el hecho de comprobar en qué medida afecta la combinación de ambas dimensiones (ansiedad-evitación) en un mismo sujeto respecto a las variables dependientes propuestas.

En relación con la "capacidad de soporte", se quiso comprobar en qué medida la variable sexo podría estar modulando el efecto de los estilos de apego en relación con la "capacidad de soporte". Para ello se utilizó un ANOVA siendo la variable dependiente la "capacidad de soporte" y el sexo y los estilos de apego, las variables independientes (Tabla 5). Los resultados indicaron que no existen diferencias significativas en relación con el sexo en cada uno de los estilos ($F_{(3,65)} = .16$, $p < .68$), pero sí entre los estilos de apego ($F_{(3,65)} = 12.3$, $p < .01$). La interacción entre las dos variables independientes fue significativa ($F_{(3,65)} = 4.03$, $p < .05$), por lo que podríamos afirmar que el sexo modula el efecto de los estilos de apego respecto a la "capacidad de soporte". Las comparaciones múltiples entre pares de medias llevadas a cabo mediante la prueba de Tukey revelaron que existen diferencias significativas entre los "Seguros" y los "Evitativo-ausentes", $p < .01$ (g de Hedges: 1.66), los "Seguros" y los "Evitativo-miedosos", $p < .01$ (g de Hedges: 1.55), los "Ansiosos" y los "Evitativo-ausentes", $p < .01$ (g de Hedges: 1.47) y los "Ansiosos" y los "Evitativo-miedosos", $p < .01$ (g de Hedges: 1.36). Como se puede observar a través de los valores alcanzados en la g de Hedges, el tamaño del efecto fue de gran magnitud en los subgrupos citados (Tabla 5).

En este sentido, el análisis del tamaño del efecto respecto a los grupos por sexo y estilo de apego indica que no existen diferencias entre los grupos de "Seguros" y "Ansiosos" (g de Hedges: .30). Sin embargo, en el grupo "Evitativo" las mujeres muestran una menor capacidad de soporte que los varones, mientras que en el grupo "miedoso" son los varones los que muestran una menor capacidad de soporte que las mujeres, siendo estas diferencias estadísticamente significativas. El tamaño del efecto de las medias por sexo, respecto a la capacidad de soporte en el grupo de los "Evitativos" (g de Hedges: 1.09) y de los "Miedosos" (g de Hedges: 1.41), fue de gran magnitud (Figura 3).

Tabla 5. Medias y desviaciones de la capacidad de soporte y estilos de apego por sexos.

		\bar{X}	D.T.
Mujer	Seguro	29.50	1.35
	Ansioso	28.50	2.71
	Evitativo	21.33	5.68
	Miedoso	27.16	2.48
Varón	Seguro	28.90	1.37
	Ansioso	28.80	1.78
	Evitativo	25.00	2.87
	Miedoso	22.41	5.58
Total	Seguro	29.20	1.36
	Ansioso	28.57	2.45
	Evitativo	23.62	4.36
	Miedoso	24.00	5.22

Tabla 6. Medias y desviaciones de la capacidad de dependencia y estilos de apego por sexos.

		\bar{X}	D.T.
Mujer	Seguro	49.90	3.47
	Ansioso	50.50	4.63
	Evitativo	35.50	6.80
	Miedoso	44.50	3.33
Varón	Seguro	46.20	6.77
	Ansioso	49.00	1.58
	Evitativo	37.30	6.89
	Miedoso	35.91	7.17
Total	Seguro	48.05	5.57
	Ansioso	50.10	4.06
	Evitativo	36.62	6.69
	Miedoso	38.77	7.34

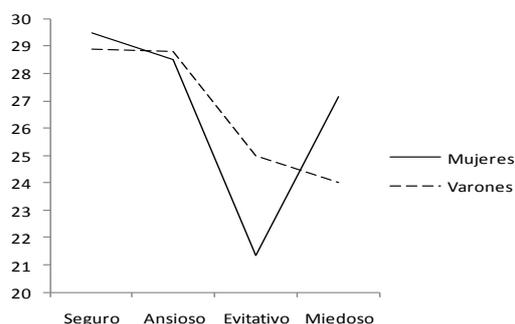


Figura 3. Relación entre estilos de apego, sexo y capacidad de soporte.

En relación con la "capacidad de dependencia", los resultados indicaron que existen diferencias significativas en relación con el sexo en cada uno de los estilos $F_{(3,65)} = 4.51$, $p < .03$, y también entre los estilos de apego $F_{(3,65)} = 19.76$, $p < .01$. Sin embargo, la interacción entre las dos variables independientes no fue significativa $F_{(3,65)} = 2.29$, $p < .08$, por lo que podríamos afirmar que el sexo modula el efecto de los estilos de apego respecto a la "capacidad de dependencia". Las comparaciones múltiples entre pares de medias llevadas a cabo mediante la prueba de Tukey revelaron que existen diferencias significativas entre los "Seguros" y los "Evitativos", $p < .01$ (g de Hedges: 2.01), entre los "Seguros" y los "Miedosos", $p < .01$ (g de Hedges: 1.63), los "Ansiosos" y los "Evitativos", $p < .01$ (g de Hedges: 2.37), los "Ansiosos" y los "Miedosos", $p < .01$ (g de Hedges: 1.99). Como se puede observar a través de los valores alcanzados en la g de Hedges, el tamaño del efecto fue de gran magnitud en los subgrupos citados (Tabla 6).

En este sentido, el análisis del tamaño del efecto respecto a los grupos por sexo y estilo de apego indican que no existen diferencias entre los grupos "Ansiosos", ni "Evitativos" (g de Hedges: .30). Sin embargo en el grupo "Miedosos", el tamaño del efecto de los grupos por sexo es de gran magnitud (g de Hedges: 1.51) de modo que la media del grupo de mujeres ($\bar{X} = 44.50$) es significativamente superior al grupo de los varones ($\bar{X} = 35.91$). Por otro lado la diferencia de medias por sexo en el grupo de los "Seguros" es de magnitud moderada (g de Hedges: .65) (Figura 4).

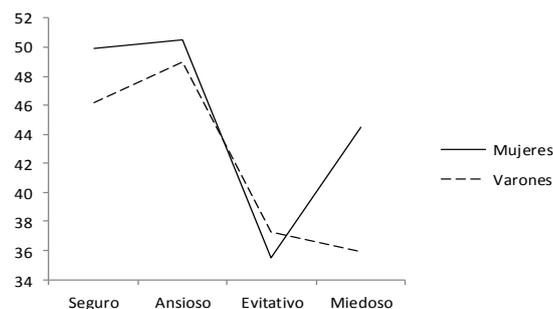


Figura 4. Relación entre estilos de apego, sexo y capacidad de dependencia.

Conclusiones y discusión

El objetivo de esta investigación estribó en tratar de analizar en qué medida las capacidades de soporte y dependencia en el seno de la pareja, entre mujeres y varones, se asocian con los contenidos de género atribuidos a la variable sexo, integrados individualmente a través de la educación en un medio cultural basado en los roles genéricos tradicionales, o bien con las diferencias que se derivan de la expresión de los modelos internos generados a través de la historia afectiva en relación con las figuras de apego.

Realizada una amplia revisión bibliográfica para este estudio, desde la perspectiva de la teoría del apego, son pocos los trabajos encontrados que analicen diferencias por sexo. Una prueba de ello es la revisión del tema realizada por Co-

llins, Ghichard, Ford y Feeney (2006) en la que se refleja que en la mayoría de los estudios citados, al referirse a “diferencias individuales” en relación con las distintas formas de aportar y solicitar apoyo emocional en el ámbito de las parejas, se contemplan diferencias en estilos de apego, aunque no diferencias por sexo. Una aportación del presente estudio consiste en la profundización en estas diferencias.

En una primera aproximación a los resultados, los datos indican que los varones tienden a ser más evitativos que las mujeres, no encontrándose diferencias significativas respecto a la ansiedad. Estos resultados confirman los hallados por Bartholomew y Horovitz (1991) y Brennan, et al. (1998) quienes encontraron diferencias de género respecto a la evitación en el apego, pero no respecto a la ansiedad. Estas diferencias de género que parecen evidentes en la cultura occidental, sin embargo podrían ser atenuadas por diferencias culturales, tal y como parecen indicar los estudios interculturales realizados por Schmitt et al. (2003) (firman este artículo más de cien autores) (Schmitt, Alcalay, Allensworth, Alli, Ault, Austers, et al., 2004).

También se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre los grupos por sexo respecto a la capacidad de soporte y de dependencia de modo que las mujeres tienden a asumir en mayor medida que los hombres la responsabilidad de ofrecer apoyo emocional y recarlo en el ámbito del sistema de pareja. Tales resultados apoyan la primera de las hipótesis planteadas.

En cuanto a las relaciones entre las dimensiones del apego, el sexo y los cuidados se constata que la evitación es la variable que muestra mayor relevancia. El análisis correlacional indicó que la evitación se asocia negativamente con la capacidad de colocarse en situación de soporte y dependencia en ambos sexos. Estos resultados son corroborados por los análisis de varianza sobre la interacción apego, sexo y posición soporte y dependencia. Observamos, por tanto, que la tendencia a la evitación predice mejor las dificultades para situarse en posición de soporte y de dependencia que el sexo, tal y como indican los diferentes análisis expuestos. Estos resultados son coherentes con las expectativas teóricas planteadas. Una posible interpretación de los mismos será comentada posteriormente.

Sin embargo, la ansiedad se comporta de modo diferente en ambos grupos, ésta se asocia positivamente con la capacidad de dependencia solamente en las mujeres, mientras que lo hace negativamente con la capacidad de soporte en los hombres. Los resultados de los ANOVA, en los que se comparó los grupos de alta y baja ansiedad en relación con los grupos por sexo indicaron que en los grupos de baja ansiedad no existen diferencias significativas entre hombres y mujeres en soporte y dependencia. Sin embargo, en el grupo de alta ansiedad, los hombres tienden a puntuar significativamente menos que las mujeres respecto a la capacidad de colocarse tanto en situación de dependencia como de soporte en la relación de pareja.

Una primera interpretación tiene que ver con la influencia de los estereotipos de género que llevan a los varones a

no manifestar su debilidad. En este caso los varones que sienten ansiedad, preocupación y miedo al rechazo en el ámbito de la pareja podrían temer (con razón o sin ella) un mayor rechazo si manifiestan su necesidad. También en congruencia con el rol de género femenino, las mujeres mostrarían mayor capacidad de manifestar su dependencia, probablemente porque es acorde con su rol de género. Por otra parte, respecto al soporte, podríamos pensar que en los varones la ansiedad por la relación inhibe también su capacidad de soporte, lo cual no sucedería en las mujeres por un mayor peso de la socialización en el rol de cuidadora.

Sin embargo, esta interpretación no nos parece muy ajustada a la teoría, ya que si bien se espera que las mujeres cuiden más que los varones, no hay razones para pensar que la ansiedad y la preocupación inhiban en los varones su capacidad de soporte. Antes bien, cabe suponer que el cuidado del otro sea una estrategia de las personas ansiosas (mujeres y varones) para mantener una relación que se percibe en riesgo.

Estos datos y estas interpretaciones pueden reconsiderarse cuando el tema se analiza desde los diferentes patrones de apego versus dimensiones ansiedad y evitación. Además el estudio de los tipos de apego y los cuidados en la pareja es más interesante porque contamos con una categoría de personas en las que tanto la ansiedad como la evitación están prácticamente ausentes (seguros), un grupo de personas con gran ansiedad y nula evitación (ambivalentes), un grupo de sujetos evitativos, sin ansiedad, y un cuarto grupo con las personas que puntúan alto en ansiedad y evitación (evitativo-miedosos). En primer lugar, se puede afirmar que no hay diferencias significativas entre los varones y las mujeres seguras a la hora de informar sobre su capacidad de soporte y dependencia en la pareja. Aunque los hombres seguros muestran una relativa menor capacidad de colocarse en posición de dependencia que las mujeres (el tamaño del efecto fue de magnitud moderada), esta diferencia es tendencial. Tampoco se hallaron diferencias en la medida de soporte entre varones y mujeres clasificados como ansiosos, y no se encontraron diferencias entre seguros y ansiosos, ni en soporte, ni en dependencia. Este resultado tiene dos implicaciones. Aunque se había constatado que la ansiedad en los hombres se asociaba con menor capacidad de soporte a la pareja, cuando esta dimensión se depura, es decir se eliminan los sujetos que puntuando alto en ansiedad, también lo hacen en evitación, la ansiedad se asocia también en varones con el cuidado hacia la pareja, igual que en las mujeres. Un fenómeno similar se observa en las mujeres respecto a la evitación. En el análisis por dimensiones las mujeres que puntuaban alto en evitación tendieron a puntuar en soporte y dependencia más que los varones, sin embargo, depurada el ansiedad, observamos que las mujeres evitativas no ansiosas tienden a puntuar menos incluso que los hombres, tanto en soporte como en dependencia. Aunque en el presente estudio no se ha medido el grado de satisfacción de pareja, estos resultados podrían estar en la línea de los hallados por Kane, Jarernka, Guichard, Ford, Collins y Feeney (2007)

quienes encontraron que los hombres se mostraban menos satisfechos cuando la pareja puntuaba alto en ansiedad, mientras que las mujeres se mostraban menos satisfechas cuando su pareja puntuaba alto en evitación. Hay que subrayar que uno de los principales indicadores de satisfacción fue la percepción de apoyo emocional.

El siguiente resultado digno de ser destacado se refiere a la ausencia de diferencias encontradas entre seguros/as y ansiosos/as en el sistema de cuidados. Una posible explicación de ello podría deberse a que las personas ansiosas mostrarían una mayor vigilancia a la posibilidad de pérdida o abandono, tendiendo a mostrarse proactivas en ambas posiciones, soporte y dependencia. Como han demostrado otros trabajos, es posible que la diferencia entre ambos grupos tenga que ver con los tipos de cuidado ejercidos en la pareja, sensibles, controladores o compulsivos, variables que no fueron medidas en este estudio. En efecto, estos estudios indican que las personas seguras manifiestan un tipo de cuidado sensible, mientras que las ansiosas tienden a sobreimplicarse cuidando de modo compulsivo a sus parejas. (Carnelley et al., 1996; Fenney y Hohaus, 2001; Feeney, 2007 y Kunce y Shaver, 1994; Gómez-Zapián et al., 2011).

Respecto a la evitación, el estudio de los grupos de apego corrobora el negativo efecto del estilo de apego evitativo, alejado, frío y sin implicación emocional, en el sistema de cuidados en la pareja, tanto en hombres como en mujeres. Ello es congruente con los planteamientos teóricos mantenidos, y avalados por otros estudios empíricos (Mikulincer, 2006) que indican que las personas evitativas muestran dificultades con la capacidad de empatizar con los estados emocionales de la pareja y de expresar sus propias emociones (López et al., 1994), sobre todo en situaciones de estrés en las relaciones de pareja. Recogiendo los datos expuestos anteriormente acerca de la evitación, se puede interpretar que las dificultades para intimar y empatizar caracterizan a las personas evitativas, ya que la empatía es el resorte afectivo de la conducta de ayuda, mostrando éstas, no sólo dificultades para expresar su necesidad, sino también para ser conscientes de ella (Bowlby, 1969). Por otra parte, ya que la evitación se genera como estrategia defensiva ante la falta de cuidados y respuesta de las figuras de apego históricas, se podría aducir que las personas evitativas (hombres y mujeres) han carecido de modelos prosociales con los que desarrollar y aprender las capacidades de cuidar a los demás. Observamos que la tendencia a la evitación predice mejor las dificultades para situarse en posición de soporte y de dependencia que las diferencias de género atribuidas a la variable sexo, tal y como indican los diferentes análisis expuestos. Esto es, la evitación, entendida como estrategia secundaria de afrontamiento, consecuente con una historia de carencia y rechazo afectivo, parece tener un efecto más determinante en la capacidad de cuidar, que la posible influencia de la socialización de los roles de cuidador propia de la mujer en nuestra sociedad.

Finalmente, un resultado interesante, de más difícil interpretación, se refiere al grupo de los evitativo-miedosos

caracterizado, como ya se ha indicado, por estar compuesto por sujetos de alta ansiedad y alta evitación. En este grupo el comportamiento de las mujeres respecto a la capacidad de soporte y dependencia sí difiere del de los varones. Estas diferencias parecen indicar que el efecto de varones altos de evitación en las personas de alta ansiedad, ejerce un efecto diferente en mujeres que en varones, de modo que entre éstos las capacidades de soporte y dependencia tienden a inhibirse, mientras que en aquellas no parece interferirlas.

Ello nos lleva a relativizar los resultados previos y a proponer que, en los varones, la ansiedad por la relación no inhibe la capacidad de ayuda, salvo cuando se combina con una elevada evitación, ya que el grupo de varones de alta ansiedad pero baja evitación muestra una elevada capacidad de cuidado. Es probable que ello pueda relacionarse con las atribuciones culturales aplicadas al rol de género en el modo de afrontar las relaciones de pareja, desde la inseguridad propia de las personas que muestran este prototipo de apego. Esto es, en los varones la estrategia parece coherente. Si la relación les da problemas, tienen miedo a sufrir por los conflictos emocionales, no tienen esperanzas ni confianza en la relación, ni en la pareja, no manifiestan su necesidad (dependencia), ni se implican ante la necesidad de su pareja (soporte), a nivel conductual pesa más la evitación. En las mujeres, sin embargo, si no se da el caso de una evitación completa, carente absolutamente de intimidad emocional y de implicación empática (evitativas) se mantiene el soporte y la manifestación de dependencia en la pareja, algo probablemente relacionado con la socialización de estas conductas o valores en nuestra cultura. Se nos ocurre que analizar la capacidad empática de los hombres y mujeres en los grupos evitativo y evitativo miedoso podría ofrecer una interesante información sobre el tema, ya que la empatía es uno de los más importantes motivadores del cuidado.

En relación con el concepto de diferencias de género, en el presente estudio no se ha profundizado realmente en ellas puesto que hubiese sido necesario incluir una variable específica que midiese las dimensiones masculinidad (instrumentalidad) - feminidad (expresividad) (Bem, 1974). Por eso, se ha puesto un cuidado especial en plantearlo como "atribuciones de género" a la variable sexo, ya que ésta es la realmente utilizada. En este sentido cabe destacar el estudio de Alonso-Arbiol, Shaver y Yarnoz (2002) quienes utilizaron la escala masculinidad - feminidad citada y encontraron que las mujeres aparecían como más dependientes, emocional e instrumentalmente, que los hombres; la dependencia emocional se asoció al apego ansioso y a la feminidad en las mujeres, mientras que al apego evitativo y la baja masculinidad, se asoció al grupo de hombres. Sería arriesgado afirmar que los resultados presentados en la presente investigación irían en esta línea interpretativa, no obstante su cotejo sugiere una interesante línea de investigación.

A juicio de los autores el presente estudio presenta algunas limitaciones. Entre ellas podemos destacar las siguientes: La muestra podría haber sido más amplia, sobre todo cuando a partir de ella se van a seleccionar grupos específicos de sujetos.

En esta investigación, como en muchas otras, se utiliza la variable sexo, para hallar diferencias de género; el análisis y la interpretación de los datos nos llevan a considerar que convendría utilizar algún instrumento que profundizara más en contenidos específicos que compensaran las atribuciones teóricas que se aplican directamente a la variable "sexo". Otra limitación que se debe señalar, se refiere a la importancia de conocer el estilo de apego percibido de la pareja y, por consiguiente, la combinación de estilos en la misma.

En términos generales, aunque de forma matizada, los resultados obtenidos apoyan las hipótesis de partida. Estos resultados sugieren nuevas líneas de investigación a partir de las limita-

ciones expuestas. A juicio de los autores convendría profundizar en los contenidos de género a través de instrumentos específicos, lo cual permitiría estudiar con mayor precisión, no sólo las diferencias intergrupos, sino también intragrupos en relación con los grupos por sexo. Los cambios sociológicos respecto a la identidad sexual y de género muestran una clara evolución hacia una mayor expresión de la diversidad sexual, la cual cuestionaría los rígidos estereotipos masculinidad-feminidad. Otra sugerencia para investigaciones futuras consiste en plantear el estudio de estas mismas variables no sólo con individuos, sino con díadas que permitan analizar el efecto del estilo de apego percibido en la pareja.

Referencias

- Alexandrov, E. O., Cowan, P. A. y Cowan, C. P. (2005). Couple attachment and the quality of marital relationships: Method and concept in the validation of the new couple attachment interview and coding system. *Attachment and Human Development*, 7(2), 123-152.
- Alonso-Arbiol, I., Shaver, P. R. y Yarnoz, S. (2002). Insecure attachment, gender roles, and interpersonal dependency in the Basque Country. *Personal Relationships*, 9(4) 479-490.
- Alonso-Arbiol, I., Balluerka, N. y Shaver, P. R. (2007). A Spanish version of the Experiences in Close Relationships (ECR) adult attachment questionnaire *Personal Relationships*, 14, 14, 45-63.
- Barberá, E. y Martínez Benlloch, I. (Eds.). (2004). *Psicología y Género*. Madrid: Pearson / Prentice Hall.
- Bartholomew, K. y Horowitz, L. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-245.
- Bem, S. L. (1974). The measurement of psychological androgyny. *Journal of consulting and clinical psychology*, 42, 155-162.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss, Vol.1: Attachment* (Vol. 1). London: Hogart Press.
- Brennan, K. A. y Bosson, J. K. (1998). Attachment-style differences in attitudes toward and reactions to feedback from romantic partners: An exploration of the relational bases of self-esteem. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 24(7), 699-714.
- Brennan, K. A., Clark, C. L. y Shaver, P. (1998). Self-report measurement of adult romantic attachment: An integrative overview. In J. A. Simpson y W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 46-76). New York: Guilford Press.
- Carnelley, K. B., Pietromonaco, P. R. y Jaffe, K. (1996). Attachment, caregiving, and relationship functioning in couples: Effects of self and partner. *Personal Relationships*, 3(3), 257-277.
- Collins, N. L. y Feeney, B. C. (2000). A safe haven: An attachment theory perspective on support seeking and caregiving in intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(6), 1053-1073.
- Collins, N. L., Ford, M. B., Guichard, A. C. y Allard, L. M. (2006). Working Models of Attachment and Attribution Processes in Intimate Relationships. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32(2), 201-219.
- Collins, N., Guichard, A. C., Ford, M. B. y Feeney, B. C. (2006). Responding to Need in Intimate Relationships: Normative Processes and Individual Differences. In M. Mikulincer y G. S. Goodman (Eds.), *Dynamics of romantic love: Attachment, caregiving, and sex*. New York, NY, US: Guilford Press.
- Dozier, M. (2000). Motivation for caregiving from an ethological perspective. *Psychological Inquiry*, 11, 97-100.
- Dozier, M. (2005). Challenges of foster care. *Attachment and Human Development*, 7(1), 27-30.
- Feeney, J. A., y Hohauss, L. (2001). Attachment and spousal caregiving. *Personal Relationships*, 8, 21-39.
- Feeney, B. C. y Collins, N. L. (2001). Predictors of caregiving in adult intimate relationships: An attachment theoretical perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80(6), 972-994.
- Feeney, B. C. (2007). The dependency paradox in close relationships: Accepting dependence promotes independence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(2), 268-285.
- Feeney, B. C., y Van Vleet, M. (2010). Growing through attachment: The interplay of attachment and exploration in adulthood. *Journal of Social and Personal Relationships*, 27(2), 226-234.
- Fisher, J. y Crandell, L. (2001). Patterns of relating in the couple. In C. Clulow (Ed.), *Adult attachment and couple psychotherapy: The 'secure base' in practice and research*. (pp. 15-27). Philadelphia, PA, US: Brunner Routledge.
- Gómez-Zapatain, J. (2009). *Apego y sexualidad. Entre el vínculo afectivo y el deseo sexual*. Madrid: Alianza Editorial.
- Gómez-Zapatain, J., Ortiz, M.J. y Gómez, J. (2011). Anales de Psicología, 27(2), 447-456
- Hazan, C. y Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.
- Kane, H. S., Jaremka, L. M., Guichard, A. C., Ford, M. B., Collins, N. L. y Feeney, B. C. (2007). Feeling supported and feeling satisfied: How one partner's attachment style predicts the other partner's relationship experiences. *Journal of Social and Personal Relationships*, 24(4), 535-555.
- Kunce, L. J. y Shaver, P. R. (1994). An attachment-theoretical approach to caregiving in romantic relationships. In K. Bartholomew y D. Perlman (Eds.), *Attachment processes in adulthood. Advances in personal relationships, Vol. 5* (pp. 205-237). London, England: Jessica Kingsley Publishers.
- López, F. (2009). *Amores y desamores. Procesos de vinculación y desvinculación sexuales y afectivos*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- López, F. y Ortiz, M. J. (1999). El desarrollo del apego durante la infancia. In F. López, I. Etxebarria, M. J. Fuentes y M. J. Ortiz (Eds.), *Desarrollo afectivo y social*. Madrid: Pirámide.
- López, F., Gómez-Zapatain, J. y Apodaka, P. (1994). Historia familiar y de apego, estilo educativo, empatía y estilo de apego actual, como mediadores del grado de satisfacción en las relaciones generales, la comunicación afectiva y la actividad sexual de la pareja. *Cuadernos de Medicina Psicosomática* (28/29), 19-34.
- Mikulincer, M., Shaver, P., Gillath, O. y Nitzberg, R. A. (2005). Attachment, caregiving, and altruism: Boosting attachment security increases compassion and helping. *Journal of Personality and Social Psychology*, 89, 817-839.
- Mikulincer, M. (2006). Attachment, Caregiving, and Sex within Romantic Relationships: A behavioral systems perspective. En M. Mikulincer y G. S. Goodman (Eds.), *Dynamics of romantic love: Attachment, caregiving, and sex* (pp. 23-46). New York: Guilford Press.
- Reizer, A. y Mikulincer, M. (2007). Assessing individual differences in working models of caregiving. *Journal of Individual Differences*, 28(4), 227-239.
- Schmitt, D. P., Alcalay, L., Allensworth, M., et al. (2003). Are men univocally more dismissing than women? Gender differences in romantic attachment across 62 cultural regions. *Personal Relationships*, 10, 307-331.
- Schmitt, D. P., Alcalay, L., Allensworth, M., Allik, J., Ault, L., Austers, I., et al. (2004). Patterns and Universals of Adult Romantic Attachment Across 62 Cultural Regions: Are Models of Self and of Other Pancultural Constructs? *Journal of Cross Cultural Psychology*, 35(4), 367-402.

(Artículo recibido: 17-9-2010; revisión: 25-01-2010; aceptado: 30-1-2011)