

# **Apego, Ansiedad Social y Relaciones Interpersonales en la Etapa de Transición a la Universidad**

**Universidad de Salamanca**

**Grado en Psicología**

**Facultad de Psicología**



**VNiVERSiDAD  
D SALAMANCA**

**Pilar Vázquez Iglesias**

**Tutor: Rodrigo Jesús Carcedo González**

**06. 07. 2015**

*Declaro que he redactado el trabajo Apego, Ansiedad Social y Relaciones Interpersonales en la Etapa de Transición a la Universidad para la asignatura de Trabajo de Fin de Grado en el curso académico 2014-2015 de forma autónoma, con la ayuda de las fuentes bibliográficas citadas en la bibliografía y que he identificado como tales todas las partes tomadas de las fuentes indicadas, textualmente o conforme a su sentido.*

A handwritten signature in blue ink, consisting of a large, stylized initial 'R' followed by several smaller, connected loops and a final flourish.

## ÍNDICE

Resumen.....	Página 1
I. Introducción.....	Página 2
- Apego y relaciones interpersonales.....	Página 5
- Ansiedad social como variable mediadora.....	Página 6
- Género como variable moderadora.....	Página 8
- Diseño e Hipótesis.....	Página 9
II. Metodología.....	Página 11
- Participantes.....	Página 11
- Materiales.....	Página 11
- Procedimiento.....	Página 14
- Análisis estadísticos.....	Página 14
III. Resultados y Discusión.....	Página 15
- Resultados.....	Página 15
- Discusión.....	Página 18
IV. Conclusiones y Prospectiva.....	Página 21
V. Referencias Bibliográficas.....	Página 24
VI. Anexos. Cuestionario.....	Página 29

**Resumen.** El estudio del apego ofrece un marco teórico desde el que entender cómo se forman y mantienen las relaciones interpersonales. El vínculo de apego se crea desde la infancia, con la madre o cuidador y puede este desarrollarse como un vínculo seguro o un vínculo inseguro. Los vínculos de apego seguros predicen mejor calidad en las relaciones interpersonales. Al contrario, los vínculos de apego inseguros tienden a resultar en relaciones de peor calidad. Pese a que estas premisas han sido ampliamente apoyadas en psicología, pocos han sido los estudios en los que se ha dado respuesta al mecanismo subyacente a esta relación. En este trabajo se propone un modelo de mediación, según el cual la seguridad de apego a los padres influye en la calidad en las relaciones interpersonales a través de niveles en ansiedad social. Se propone además un efecto de moderación por parte del género. Para ello, se ha hecho un estudio longitudinal de una duración de siete meses en una muestra con 210 estudiantes universitarios. Los resultados confirman la hipótesis de que la seguridad de apego a los padres afecta a la calidad de las relaciones interpersonales de forma indirecta, y a través de valores en ansiedad social. Estas evidencias pueden ser de gran ayuda para entender más a fondo los mecanismos implicados en la calidad de las relaciones interpersonales. Además, permitirían la identificación de poblaciones en riesgo así como intervención temprana a diferentes niveles.

**Palabras clave.** Apego · Ansiedad Social · Amistad · Universidad · Transición

## I. INTRODUCCIÓN

Ampliamente apoyada en la literatura en psicología es la idea de que disfrutar de interacciones sociales positivas es beneficioso para muchos aspectos del individuo. Como afirman algunos autores existe una correlación, desde la infancia hasta la vejez, entre tener amigos y disfrutar de bienestar psicológico, que a su vez se relaciona con más sentimientos de valía personal y mayor autoestima (Hartup y Stevens, 1997). Al contrario, la falta de contactos sociales positivos en las personas se ha relacionado con mayores niveles de ansiedad (Baumesteir y Leary, 1995), soledad (Peplau y Perlman, 1982), depresión (Leary, 1990) e incluso ira (Williams et al, 1998).

Dados los beneficios de disponer de relaciones interpersonales positivas frecuentes resulta necesario estudiar las variables que puedan estar implicadas en el desarrollo y mantenimiento de las mismas. Una variable que se propone como precursora en la calidad de las relaciones interpersonales es la de la seguridad del vínculo de apego que los individuos desarrollan hacia sus padres, ya que, como afirma su principal autor, estas van a tener una importancia crucial en el desarrollo de las relaciones futuras. Esta última idea ha sido desarrollada por John Bowlby (Bowlby, 1973) y ampliada más adelante por diversos autores.

De acuerdo con las ideas de Bowlby (1973, 1976) el vínculo de apego se forma entre el niño y su cuidador desde muy temprana edad. A medida que el tiempo pasa, estos vínculos persisten y también se forman otros nuevos con otras personas (Bowlby, 1988). De esta manera, durante la infancia, la niñez y la adolescencia, se crean vínculos de apego con los padres o figuras semejantes. Estos vínculos se forman porque el niño necesita una base segura desde la que poder explorar el mundo. Pueden ser seguros, si cumplen esta función satisfactoriamente o inseguros. Además, Bowlby propone la existencia de modelos operantes internos como parte del desarrollo mismo del vínculo de apego. Estos son esquemas que el niño desarrolla basándose en sus experiencias previas con la o el cuidador principal, generalmente la madre, que contienen información sobre uno mismo y sobre las figuras de apego. Sirven para guiar el procesamiento de la información social relevante al apego a lo largo de su vida, y determinan la forma en la que se percibe y se desarrollan las relaciones futuras (Bowlby, 1973, 1980).

A veces, los padres llevan a cabo conductas negligentes en relación a la crianza de sus hijos y esto puede hacer que se cree un vínculo de apego inseguro del niño respecto a la madre o cuidador principal. Esta inseguridad puede llevar a que se manifieste el mismo patrón en la edad adulta, generando problemas en la relación social de los individuos así como ciertas psicopatologías (Bowlby 1973, 1980).

Bowlby explica cómo los niños que no ven sus necesidades cubiertas ya que sus figuras de apego no participan en la regulación fisiológica de sus emociones, llegan a desarrollar inseguridad de apego además de otras características psicopatológicas. Por ejemplo, un exceso de activación fisiológica que puede traducirse en ansiedad (Bowlby, 1976). Si, además, esta ansiedad se vive en el contexto de una interacción social como es la del infante con su figura de apego, es probable que se desarrolle una ansiedad de tipo social. (Bowlby, 1980). Por este motivo, es bastante plausible que aquellos individuos que hayan desarrollado un modelo de apego inseguro con respecto a sus padres desarrollen también problemas de ansiedad social y que estos, a su vez, ejerzan una influencia negativa en lo que se refiere a las relaciones interpersonales de los mismos.

Lejos de haber quedado en desuso, las nociones de Bowlby sobre el vínculo de apego recibieron apoyo empírico y cobraron mayor fuerza. Por ejemplo, McGinn, Cukor, y Sanderson, (2005) relacionan estilos de crianza negligentes y psicopatología en la edad adulta, a través del uso de estilos cognitivos disfuncionales (idea similar a la de Bowlby sobre los modelos operantes internos). También se demuestra, en muestras con niños de entre 7 y 12 años de edad, cómo una relación de mayor calidad con los padres y el tener un apego seguro hacia ellos se relaciona con mayor ajuste psicosocial y éxito académico (Richaud, 2006). Gorrese y Ruggieri (2012) encontraron en su meta-análisis apoyo a la idea de que el apego a los padres se transfiere o da forma a futuras relaciones de apego con los iguales. Los autores explican, además que esta relación es más fuerte si se trata de apego hacia la madre. A su vez, se encuentran evidencias de que las relaciones de apego entre mejores amigos contribuyen a un mejor ajuste y bienestar psicosocial (Wilkinson, 2010) y pueden contribuir como factor protector en psicopatologías como ansiedad o depresión (Irons y Gilbert, 2005) .

Una de las características de relevancia de este sistema es que se activa en situaciones de estrés, según explica Mary Ainsworth (1978) a partir de sus estudios

sobre la situación extraña y la conducta de apego en niños. La situación extraña es un método mediante el cual se estudia la interacción entre el niño y la madre en presencia de un extraño y permite estudiar el vínculo de apego entre el niño y su madre. La transición a la universidad es un momento particularmente estresante para los alumnos, de tal manera que se ha llegado a describir como otra “situación extraña que ocurre de forma natural” (Kenny, 1987). Constituye un momento estresante por diversos motivos, como el de ser un momento de muchos cambios a los que los estudiantes universitarios deben adaptarse. Por ejemplo, los estudiantes deben participar de un entorno nuevo y más demandante en cuanto a que deben asumir más responsabilidades y en el que deben hacer nuevas amistades. Más importante aún, todo esto coincide con un momento evolutivo de transición entre la adolescencia y la edad adulta. Por todo ello, la transición a la universidad es un momento especialmente interesante para estudiar cómo los modelos de apego que los estudiantes tienen con sus padres van a ayudar o perjudicar en la creación de nuevos vínculos e interacciones personales positivas con sus iguales.

Se ha afirmado que un apego seguro a los padres promueve la adaptación más positiva a la vida universitaria (Swenson, Nordstrom y Hiester, 2008), así como mayor logro académico y bienestar entre estudiantes universitarios (Abby y cols. 1985; Brooks y DuBois, 1995; Fass y Tubman, 2002; Zea y cols, 1995). No sólo estudiantes universitarios, sino que también muestras de adultos a nivel general que tienen un estilo de apego seguro reportan niveles más altos de felicidad y bienestar. Aquellos que por el contrario tienen un estilo de apego inseguro tienden a puntuar más bajo en ese tipo de indicadores (Bayrami et al., 2012; Caron, Lafontaine, Bureau, Levesque, y Johnson, 2012).

El objetivo de este trabajo es el de estudiar cómo el nivel de seguridad del vínculo de apego con los padres puede ayudar en la formación y satisfacción de las relaciones interpersonales. En concreto, se examina esta interacción en una muestra de estudiantes universitarios por encontrarse en un momento de transición en el que las relaciones de apego tienden a ser de mucha importancia. Asimismo, se prueba hipótesis de que el nivel de ansiedad social en los individuos pueda mediar esta relación. Por último se pretende examinar un posible rol moderador del género.

## **APEGO Y RELACIONES INTERPERSONALES**

Como se ha indicado, la relación que se crea entre un niño y su cuidador principal va a contribuir de manera significativa en el desarrollo de las futuras relaciones sociales así como en la formación de nuevos referentes de apego. De esta manera, se asume que el tener un apego seguro hacia los padres va a contribuir positivamente en una variedad de aspectos sociales y así se ha demostrado en la literatura científica al respecto. Adolescentes que están más seguramente apegados a sus padres tienden a ser más aceptados por sus compañeros (Allen et al. 1998), a experimentar relaciones de amistad de calidad más positiva y con menos conflicto (Lieberman et al. 1999), a demostrar mayor capacidad para la intimidad tanto en sus relaciones de amistad como de tipo romántico (Scharf et al. 2004) y a involucrarse en conductas menos disruptivas con sus amistades (Zimmermann et al. 2001). Estos mismos resultados se han encontrado con estudiantes universitarios, puesto que se ha observado una relación entre el hecho de tener un apego más seguro con sus padres y recibir más apoyo por parte de sus compañeros (Kobak y Sceery, 1988).

Un factor clave para formar relaciones de amistad son las habilidades sociales y emocionales del individuo, de modo que la falta de competencia social puede llevar a dificultades en las interacciones sociales. Benson et al. (2006), encontraron tamaños de efecto moderado en adolescentes para apego seguro a los padres que predecían competencia social así como mayor calidad de la relación con un mejor amigo. Además, se ha asociado el vínculo de apego seguro con los padres con conductas más prosociales y mayor competencia socioemocional (Laible, 2007).

Las relaciones de amistad en adolescentes en las que ambos amigos tienen un estilo de apego seguro tienden a tener una mejor calidad, de tal manera que tienen a ser más comunicativos, a apoyarse más, mostrar más respeto y aceptación los unos con los otros (Weimer, Kerns, y Oldenburg, 2004). Se han encontrado resultados similares en muestras con estudiantes universitarios, en los que el estilo de apego seguro se relaciona con mayor satisfacción en las relaciones interpersonales, así como un mayor grado de revelaciones, en comparación con aquellos que muestran apego inseguro (Welch y Houser, 2010). En adultos, aquellos con estilos de apego inseguro manifiestan estar más incómodos en relaciones cercanas, más incapacidad para confiar en los otros o depender de ellos y mayor ansiedad ante la posibilidad de rechazo o abandono (Eng,



Heimberg, Hart, Schneier, y Liebowitz, 2001). Resultados similares se encuentran en relaciones maritales. Personas con apego seguro reportan más satisfacción marital, al contrario que aquellas con apego inseguro (Bartholomew, 1990; Kobak y Hazan, 1991; Chung, 2014).

Por último, las personas con apego seguro tienden a mostrar niveles menores de soledad ya que tienden a formar relaciones íntimas con otros y en grupos sociales en mayor medida que aquéllas más inseguras (Wiseman, Maysel, y Sharabany, 2006). Personas que muestran mayor inseguridad hacia sus padres, también presentan niveles más altos de soledad y más bajos de aceptación social, como se ha visto en muestras con niños (Richaud, 2006) así como con estudiantes universitarios (Wiseman et al., 2006).

### **ANSIEDAD SOCIAL COMO VARIABLE MEDIADORA**

Aunque se ha señalado en numerosas ocasiones las relaciones entre la inseguridad de apego a los padres y las consecuencias negativas en la calidad de las relaciones posteriores, todavía se desconocen los mecanismos subyacentes a dicha relación. Parade (2009) propuso un modelo de mediación de la ansiedad social entre la seguridad de apego a los padres y dos aspectos de las relaciones de amistad: la satisfacción y la facilidad para formar nuevas amistades. Este modelo fue probado con mujeres en su primer año de universidad en Estados Unidos y los resultados confirmaron su hipótesis. Por lo tanto, en este estudio se propone un modelo similar y se añade una variable dependiente para medir la calidad en las relaciones interpersonales, que es la soledad.

De acuerdo con la Asociación de Psiquiatría Americana (2013), la ansiedad social se define como el miedo o ansiedad intensa en una o más situaciones sociales en las que el individuo está expuesto al posible examen por parte de otras personas. Algunos ejemplos son las interacciones sociales (p. ej., mantener una conversación, reunirse con personas extrañas), ser observado (p. ej., comiendo o bebiendo) y actuar delante de otras personas (p. ej., dar una charla).

A causa de las características de este desorden, las personas que lo manifiestan tienen dificultades para desenvolverse en su ambiente social. Por ejemplo, los adolescentes con ansiedad social tienden a evitar las situaciones sociales o a no

involucrarse haciendo actividades con sus iguales que además pueden ser críticas para su normal desarrollo y socialización (La Greca y Stone, 1993). Las consecuencias en el nivel de socialización y, por ende, en la calidad de vida de estos individuos son evidentes.

En relación al apego, existen vínculos entre inseguridad y mayores niveles de ansiedad social, que en definitiva contribuye al deterioro o la dificultad en las relaciones sociales. En estudiantes universitarios, aquellos que presentan estilos de apego inseguro, medidos con la Entrevista de Apego para Adultos (AAI) muestran también niveles más altos de ansiedad social. Al contrario, aquellos con estilo de apego más seguro muestran niveles más bajos de este tipo de ansiedad (Erozkan, 2009; Öztürk y Mutlu, 2010). A la inversa, individuos con estilos de apego inseguro muestran mayores niveles de ansiedad social.

Schimmenti y Bifulco (2013) encontraron una asociación significativa entre las experiencias negativas con los padres en la infancia, la inseguridad en el vínculo de apego y los trastornos de ansiedad social en una muestra de adultos jóvenes. Resultados similares se han encontrado en muestras con niños (Brown y Whiteside, 2008), adolescentes (Armsden y Greenberg, 1987; Papini et al. 1991) y estudiantes universitarios (Love, 2008) con ansiedad social.

Así mismo, existen evidencias de un deterioro en las relaciones interpersonales a causa de niveles más altos en ansiedad social. Por ejemplo, adultos con ansiedad social tienden a contar menos cosas de sí mismos, muestran en menor cantidad sus emociones negativas con sus amigos o parejas, se involucran en más conflictos en sus relaciones románticas y muestran menos emociones positivas en sus relaciones de amistad (Cuming y Rapee, 2010). Adolescentes jóvenes con ansiedad social muestran menos habilidades sociales y menos competencia social, así como menos cantidad de amigos y niveles más altos de soledad y victimización (Erath, Flanagan, Bierman, y Tu, 2010). Lasgaard y colaboradores (2011) encontraron en su estudio con adolescentes mayores (M=17,11) relaciones entre la ansiedad social y generalizada con la soledad. En línea con estos resultados, Pabian y Vandebosch (2015) llevaron a cabo un estudio sobre acoso con niños y adolescentes. Estos autores sugieren que niveles altos de ansiedad social constituyen un factor de riesgo para la posterior victimización. En otros estudios con adolescentes, se ha encontrado que no sólo la ansiedad social está relacionada con

mayores niveles de soledad, sino también que esta relación, a su vez, puede generar otros dificultades como un mayor uso problemático de internet (Huan, Ang, y Chye, 2014).

Como se ha visto, existen relaciones entre: (1) inseguridad en el vínculo de apego y peores experiencias en las relaciones interpersonales; (2) inseguridad en el vínculo de apego y mayores valores en ansiedad social; y (3) mayores niveles de ansiedad social y peores experiencias en el ámbito social. De manera que es probable, y así ha sido probado en un estudio previo (Parade, 2009), que la ansiedad social pueda jugar un papel mediador importante en la relación entre el apego y la calidad en las relaciones interpersonales.

### **GÉNERO COMO VARIABLE MODERADORA**

Dado que existen evidencias de diferencias de género en apego, ansiedad social y diferentes aspectos de las relaciones de amistad, se plantea la posibilidad de que el género pueda jugar un rol moderador importante en la relación entre estas variables. Además, en el trabajo citado más arriba de Parade (2009) no se examinó la moderación del género ya que su estudio fue hecho sólo con una muestra de mujeres. Por tanto, este trabajo supondría un avance en cuanto al modelo propuesto por esta autora.

Comenzando con el apego, Gorrese y Ruggiere (2012) encontraron en su revisión que las mujeres muestran más conductas de apego con sus iguales que los hombres y que ellas muestran también más confianza y comunicación. En línea con la idea extendida de que las mujeres tienden a una expresión mayor de emociones, Nisenbaum y López (2015) indican que es más probable que las mujeres busquen apoyo emocional o social independientemente de su estilo de su apego. Destacan también que los hombres muestran resultados similares sólo si se da la condición de que tienen un estilo de apego inseguro con rasgos de ansiedad.

En algunos estudios se ha encontrado una mayor prevalencia del trastorno de ansiedad social en las mujeres. (Schimmenti y Bifulco, 2013; Selfhout, Branje, Delsing, ter Bogt, y Meeus, 2009). Además, hay evidencias de que chicos adolescentes con ansiedad social, en contraste con chicas con el mismo problema, presentan menos habilidades sociales así como menos amigos íntimos (Erath et al., 2010).

Por último, existen evidencias de diferencias de género con respecto a las relaciones interpersonales. Por ejemplo, se encuentran diferencias entre chicos y chicas adolescentes en el grado de auto-revelaciones vía online, de manera que es más notable en los chicos (Wang, Jackson, y Zhang, 2011). Como afirman estos autores, esta diferencia puede deberse al hecho de que los chicos adolescentes se enfrentan a más inhibiciones cuando tienen que sincerarse en sus relaciones fuera de la red, comparado con las chicas. Otros autores señalan cómo chicas adolescentes tienen a recibir más apoyo social y feedback mediante las redes sociales que los chicos (Mikami, Szvedo, Allen, Evans, y Hare, 2010) sobre las relaciones en línea con adolescentes. En el estudio de Pabian y Vandebosh sobre acoso y ansiedad social se encontraba un efecto moderador de la variable sexo, de modo que las chicas adolescentes que también presentaban ansiedad social sufrían más también más acoso, en comparación con los chicos. Por último, en el estudio con adolescentes de Weimer (2004) se encuentran diferencias de género en cuanto a la calidad de las relaciones de amistad, de modo que las chicas informan de relaciones de amistad de calidad superior.

La literatura al respecto cuenta con evidencias de diferencias de género en relación a la conducta y vínculo de apego, en relación a la variable ansiedad social así como en la conducta e interacciones sociales. Todo ello lleva a pensar que la relación entre las variables podría estar influida por el efecto moderador de la variable género.

## **DISEÑO E HIPÓTESIS**

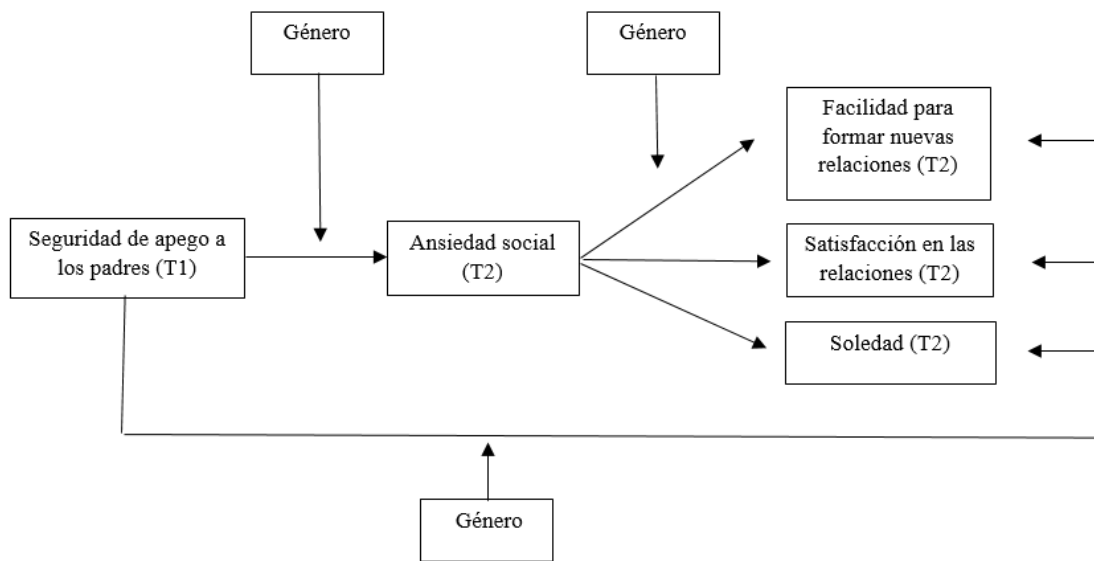
Este estudio de naturaleza longitudinal utilizó dos momentos de medida. Al principio del primer curso de la universidad (meses de septiembre y octubre) se realizó una primera medición. En este primer momento se evaluó la seguridad de apego hacia los padres (variable independiente). En un segundo momento de medida, siete meses después, se evaluaron la ansiedad social (variable mediadora) y los diferentes indicadores de la calidad de las relaciones de amistad (variables dependientes).

Se examina la relación que existe entre la seguridad de apego a los padres que tienen estudiantes universitarios de primer año y los resultados en sus relaciones interpersonales. La primera hipótesis del estudio, por tanto, es que aquellos individuos que presentan mayor seguridad de apego con sus padres, al principio del semestre, informarán de mejores resultados en la calidad de sus relaciones de amistad después del

final del semestre. La calidad en las relaciones interpersonales se ha determinado en función de tres variables: (1) facilidad para formar nuevas relaciones de amistad; (2) satisfacción en las relaciones actuales, y (3) soledad.

Existen evidencias de las relaciones existentes entre inseguridad de apego y niveles de ansiedad social, así como los efectos de ansiedad social en la calidad de las relaciones interpersonales. Por tanto, la segunda hipótesis es que esta variable ansiedad social pueda tener un efecto mediador entre la seguridad de apego hacia los padres y los resultados con respecto a las relaciones interpersonales en base a las tres variables citadas.

Por último, puesto que existen diferencias entre hombres y mujeres con respecto a las variables de estudio, se examina la variable género como factor moderador de la relación (1) entre seguridad de apego a los padres y ansiedad social y (2) entre ansiedad social y la calidad en las relaciones interpersonales. (Véase Figura 1).



**Fig. 1.** Modelo propuesto sobre la interacción entre seguridad a los padres y resultados en tres variables sobre relaciones interpersonales.

## **II. METODOLOGÍA**

### **PARTICIPANTES**

Para llevar a cabo este trabajo se seleccionó una base de datos ya existente con una muestra inicial de 241 estudiantes universitarios. Los participantes eran estudiantes universitarios de primer año de la Universidad de Salamanca matriculados durante el curso 2009-2010. Se propuso la participación a diferentes profesores de las facultades de psicología, magisterio e ingeniería y se planteó la posibilidad de participar al alumnado.

Para la realización de este trabajo se eligieron aquellos participantes cuyas edades estaban comprendidas entre los 17 y los 22 años. De la muestra inicial se eliminaron aquellos que no cumplían los criterios para el límite de edad (máx.22 años), los que no completaron todos los ítems del cuestionario en los dos momentos de medida, así como también 7 participantes hallados como outliers univariados y 1 como outlier multivariado. La muestra final estaba formada por 210 individuos, 70 varones y 140 mujeres. La media de edad en el primer momento de medida era de 18.6 (DT = 1.33).

### **MATERIALES**

En este trabajo se han propuesto las siguientes variables:

- El nivel de seguridad de apego a los padres como variable independiente
- La calidad en las relaciones interpersonales, medido en función de tres variables dependientes: satisfacción en las relaciones de amistad (VD1); facilidad en la formación de nuevas relaciones de amistad (VD2); y soledad (VD3).
- El nivel de ansiedad social, como variable mediadora de una relación entre las anteriores.
- Género, con los niveles varón y mujer, como variable moderadora del modelo.

Con el fin de medir las variables expuestas, los participantes de la investigación han contestado un cuestionario en el que estas venían recogidas. El cuestionario puede consultarse en el primer y único anexo de este trabajo (Anexo 1). A continuación se ofrece una breve explicación de cómo se han medido las variables de estudio y sus escalas.

## **VARIABLES DEMOGRÁFICAS**

Los participantes contestaron en el cuestionario preguntas en relación a la edad y el género (para examinar la posible moderación), lugar de residencia anterior a la entrada en la universidad y actual, nivel educativo de sus padres y figura de apego de referencia. Esta última como parte de la primera sección del cuestionario cuyo fin es el de examinar la seguridad de apego y se asegura, así cuál es la figura principal de apego.

Desde esa sección (A) hasta la última sección (F), se recogen preguntas para medir los niveles en el resto de variables de estudio.

## **SEGURIDAD DE APEGO A LOS PADRES**

Para medir la seguridad de apego respecto a los padres de los participantes se utilizó el Inventario de Apego a Padres y Pares (IPPA) y, en concreto, la sub-escala para padres (Armsden y Greenberg, 1987). El inventario IPPA es un instrumento creado para estudiar las percepciones que tienen adolescentes y adultos jóvenes sobre la relación con sus padres y pares. El instrumento original cuenta con dos sub-escalas, una destinada para medir las percepciones respecto a los padres y la otra respecto a los pares.

Para el propósito de este trabajo se han utilizado 12 ítems traducidos al español de los 28 de la sub-escala para padres. El formato de respuesta del inventario es de tipo Likert del 1 (“Siempre o casi siempre es verdad”) al 5 (“Nunca o casi nunca es verdad”). Algunos ejemplos de los ítems utilizados son “mi padre/madre respeta mis sentimientos” y “hablar sobre mis problemas con mi padre/madre me hace sentir avergonzado o estúpido”.

La fiabilidad de la escala con la muestra para este trabajo resultó ser de  $\alpha = .784$ .

## **ANSIEDAD SOCIAL**

Para medir la ansiedad social, como posible variable mediadora, se utilizó La Escala de Ansiedad en la Interacción Social (SIAS; Mattick y Clarke, 1998). Esta escala es un instrumento utilizado para medir miedos hacia la interacción social surgidos por la preocupación sobre las evaluaciones negativas y el rechazo social. Además, se corresponde con la descripción sobre fobia social recogida en el DSM –III – R.

La escala SIAS cuenta en su forma original con 20 ítems, los mismos que se recogen en el cuestionario administrado después de ser traducidos al español. Las respuestas se hacen en un escala tipo Likert del 1 (nada característico en mi caso) al 5 (extremadamente característico en mi caso). Algunos ejemplos de los ítems, expuestos en la sección B del cuestionario, son “me resulta fácil hacer amigos de mi edad” y “tengo dificultades para hablar con una persona atractiva del otro sexo”.

La fiabilidad de esta escala, después de su análisis con la muestra del trabajo fue de  $\alpha = .886$ .

### **Satisfacción con los amigos**

Para medir el nivel de satisfacción con los amigos se ha utilizado la Escala de Evaluación de la Relación de Pareja (RAS; Hendrik, 1988). Esta escala fue originalmente designada para medir la satisfacción en las relaciones de tipo romántico pero puede adaptarse para medir la satisfacción en relaciones no románticas.

Los participantes del estudio contestaron a los 7 ítems de la escala traducidos y en relación a su grupo de amigos más cercano. El formato de respuesta es el de una escala tipo Likert del 1 (mal; insatisfecho) al 5 (extremadamente bien; muy a menudo). Estos ítems están formulados en forma de pregunta y algunos ejemplos son “¿en qué medida tu grupo de amigos más cercanos cumple tus necesidades?” y “¿con cuánta frecuencia deseas no haber empezado la relación con este grupo de amigos?”. Las preguntas para esta medida están recogidas en la sección D del cuestionario.

Después de medir la fiabilidad con la muestra de este trabajo esta fue de  $\alpha = .840$ .

### **Facilidad para formar amistades**

Para la medición de esta variable se utilizó el Cuestionario de Competencia Interpersonal (ICQ) de Buhrmester y colaboradores (1988). En concreto, se han utilizado los 8 ítems traducidos de la sub-escala de iniciación. Esta sub-escala mide la competencia interpersonal en la formación de relaciones sociales.

Los participantes completaron esta sección en un formato de respuesta tipo Likert del 1 (no soy muy bueno en esto; me siento tan incómodo e incapaz de manejar esta situación que lo evitaría si pudiese) al 5 (soy muy bueno en esto; me siento muy cómodo



y puedo manejar esta situación muy bien). “Pedir o sugerir a alguien nuevo quedar o hacer algo (p.ej., salir juntos)” es uno de los ítems que se encuentran recogidos en la sección D del cuestionario.

La fiabilidad de la sub-escala para esta muestra fue de  $\alpha = .881$ .

### **Soledad**

Para medir la última de las variables dependientes del estudio se utilizó la Escala de Soledad de Jong- Gierveld (Gierveld, 2006). Esta escala consta de 6 ítems que sirven para medir soledad emocional y social.

Para este trabajo se han usado los 6 ítems de la escala, los cuales pueden consultarse en la sección E del cuestionario administrado. Las respuestas se recogieron en un formato de respuesta tipo Likert del 0 (nada de acuerdo) al 10 (totalmente de acuerdo). Algunos ejemplos de los ítems son “a menudo me siento rechazado” y “puedo confiar en muchas personas cuando tengo problemas”.

Por último, se halló para esta escala una fiabilidad de  $\alpha = .700$ .

## **PROCEDIMIENTO**

La aplicación de los cuestionarios se llevó a cabo en las aulas de la universidad y tuvo una duración aproximada de 25 minutos. Se realizó un estudio longitudinal de una duración de 7 meses. Los participantes contestaron al cuestionario en dos momentos de medida diferentes. La primera vez al inicio del curso y la segunda durante el segundo semestre. Se informó a los estudiantes de que las respuestas serían anónimas y confidenciales y no recibieron ningún tipo de compensación económica o académica por su participación.

## **ANÁLISIS ESTADÍSTICOS**

Los datos recogidos fueron introducidos en el programa de análisis de paquetes estadísticos para las ciencias sociales SPSS 22.0. Con el mismo se realizaron análisis descriptivos, diferencia de medias y se analizaron correlaciones de Pearson entre variables. También se llevaron a cabo análisis de mediación moderada y de mediación.

Estos últimos se realizaron con la herramienta PROCESS (Hayes, 2013) incluida en el programa.

### **III. RESULTADOS Y DISCUSIÓN**

#### **ANÁLISIS PRELIMINARES: ELMINACIÓN DE VALORES EXTREMOS Y DATOS PERDIDOS**

La muestra inicial contaba con 241 sujetos, de los cuales se eliminaron aquellos que sobrepasaban los valores requeridos respecto a la edad (máx. 22 años) y también una serie de sujetos los cuáles no habían contestado a una sección completa del cuestionario.

A continuación y, antes de llevar a cabo los análisis primarios sobre las variables del modelo, se realizó un estudio sobre valores extremos. Fueron encontrados 7 valores extremos univariados, mediante la realización de un criterio de corte ( $z > 3$  ó  $z < -3$ ) sobre valores estandarizados. También fue hallado y eliminado de la muestra un valor extremo multivariado mediante el uso del procedimiento de Mahalanabis.

La muestra final quedó formada por 210 sujetos.

#### **ANÁLISIS DESCRIPTIVOS**

Se realizaron análisis descriptivos y correlaciones entre las variables de estudio. Los resultados para la muestra completa se encuentran recogidos en la Tabla 1 y separados en relación al género en la Tabla 2. Para examinar si había diferencias en las medias en función del género para las variables de estudio, se llevaron a cabo pruebas t de diferencia entre medias. Los resultados sugieren que las mujeres muestran un apego más seguro hacia sus padres que los hombres ( $t [208] = 0.005$   $p < 0.01$ ). No se encontraron otras diferencias significativas.

**Tabla 1.** Análisis descriptivos y correlaciones entre las variables principales

Variables	Correlaciones						
	M (DT)	N	1	2	3	4	5
<b>1. APEGO A LOS PADRES</b>	4.02 (0.52)	210	–				
<b>2. ANSIEDAD SOCIAL</b>	2.04 (0.53)	210	-0.22*	–			
<b>3. SATISFACCIÓN EN LAS AMISTADES</b>	4.25 (0.54)	210	0.08	-0.35*	–		
<b>4. FACILIDAD PARA FORMAR AMISTADES</b>	3.13 (0.75)	210	0.02	-0.60*	-0.29*	–	
<b>5. SOLEDAD</b>	2.73 (1.86)	210	-0.24*	-0.44*	-0.44*	-0.30*	–

\*  $p < 0.01$  (2-colas)

**Tabla 2.** Análisis descriptivos y correlaciones entre las variables principales según género

	VARÓN M (DT)	N	MUJER M (DT)	N	1	2	3	4	5
<b>1. APEGO A LOS PADRES</b>	3.87 (0.52)	70	4.09* (0.51)	140	-	-0.18	0.08	-0.02	-0.19
<b>2. ANSIEDAD SOCIAL</b>	2.09 (0.59)	70	2.00 (0.49)	140	-0.26	-	-0.36*	-0.54*	0.39*
<b>3. SATISFACCIÓN</b>	4.15 (0.59)	70	4.30 (0.50)	140	0.02	-0.33*	-	0.31*	-0.59*
<b>4. FACILIDAD</b>	3.14 (0.84)	70	3.12 (0.71)	140	0.08	-0.70*	0.27	-	-0.16
<b>5. SOLEDAD</b>	3.07 (1.85)	70	2.57 (1.84)	140	-0.29	0.52*	-0.43*	-0.55*	-

\*  $p < 0.01$  (2-colas)

*Correlaciones para varones debajo de la diagonal; correlaciones para mujeres encima de la diagonal*

## ANÁLISIS PRIMARIOS: MEDIACIÓN MODERADA

En primer lugar, se realizaron una serie de análisis para los modelos de mediación moderada se utilizó una regresión múltiple y un procedimiento de Bootstrap mediante el uso de la herramienta PROCESS descrita por Andrew F. Hayes (2013) en el programa de análisis de paquetes estadísticos SPSS. Se examinó si el género moderaba la relación entre seguridad de apego a los padres y ansiedad social y también si existía moderación del género en la relación entre ansiedad social y las tres variables para la calidad de las relaciones. Los resultados, recogidos en la Tabla 3, no mostraron efectos de moderación en ninguna de las vías propuestas, de modo que se rechaza la hipótesis

de un efecto de moderación del género sobre la relación entre seguridad de apego a los padres y calidad en las relaciones interpersonales a través de la variable ansiedad social.

**Tabla 3.** Resultados para el análisis de mediación moderada.

	APEGO X GÉNERO	ANSIEDAD X GÉNERO
	B [IC al 99%]	B [IC al 99%]
<b>SATISFACCIÓN EN LAS RELACIONES</b>	0.0967 [-0.1954, 0.3899]	-0.0127 [-0.2866, -0.2612]
<b>FACILIDAD PARA FORMAR RELACIONES</b>	0.2158 [-0.1087-0.5403]	0.0145 [-0.3328 – 0.3618]
<b>SOLEDAZ</b>	0.1653 [-5.3082, 3.9444]	-0.1241 [-1.0252, 0.7770]

*\*p>0.01; \*\*p<0.001*

A continuación se realizó un análisis de mediación simple con un procedimiento similar al anterior pero sin incluir la variable género como moderadora. Los resultados para el análisis de mediación simple se recogen en la Tabla 4. De acuerdo con los mismos, se cumple la hipótesis de que la ansiedad social ejerce un efecto de mediación entre la seguridad de apego a los padres y la calidad en las relaciones interpersonales. Cabe destacar que estos resultados son significativos para las tres variables dependientes del modelo.

Por último, no se dan efectos directos de la seguridad de apego a los padres sobre la variable satisfacción en las relaciones de amistad y tampoco sobre la variable facilidad para la formación de nuevas amistades. Existe, sin embargo, una correlación significativa entre la variable seguridad de apego a los padres y la variable soledad (Tabla 1). Además, entre la seguridad de apego y la soledad se da un efecto significativo de manera marginal al 1%, que sí es significativo al 5%.

**Tabla 4.** Resultados para el análisis de mediación

	<b>EFFECTO DIRECTO DE APEGO (VI) SOBRE LA VD</b>	<b>EFFECTO INDIRECTO: MEDIACIÓN ANSIEDAD</b>	<b>EFFECTO INDIRECTO: MEDIACIÓN ANSIEDAD</b>
	<b>B</b>	<b>B</b>	<b>TEST DE SOBEL (B)</b>
	<b>[IC al 99%]</b>	<b>[IC al 99%]</b>	<b>[IC al 99%]</b>
<b>SATISFACCIÓN</b>	0.0008 [-0.1777, 0.1794]	<b>-0.3589**</b> [-0.5360, -0.1818]	<b>0.0795*</b>
<b>FACILIDAD</b>	-0.1765 [-0.3876, 0.0346]	<b>-0.9009**</b> [-1.1103, -0.6916]	<b>0.1997*</b>
<b>SOLEDAD</b>	-0.5443 [-1.1292, 0.0409]	<b>1.4250*</b> [0.8446, 2.0053]	<b>-0.3158*</b>

\*  $p < 0.01$ ; \*\*  $p < 0.001$

## DISCUSIÓN

En línea con muchos de los resultados encontrados en la literatura, los hallazgos de este estudio muestran apoyo a la hipótesis de que la seguridad de apego a los padres ejerce una influencia en el ajuste social de los individuos. Sin embargo, con respecto a la relación directa de seguridad de apego a los padres, esta solo se ha visto relacionada con una de las variables dependientes del estudio, la soledad. Más importante aún, los resultados apoyan el modelo propuesto sobre un efecto indirecto de la seguridad de apego a los padres a través de la variable ansiedad social. Este efecto se prueba, además, para las tres variables dependientes. En este sentido, niveles más altos de seguridad en el apego con los padres se asociaron con niveles más bajos de ansiedad social que, a su vez, se asociaron con mejores indicadores en las relaciones de amistad (mayor satisfacción y facilidad para formar nuevas amistades y menor soledad). Por último, el género no ejerce un papel moderador.

En general, estos resultados son consistentes con las ideas de Bowlby en cuanto a que la seguridad de apego que se desarrolla en relación a los padres ejerce una influencia positiva en la formación y calidad de nuevas relaciones (Bowlby, 1969) así como que un nivel de apego inseguro aumenta la vulnerabilidad para el desarrollo de psicopatologías (Bowlby, 1976).

Una mayor seguridad de apego a los padres se correlaciona con menores niveles de soledad. Según estos resultados, aquellas personas que muestran niveles más altos de

seguridad respecto a la relación con sus padres también se sienten menos solos. Esto puede deberse a que las personas que han desarrollado un nivel de apego seguro a sus padres tienen una historia de otros vínculos seguros con otras personas de manera que, en general, no muestran demasiadas dificultades a la hora de socializarse y estar en compañía de otras personas. Por esta razón es probable que estén con más frecuencia rodeados de gente, en concordancia con lo afirmado por Wiseman y colaboradores (2006). Aunque son pocos los estudios que han examinado la relación entre seguridad de apego y soledad, sí existen evidencias en la literatura a favor de estos resultados, como se encuentran en los trabajos de Wiseman con estudiantes universitarios y de Richaud (2006) con niños.

En contra de lo esperado, los resultados no muestran correlaciones significativas entre seguridad de apego a los padres y facilidad en la formación de nuevas amistades así como tampoco entre la seguridad de apego a los padres y una mayor satisfacción en las relaciones de amistad. Esto puede deberse a una falta de consistencia en las respuestas de los participantes a las preguntas de esta parte del cuestionario para satisfacción en las relaciones de amistad. Primero, porque se pregunta por un grupo de amigos “cercano”, lo que puede no dejar claro si se refiere a amigos íntimos, como los que probablemente tuviesen los participantes antes de entrar en la universidad, o si se refiere a amigos nuevos que se encuentran cercanos a ellos dado que son sus compañeros de clase. En este sentido, se aludiría más a una cercanía física y no tanto socioemocional. Segundo, tal vez los participantes no contasen con un grupo de amigos per se, sino con una cantidad de amigos menor, sobre todo en el caso de que estuviesen contestando pensando en sus nuevos amigos. La medida hace hincapié en el hecho de tener un grupo.

Sin embargo, son varios los estudios en los que se encuentra una relación directa entre la seguridad de apego y una mayor satisfacción en las relaciones interpersonales (Weimer et al., 2004; Welch y Houser, 2010) así como en la formación de nuevas relaciones (Benson et al., 2006; Laible, 2007). Otra explicación plausible es que la seguridad de apego a los padres resulte ser un constructo que se encuentra demasiado lejos con respecto a relaciones interpersonales actuales. De tal manera que puede que la influencia que ejerce ya no sea tan significativa y que pueda explicarse por el efecto mediador de otras variables, además de la ansiedad social, comprobado en este trabajo y en el estudio de Parade (2009). Por ejemplo, Irons y Gilbert (2005) encontraron que

la inseguridad de apego en adolescentes estaba relacionada con peores valoraciones en cuestión de su posición social en el grupo. Aunque el principal objetivo de estos autores era explicar los antecedentes de psicopatología y su relación con la seguridad e inseguridad de apego, es bastante probable una relación negativa entre satisfacción social y peores valoraciones de sí mismo respecto al rango social. Asimismo, en el estudio mencionado más arriba de Parade, se encontraron relaciones directas entre niveles de seguridad de apego a los padres y satisfacción en las relaciones personales y también entre seguridad de apego a los padres y mayor facilidad en la formación de nuevas amistades.

Pese a que las tres variables dependientes se han examinado con el fin de estudiar la calidad en las relaciones interpersonales, no se muestran resultados de valores consistentes entre las tres. Así, no hay correlaciones significativas para las dos primeras pero sí para la variable soledad. Una explicación posible es que las variables facilidad en la formación de nuevas amistades y satisfacción en las relaciones de amistad sean más parecidas entre ellas y que difieran más con respecto a la variable soledad. Así, soledad es un constructo más subjetivo mientras que las primeras están más condicionadas por el contexto y menos por cómo se sienten los participantes. Cuando los participantes contestan a las preguntas para las dos primeras escalas pueden hacerlo teniendo presente cómo se han desarrollado sus nuevas amistades. Al contrario, cuando contestan a los ítems de la escala de soledad pueden tener presente un sentimiento subjetivo general sobre sus relaciones. De esta manera, los que muestran seguridad en el vínculo de apego a sus padres también muestran esta seguridad en general y se sienten bien a este respecto, independientemente del desarrollo de sus relaciones en la etapa actual.

La segunda hipótesis presentada en este trabajo ha sido confirmada por los resultados. Según estos, existe una relación indirecta mediada por niveles de ansiedad social entre la seguridad de apego a los padres y una mayor calidad en las relaciones de amistad. Aunque la relación directa entre apego y dos de las variables dependientes no es significativa, sí que parece que el apego ejerce un efecto indirecto en dichas variables a través de la ansiedad social. Esto significa que las personas que tienen un apego inseguro a los padres tienden a desarrollar ansiedad social y sentirse, por tanto, más ansiosos en las situaciones sociales. Esta ansiedad les llevaría a tener interacciones sociales menos frecuentes y de peor calidad así como a tener dificultades en la

formación de nuevas relaciones de amistad. Estos resultados son similares al estudio de Parade (2009), realizado también con una muestra de estudiantes universitarios.

Por último, los resultados de este estudio sugieren que el modelo presentado funciona del mismo modo tanto en hombres como en mujeres. Esto quiere decir que la seguridad de apego desarrollada respecto a los padres, junto con niveles más altos de ansiedad social tiene una influencia similar en la calidad de las relaciones personales para ambos géneros. Estos resultados sugieren que la seguridad de apego a los padres, así como la ansiedad social, son variables igualmente importantes para hombres y mujeres, en un momento de transición como el estudiado. Cabe preguntarse cuál sería el resultado de esta moderación en otras poblaciones, por ejemplo en poblaciones adultas que no se encuentren en un momento de transición como es de la entrada a la universidad.

#### **IV. CONCLUSIONES Y PROSPECTIVA**

Los resultados del presente trabajo sugieren que las personas que se sienten más seguras en la relación con sus padres muestran menos dificultades en las relaciones de amistad en el momento de transición a la universidad. Además, este estudio encuentra un mecanismo explicativo y mediador entre el apego y las relaciones de amistad como es la ansiedad social.

Además de aportar evidencia a las nociones de Bowlby sobre la seguridad de apego a los padres y su influencia en las relaciones futuras, este trabajo también ofrece un punto de vista que permite entender las relaciones interpersonales y sus precursores desde una edad muy temprana hasta la edad adulta. Junto que la investigación citada más arriba de Parade (2009), ya son dos los estudios que examinan y encuentran evidencias a favor de la hipótesis de una mediación de la ansiedad social entre seguridad de apego a los padres y mayor calidad en las relaciones interpersonales. Además, este modelo sólo ha sido probado en un mismo tipo de población. Cabe preguntarse si se da en otras poblaciones, por ejemplo en niños, o en personas en la edad adulta consolidada.

A pesar de los resultados hallados y su importancia, existen también algunas limitaciones en este estudio. En relación a las escalas, se han utilizado versiones



traducidas al español de todas ellas. Además de que estas escalas fueron hechas para una población diferente a la española. De modo que una escala validada para poblaciones en España pudiera ser más adecuada. Además, actualmente existen una variedad de escalas para estudiar el apego en las personas adultas. Por ejemplo la Entrevista de Apego para Adultos (AAI; Bartholomew y Horowitz, 1991). Siguiendo con la idea de Bowlby respecto a la continuidad a lo largo del ciclo vital del apego, estos autores crearon una medida para examinar los estilos apego en la edad adulta. Mediante esta entrevista se mide el apego en función de seguridad e inseguridad en el modelo de representación de las relaciones de los individuos. También se hacen subdivisiones en cuanto al apego de tipo inseguro, de manera que puede ser una medida más sofisticada y que dé lugar a resultados interesantes dentro de la línea de investigación de este trabajo.

En futuros estudios similares podrían utilizarse muestras más grandes y más equilibradas en cuanto a la distribución del género. Tal vez, en réplicas del estudio se encuentren resultados diferentes en cuanto a una moderación del género. Asimismo, probar estas hipótesis en poblaciones que se encuentren en otros momentos evolutivos podría ayudar a entender en mayor medida el funcionamiento de este modelo. Por un lado, podría arrojar luz en cuanto a la pregunta de si los efectos en la relación de mediación se dan por tratarse de una muestra en transición o no. Cabría preguntarse si otras situaciones generadoras de ansiedad, además de la entrada a la universidad, crean el mismo efecto y consecuencias en los individuos. Por otro lado, podría estudiarse el papel de la variable género en otras situaciones en las que, quizás, sí pueda tener un efecto moderador.

Por último, tener en cuenta este modelo puede ser beneficioso tanto en el ámbito clínico como en el educativo, a nivel preventivo y también de tratamiento. Primero, detectar problemas en el vínculo de apego a una edad temprana podría ayudar a los profesionales de la salud y de la educación en la anticipación de posibles problemas de ansiedad social y de relación social. Si se detectan síntomas con precocidad su tratamiento puede ser más efectivo así como sus consecuencias menos dañinas a largo plazo. Segundo, el tratamiento de los problemas en la capacidad para las relaciones interpersonales podría llevarse a cabo desde un enfoque de más de un punto de vista.

Así, se podría incidir en la ansiedad social y también en los modelos operantes de los individuos sobre el apego.

## V. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abby, A., Abramis, D. J., y Caplan, R. D. (1985). Effects of different sources of social support and social conflict on emotional wellbeing. *Basic and Applied Social Psychology*, 6, 111–129.
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., y Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Allen, J. P., Moore, C., Kuperminc, G., y Bell, K. (1998). Attachment and adolescent psychosocial functioning. *Child Development*, 69, 1406–1419.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.)*. Washington, DC.
- Armsden, G. C., y Greenberg, M. T. (1987). The inventory of parent and peer attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 16, 427–453.
- Bayrami, M., Heshmati, R., Mohammadpour, V., Gholamzadeh, M., Hasanloo, H. O., y Moslemifar, M. (2012). Happiness and Willingness to Communicate in Three Attachment Styles: A Study on College Students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 46, 294-298.
- Benson, M. J., McWey, L. M., y Ross, J. J. (2006). Parental attachment and peer relations in adolescence: A meta-analysis. *Research in Human Development*, 3, 33–43.
- Caron, A., Lafontaine, M. F., Bureau, J. F., Levesque, C., y Johnson, S. M. (2012). Comparisons of close relationships: An evaluation of relationship quality and patterns of attachment to parents, friends, and romantic partners in young adults. *Canadian Journal of Behavioral Science*, 44, 245-256.
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7(2), 147–178.
- Batholomew, K, y Horowitz, L. M. (1991). Attachment Styles among Young Adults: A Test of a Four-Category Model. *Journal of Personality, Experimental, and Theoretical Aspects*. New York, NY: Harper y Row.
- Baumeister, R. F., y Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117, 497–529.
- Buhrmester, D., Furman, W., Wittenberg, M. T., y Reis, H. T. (1988). Five domains of interpersonal competence in peer relations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55, 991–1008.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss: Vol. 1. Attachment*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1976). *Attachment and Loss: Vol.2. Separation*. New York: Basic Books.

- Bowlby, J. (1980). *Attachment and Loss: Vol. 3. Loss*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1988). *A Secure Base: Clinical Applications of Attachment Theory*. London: Routledge.
- Brooks, J. H., y DuBois, D. L. (1995). Individual and environmental predictors of adjustment during the first year of college. *Journal of College Student Development*, 36, 347–360.
- Chung, M.-S. (2014). Pathways between attachment and marital satisfaction: The mediating roles of rumination, empathy, and forgiveness. *Personality and Individual Differences*, 70, 246-251.
- Cuming, S., y Rapee, R. M. (2010). Social anxiety and self-protective communication style in close relationships. *Behaviour Research and Therapy*, 48(2), 87-96.
- Eng, W., Heimberg, R. G., Hart, T. a., Schneier, F. R., y Liebowitz, M. R. (2001). Attachment in individuals with social anxiety disorder: The relationship among adult attachment styles, social anxiety, and depression. *Emotion*, 1(4), 365-380.
- Erath, S. a., Flanagan, K. S., Bierman, K. L., y Tu, K. M. (2010). Friendships moderate psychosocial maladjustment in socially anxious early adolescents. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 31(1), 15-26.
- Erozkan, A. (2009). The relationship between attachment styles and social anxiety: An investigation with Turkish university students. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 37(6), 835-844.
- Fass, M. E., y Tubman, J. G. (2002). The influence of parental and peer attachment on college students' academic achievement. *Psychology in the Schools*, 39, 561–573.
- Gierveld, J. (2006). A 6-Item Scale for Overall, Emotional, and Social Loneliness: Confirmatory Tests on Survey Data. *Research on Aging*, 28(5), 582-598.
- Gorrese, A., y Ruggieri, R. (2012). Peer attachment: A meta-analytic review of gender and age differences and associations with parent attachment. *Journal of Youth and Adolescence*, 41, 650-672.
- Hartup, W. W., y Stevens, N. (1997). Friendships and adaptation in the life course. *Psychological Bulletin*, 121, 355–370.
- Hayes, A. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach* (pp. 461-483). New York: The Guilford Press.
- Huan, V. S., Ang, R. P., y Chye, S. (2014). Loneliness and Shyness in Adolescent Problematic Internet Users: The Role of Social Anxiety. *Child and Youth Care Forum*, 1-13.
- Hendrick, S. S. (1988). A generic measure of relationship satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*, 50, 93–98.

- Irons, C., y Gilbert, P. (2005). Evolved mechanisms in adolescent anxiety and depression symptoms: the role of the attachment and social rank systems. *Journal of adolescence*, 28(3), 325-41.
- Kenny, M. E. (1987). The extent and function of parental attachment among first-year college students. *Journal of Youth and Adolescence*, 16(1), 17-29.
- Kobak, R. R., y Hazan, C. (1991). Attachment in marriage: Effects of security and accuracy of working models. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(6), 861-869.
- Kobak, R. R., y Sceery, A. (1988). Attachment in late adolescence: Working models, affect regulation, and representations of self and others. *Child Development*, 59, 135-146.
- La Greca, A. M., y Stone, W. L. (1993). Social anxiety scale for children-revised: Factor structure and concurrent validity. *Journal of Clinical Child Psychology*, 22(1), 17-27.
- Laible, D. (2007). Attachment with parents and peers in late adolescence: Links with emotional competence and social behavior. *Personality and Individual Differences*, 43, 1185-1197.
- Lasgaard, M., Goossens, L., Bramsen, R. H., Trillingsgaard, T., y Elklit, A. (2011). Different sources of loneliness are associated with different forms of psychopathology in adolescence. *Journal of Research in Personality*, 45, 233-237
- Leary, M. R. (1990). Responses to social exclusion: Social anxiety, jealousy, loneliness, depression, and low self-esteem. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 9, 221-229.
- Lieberman, M., Doyle, A., y Markiewicz, D. (1999). Developmental patterns in security of attachment to mother and father in late childhood and early adolescence: Associations with peer relations. *Child Development*, 70, 202-213.
- Love, K. M. (2008). Parental Attachments and Psychological Distress among African American College Students. *Journal of College Student Development*, 49(1), 31-40.
- Mattick, R. P., y Clarke, J. C. (1998). Development and validation of measures of social phobia scrutiny fear and social interaction anxiety. *Behavior Research and Therapy*, 36, 455-470.
- McGinn, L. K., Cukor, D., y Sanderson, W. C. (2005). The Relationship Between Parenting Style, Cognitive Style, and Anxiety and Depression: Does Increased Early Adversity Influence Symptom Severity Through the Mediating Role of Cognitive Style? *Cognitive Therapy and Research*, 29(2), 219-242.
- Mikami, A. Y., Szewedo, D. E., Allen, J. P., Evans, M. a, y Hare, A. L. (2010). Adolescent peer relationships and behavior problems predict young adults' communication on social networking websites. *Developmental psychology*, 46(1), 46-56.
- Nisenbaum, M. G., y Lopez, F. G. (2015). Adult Attachment Orientations and Anger Expression in Romantic Relationships : A Dyadic Analysis, 62(1), 63-72.

- Öztürk, A., y Mutlu, T. (2010). The relationship between attachment style, subjective well-being, happiness and social anxiety among university students'. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 9, 1772-1776.
- Pabian, S., y Vandebosch, H. (2015). An Investigation of Short-Term Longitudinal Associations between Social Anxiety and Victimization and Perpetration of Traditional Bullying and Cyberbullying. *Journal of Youth and Adolescence*.
- Papini, D. R., Roggman, L. A., y Anderson, J. (1991). Early adolescent perceptions of attachment to mother and father: A test of emotional-distancing and buffering hypotheses. *The Journal of Early Adolescence*, 11, 258–275.
- Parade, S., Leerkes, E., y Blankson, A. (2009). Attachment to Parents, Social Anxiety, and Close Relationships of Female Students over the Transition to College. *Journal of Youth and Adolescence J Youth Adolescence*, 127-137.
- Peplau, L.A., y Perlman, D. (Eds.). (1982). *Loneliness: A sourcebook of current theory, research, and therapy*. New York: Wiley-Interscience.
- Richaud de Minzi, M. C. (2006). Loneliness and depression in middle and late childhood: the relationship to attachment and parental styles. *The Journal of genetic psychology*, 167(2), 189-210.
- Scharf, M., Mayseless, O., y Kivenson-Baron, I. (2004). Adolescents' attachment representations and developmental tasks in emerging adulthood. *Developmental Psychology*, 40, 430–444.
- Schimmenti, A., y Bifulco, A. (2013). Linking lack of care in childhood to anxiety disorders in emerging adulthood: The role of attachment styles. *Child and Adolescent Mental Health*, (1), 41-48.
- Selfhout, M. H. W., Branje, S. J. T., Delsing, M., ter Bogt, T. F. M., y Meeus, W. H. J. (2009). Different types of Internet use, depression, and social anxiety: The role of perceived friendship quality. *Journal of Adolescence*, 32(4), 819-833
- Swenson, L., Nordstrom, A., y Hiester, M. (2008). The Role of Peer Relationships in Adjustment to College. *Journal of College Student Development*, 49(6), 551-567.
- Wang, J. L., Jackson, L. a., y Zhang, D. J. (2011). The mediator role of self-disclosure and moderator roles of gender and social anxiety in the relationship between Chinese adolescents' online communication and their real-world social relationships. *Computers in Human Behavior*, 27(6), 2161-2168.
- Weimer, B. L., Kerns, K. a., y Oldenburg, C. M. (2004). Adolescents' interactions with a best friend: Associations with attachment style. *Journal of Experimental Child Psychology*, 88, 102-120.

- Welch, R. D., y Houser, M. E. (2010). Extending the four-category model of adult attachment: An interpersonal model of friendship attachment. *Journal of Social and Personal Relationships*, 27(3), 351-366.
- Wilkinson, R. B. (2010). Best friend attachment versus peer attachment in the prediction of adolescent psychological adjustment. *Journal of Adolescence*, 33(5), 709-717.
- Williams, K. D., Shore, W. J., y Grahe, J. E. (1998). The silent treatment: Perceptions of its behaviors and associated feelings. *Group Processes y Intergroup Relations*, 1, 117-141.
- Wiseman, H., Mayseless, O., y Sharabany, R. (2006). Why are they lonely? Perceived quality of early relationships with parents, attachment, personality predispositions and loneliness in first-year university students. *Personality and Individual Differences*, 40, 237-248.
- Zea, M. C., Jarama, S. L., y Bianchi, F. T. (1995). Social support and psychosocial competence: Explaining the adaptation to college of ethnically diverse students. *American Journal of Community Psychology*, 23, 509-531.
- Zimmermann, P., Maier, W. A., Winter, M., y Grossmann, K. E. (2001). Attachment and adolescents' emotion regulation during a joint problem solving task with a friend. *International Journal of Behavioral Development*, 25, 331-343.

## VI. ANEXOS

### CUESTIONARIO

1. Sexo:

1. Varón

2. Mujer

2. Edad: \_\_\_\_\_

3. Nacionalidad: \_\_\_\_\_

4. ¿En qué ciudad o pueblo (indicar provincia también) vivías antes de comenzar esta carrera? \_\_\_\_\_

5. ¿En qué ciudad o pueblo (indicar provincia también) vives en estos momentos?  
\_\_\_\_\_

6. ¿Dónde vives durante el curso académico?

1. Con mis padres    2. En un piso compartido    3. En una residencia    4. Otros

(¿cuál? \_\_\_\_\_)

7. ¿Cuál es el máximo nivel educativo de tus padres? (si no has tenido un padre o madre biológica, o ninguna persona haya cumplido sus funciones –e.g., un abuelo/a–, contesta “No se aplica”).

Padre

Algún año de la educación primaria	Finalizada la educación primaria	Algún año de Instituto	Finalizado el Instituto	Algún año en la Universidad o Diplomatura	Licenciatura	Haber empezado algún master, posgrado y/o doctorado	Haber obtenido algún título de master, posgrado y/o doctorado	No sé	No se aplica
------------------------------------	----------------------------------	------------------------	-------------------------	---	--------------	---	---	-------	--------------

Madre

Algún año de la educación primaria	Finalizada la educación primaria	Algún año de Instituto	Finalizado el Instituto	Algún año en la Universidad o Diplomatura	Licenciatura	Haber empezado algún master, posgrado y/o doctorado	Haber obtenido algún título de master, posgrado y/o doctorado	No sé	No se aplica
------------------------------------	----------------------------------	------------------------	-------------------------	---	--------------	---	---	-------	--------------

A) A continuación tienes una lista de frases sobre lo que la gente hace con relación a sus padres. Por favor, selecciona el número que mejor indica en qué grado es verdad cada frase con respecto a la **figura paterna o materna que consideras que juega un papel más importante en tu educación y cuidados.**

¿Qué figura parental es la más importante en tu educación y cuidados?

1. Madre biológica

2. Padre biológico

3. Madre adoptiva

4. Padre adoptivo

5. Madrastra

6. Padrastro

7. Otro: \_\_\_\_\_

Contesta a las siguientes preguntas pensando en esta persona.

Siempre o casi siempre es verdad 1	A menudo es verdad 2	Algunas veces es verdad 3	Rara vez es verdad 4	Nunca o casi nunca es verdad 5
---------------------------------------	-------------------------	------------------------------	-------------------------	-----------------------------------

1.- A mi padre/madre le cuento mis problemas y preocupaciones.

1

2

3

4

5

2.- Mi padre/madre respeta mis sentimientos.

1

2

3

4

5

3.- No me presta mucha atención en casa (el padre/madre en el que estás pensando).





- |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
| 1   | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 15.- Me resulta preocupante pensar que no voy a saber qué decir en situaciones sociales.          |   |   |   |   |
| 1   | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 16.- Me siento nervioso cuando me relaciono con gente que no conozco.                             |   |   |   |   |
| 1   | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 17.- Cuando estoy hablando, siento que voy a decir algo que resulte embarazoso (“meter la pata”). |   |   |   |   |
| 1   | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 18.- Cuando estoy en un grupo con gente, me siento preocupado por si me ignoran.                  |   |   |   |   |
| 1   | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 19.- Me siento tenso cuando estoy en un grupo con gente.  |   |   |   |   |
| 1   | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 20.- Me siento inseguro si tengo que saludar a alguien que conozco poco.                          |   |   |   |   |
| 1   | 2 | 3 | 4 | 5 |

1. ¿Tienes pareja en estos momentos?

1. Sí                      2. No

2. ¿Cuál es el sexo de tu pareja?

1. Varón                      2. Mujer

C) Las siguientes preguntas hacen referencia a tu relación con tu GRUPO DE AMIGOS MÁS CERCANO

1.- ¿En qué medida tu grupo de amigos más cercano cubre tus necesidades?

- |     |   |             |   |                     |
|-----|---|-------------|---|---------------------|
| 1   | 2 | 3           | 4 | 5                   |
| Mal |   | Nivel Medio |   | Extremadamente Bien |

2.- En general, ¿en qué medida estás satisfecho con la relación de amistad con tu grupo de amigos más cercano?

- |              |   |             |   |                           |
|--------------|---|-------------|---|---------------------------|
| 1            | 2 | 3           | 4 | 5                         |
| Insatisfecho |   | Nivel Medio |   | Extremadamente Satisfecho |

3.- ¿En qué medida la relación de amistad con tu grupo de amigos más cercano es buena comparada con la de la mayoría de la gente?

- |      |   |             |   |           |
|------|---|-------------|---|-----------|
| 1    | 2 | 3           | 4 | 5         |
| Mala |   | Nivel Medio |   | Excelente |

4.- ¿Con cuánta frecuencia deseas no haber empezado la relación con este grupo de amigos?

- |       |   |             |   |              |
|-------|---|-------------|---|--------------|
| 1     | 2 | 3           | 4 | 5            |
| Nunca |   | Nivel Medio |   | Muy a menudo |

5.- ¿Hasta qué punto la relación actual con tu grupo de amigos más cercano cumple tus expectativas iniciales?

- |           |   |             |   |               |
|-----------|---|-------------|---|---------------|
| 1         | 2 | 3           | 4 | 5             |
| Casi nada |   | Nivel Medio |   | Completamente |

6.- ¿Cuánto quieres a tu grupo de amigos más cercano?

- |      |   |             |   |       |
|------|---|-------------|---|-------|
| 1    | 2 | 3           | 4 | 5     |
| Poco |   | Nivel medio |   | Mucho |

7.- ¿Cuántos problemas consideras que existen en tu relación de amistad con tu grupo de amigos más cercano?

- |           |   |             |   |        |
|-----------|---|-------------|---|--------|
| 1         | 2 | 3           | 4 | 5      |
| Muy pocos |   | Nivel medio |   | Muchos |

D) A continuación aparecen diferentes situaciones que en ocasiones experimentamos las personas. Por favor, indica en qué medida te sientes capaz y cómodo para manejar cada situación.

No soy bueno en esto; me siento tan incómodo e incapaz de manejar esta situación que lo evitaría si pudiese 1	Soy regular en esto; me siento incómodo y tengo mucha dificultad para manejar esta situación 2	Me siento bien con esto; me siento algo incómodo y tengo alguna dificultad para manejar esta situación 3	Soy bueno en esto; me siento bastante cómodo y capaz de manejar esta situación 4	Soy muy bueno en esto; me siento muy cómodo y puedo manejar esta situación muy bien 5
--	---	---	---	--

- |  |   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|---|
| 1.- Pedir o sugerir a alguien nuevo quedar o hacer algo (p. ej., salir juntos).                        | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2.- Encontrar y sugerir hacer cosas a alguien nuevo a quién encuentras interesante y atractivo.        | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3.- Mantener conversaciones con alguien nuevo que te gustaría conocer mejor.                           | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4.- Ser una persona interesante y agradable la primera vez que conoces a alguien.                      | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5.- Presentarte a alguien que crees que podría gustarte conocer (o tener una cita).                    | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6.- Llamar (por teléfono) a alguien nuevo (“ligue” o conocido) para quedar y hacer algo juntos.        | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7.- Dar una buena primera impresión a personas de las que te gustaría ser su amigo (o tener una cita). | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8.- Ir a fiestas o reuniones, donde no conoces bien a la gente, con el fin de hacer nuevas relaciones. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

E) Contesta a las siguientes frases pensando en cómo te sientes ACTUALMENTE.

	Nada de acuerdo										Totalmente de acuerdo	
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1.- Tengo un sentimiento general de vacío	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
2.- Echo de menos tener gente a mi alrededor	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
3.- A menudo me siento rechazado	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
4.- Puedo confiar en muchas personas cuando tengo problemas	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
5.- Hay muchas personas en las que puedo confiar completamente	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
6.- Tengo bastantes personas a las que me siento cercano	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11