

MODELOS INTERNOS Y ESTILOS DE APEGO: PATRONES DE INTERACCIÓN EN
CUATRO PAREJAS QUE RESIDEN EN PUERTO RICO

Disertación presentada al Programa Graduado de Psicología adscrito al
Departamento de Psicología de la Facultad de Ciencias Sociales
Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras
Como requisito para obtener el grado de
Doctora en Filosofía con especialidad en Psicología Clínica

Marileen Z. Maldonado Peña
Mayo, 2023

Esta disertación es propiedad conjunta de la autora y del Departamento de Psicología de la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras. No podrá ser reproducida en parte o en su totalidad, o resumirse sin el consentimiento de la autora y de la dirección del Departamento de Psicología. Marileen Z. Maldonado-Peña. Todos los derechos reservados ©.

Índice

Lista de tablas 10

Lista de figuras 11

Lista de apéndices..... 13

Certificación de aprobación..... 14

Resumen 15

Dedicatoria 16

Reconocimientos 17

CAPÍTULO I – INTRODUCCIÓN..... 18

 Planteamiento del Problema 23

CAPÍTULO II – REVISIÓN DE LITERATURA 32

 Teoría de Apego e Implicaciones y Proceso de Socialización 32

 Fases del Desarrollo de Apego 35

 Aspectos Neurobiológicos del Apego 38

 Aspectos Neurobiológicos del Apego Romántico..... 43

 Desarrollo de Modelos Internos de Apego 46

 Apego y Patrones de Interacción Social: De la Infancia a la Adultez..... 50

 De los Modelos Internos de Apego a los Estilos de Apego 57

 Estilo de Apego Seguro 57

 Estilo de Apego Ansioso 64

Estilo de Apego Evitativo.....	67
Estilo de Apego Desorganizado o Irresuelto	71
Estilos de Apego y Patrones de Interacción en las Relaciones de Pareja.....	76
Justificación.....	83
Propósito de la investigación.....	85
Objetivos de la investigación.....	85
Preguntas de investigación	85
CAPÍTULO III – MÉTODO	87
Diseño de investigación.....	87
Participantes	89
Instrumentos	92
Hoja de Cernimiento Telefónico	93
Hoja de Datos Sociodemográficos.	93
Escala sobre Estilos de Apego en las Relaciones de Pareja (ECR-R).....	94
Guía de preguntas para entrevistas a profundidad.....	95
Guía de Categorías basada en la teoría de apego.....	96
Procedimiento.....	97
Solicitud de aprobación al Comité Institucional para la Protección de los Seres Humanos en la Investigación (CIPSHI)	97
Reclutamiento.....	98

Proceso de recopilación de datos.....	100
Estrategia de análisis	103
Análisis de contenido mediante confiabilidad entre jueces.....	103
Corrección y análisis de la escala sobre apego ECR-R.....	107
CAPÍTULO IV – RESULTADOS	108
Díada 01: Datos sociodemográficos	109
D-01: Modelos internos de apego.....	109
D-01: Modelos internos de apego con figuras parentales de P-1F.....	109
D-01: Modelos internos de apego con otros cuidadores en la P-1F.....	115
D-01: Modelos internos de apego con figuras parentales del P-2M	121
D-01: Modelos internos de apego con otros cuidadores en P-2M.....	130
D-01: Estilos de apego.....	137
D-01: Estilo de apego en la Participante-1F.....	137
D-01: Estilo de apego P-2 M.....	148
D-01: Patrón de interacción en la relación de pareja.....	158
Una evolución hacia un estilo de apego seguro.....	158
D-01: Un baile de salsa, tango, género y cultura.....	164
D-01: Metáforas alusivas a los procesos de apego	171
D-01: Puntuaciones obtenidas en el ECR-R.....	168
Díada 02: Datos sociodemográficos	171

D-02: Modelos internos de apego.....171

 D-02: Modelos internos de apego con figuras parentales y otros cuidadores de P-3F.....171

 D-02: Modelos internos de apego con figuras parentales y otros cuidadores de P-4M.185

D-02: Estilos de apego.....191

 D-02: Estilo de apego en la P-3F.....191

 D-02: Estilo de apego en el P-4M.199

D-02: Patrones de interacción203

 Un baile con ritmos variados en el espejo.203

D-02: Metáforas alusivas a los procesos de apego209

D-02: Puntuaciones obtenidas en el ECR-R.....220

Díada-03: Datos sociodemográficos.....223

D-03: Modelos internos de apego.....223

 D-03: Modelos internos de apego con figuras parentales y otros cuidadores de la P-5F....223

 D-03: Modelos internos de apego con figuras parentales y otros cuidadores de P-6M.236

D-03: Estilos de apego.....246

 Coqueteo cibernético: Entre *Tinder*, *Snapchat* y *WhatsApp*.246

 D-03: Estilo de apego en la P-5F.....250

 D-03: Estilo de apego en P-6M.253

D-03: Patrones de interacción255

 Apego en competencia, *mute*, *block*, *read more* y *airplane mode*.255

D-03: Metáforas alusivas a los procesos de apego	266
D-03: Puntuaciones en el ECR-R	275
Díada 04: Datos sociodemográficos	279
D-04: Modelos internos de apego con figuras parentales y otros cuidadores de la P-7F....	279
D-04: Modelos internos de apego con figuras parentales y otros cuidadores de P-8M.	292
D-04: Estilos de apego.....	303
En busca de una base segura durante la adultez emergente.	303
D-04: Estilo de apego en P-7F.....	306
D-04: Estilo de apego en P-8M.	310
D-04: Patrones de interacción	312
Ataques, retiradas, y tacto afectuoso como amortiguador durante el conflicto.....	312
D-04: Metáforas alusivas a los procesos de apego	322
D-04: Puntuaciones en el ECR-R	335
CAPÍTULO V – DISCUSIÓN	344
Síntesis de las narrativas emergentes en torno a los modelos internos de apego	345
La pertinencia de las figuras de apego suplementarias.....	345
Apego materno y su influencia en el desarrollo de los modelos internos y estilos de apego	348
Apego materno y dificultades interpersonales	350
El apego suplementario fraternal y la parentificación	351

VARIABLES CONTEXTUALES QUE LIMITAN EL PROCESO DE VINCULACIÓN AFECTIVA CON FIGURAS PARENTALES MASCULINAS353

HERIDAS DE APEGO IDENTIFICADAS EN LOS HISTORIALES DE APEGO INDIVIDUALES356

SÍNTESIS DE LAS NARRATIVAS EMERGENTES EN TORNO A LOS ESTILOS DE APEGO357

PROCESOS DE APEGO Y SUS IMPLICACIONES SOBRE LA DISPOSICIÓN PARA INGRESAR A UNA RELACIÓN DE PAREJA357

LA ADULTEZ EMERGENTE COMO UNA SEGUNDA SITUACIÓN EXTRAÑA.....361

LA TECNOLOGÍA COMO MEDIADORA DE LOS PROCESOS DE APEGO EN PAREJA363

ESTRESORES PSICOSOCIALES EN PUERTO RICO: UN FACTOR DE RIESGO PARA EL APEGO INSEGURO365

IMPLICACIONES PARA LA PSICOLOGÍA CLÍNICA Y PROFESIONES RELACIONADAS366

IMPLICACIONES CLÍNICAS PARA EL TRABAJO TERAPÉUTICO CON FAMILIAS366

IMPLICACIONES CLÍNICAS PARA EL TRABAJO CLÍNICO CON PAREJAS.....371

TEORÍA DE APEGO Y EL ROL DEL PSICOTERAPEUTA EN EL MUNDO AFECTIVO DE LA PAREJA375

LIMITACIONES377

RECOMENDACIONES380

CONCLUSIONES.....385

REFERENCIAS393

Lista de tablas

Tabla 1: Perfil sociodemográfico de las díadas participantes.....90

Tabla 2: Consistencias e inconsistencias entre los modelos internos de apego (MI) y los estilos de apego (EA).....340

Lista de figuras

Figura 1: Modelo de dinámica rudimentaria del desarrollo del sistema de apego56

Figura 2: Díada 01: Diagrama de verbalizaciones ilustrativas de modelos internos de apego en P-1F 163

Figura 3: Díada 01: Diagrama de verbalizaciones ilustrativas de modelos internos de apego en P-2M 164

Figura 4: Díada 01: Verbalizaciones ilustrativas de estilos de apego y patrones de interacción 165

Figura 5: Díada 01: Metáforas alusivas a los procesos de apego 166

Figura 6: Díada 01: Ansiedad y evitación estimadas 169

Figura 7: Díada 01: Orientaciones de apego según puntuaciones obtenidas en el ECR-R 170

Figura 8: Díada 02: Verbalizaciones ilustrativas de modelos internos de apego en la P-3F215

Figura 9: Díada 02: Verbalizaciones ilustrativas de modelos internos de apego en el P-4M216

Figura 10: Díada 02: Verbalizaciones ilustrativas de estilos de apego y patrones de interacción217

Figura 11: Díada 02: Metáforas alusivas a los procesos de apego218

Figura 12: Díada 02: Ansiedad y evitación estimadas221

Figura 13: Díada 02: Orientaciones de apego según puntuaciones obtenidas en el ECR-R222

Figura 14: Díada 03: Verbalizaciones ilustrativas de modelos internos de apego en P-5F271

Figura 15: Díada 03: Verbalizaciones ilustrativas de modelos internos de apego en P-6M272

Figura 16: Díada 03: Verbalizaciones ilustrativas de estilos de apego y patrones de interacción273

Figura 17: Díada 03: Metáforas alusivas a los procesos de apego274

Figura 18: Díada 03: Ansiedad y evitación estimadas277

Figura 19: Díada 03: Orientaciones de apego según puntuaciones obtenidas en el ECR-R278

Figura 20: Díada 04: Verbalizaciones ilustrativas de modelos internos de apego en P-7F.....330

Figura 21: Díada 04: Verbalizaciones ilustrativas de modelos internos de apego en P-8M331

Figura 22: Díada 04: Verbalizaciones ilustrativas de estilos de apego y patrones de interacción
332

Figura 23: Díada 04: Metáforas alusivas a los procesos de apego333

Figura 24: Díada 04: Ansiedad y evitación estimadas338

Figura 25: Díada 04: Orientaciones de apego según puntuaciones obtenidas en el ECR-R339

Lista de apéndices

Apéndice A: Documentos para Cernimiento Telefónico para Parejas Candidatas	426
Apéndice B: Hoja de Datos Sociodemográficos	430
Apéndice C: Escala sobre Estilos de Apego en las Relaciones de Pareja (ECR-R).....	434
Apéndice D: Guía para Entrevista Individual.....	437
Apéndice E: Guía para Entrevista a Parejas	440
Apéndice F: Hoja de Consentimiento Informado	443
Apéndice G: Acuerdo de Confidencialidad para Jueces y Juezas	448
Apéndice H: Afiche de Reclutamiento	451
Apéndice I: Autorización del Protocolo Sometido al CIPSHI	453
Apéndice J: Guía de Categorías para el Análisis de Contenido entre Jueces y Juezas	455

Certificación de aprobación

Certificamos que hemos leído y evaluado esta disertación y que en nuestra opinión es adecuada en el alcance y la calidad de su contenido para el grado de Doctorado en Filosofía con área de énfasis en Psicología Clínica.

Aida Jiménez-Torres, Ph.D.

Directora de Comité de Disertación

Nydia Ortiz-Pons, Ph.D.

Segundo Miembro del Comité de Disertación

Edgardo Morales-Arandes, Ph.D.

Lector del Comité de Disertación

Resumen

Este estudio exploró las experiencias emocionales de cuatro parejas que llevaban un año o más de convivencia activa y presencial. Se aplicó el método cualitativo, de corte exploratorio/descriptivo, para completar ocho entrevistas de historial de apego en la infancia y cuatro entrevistas -en pareja- de historial de apego en la relación. Estas últimas fueron sometidas a un análisis en el que participaron cinco jueces y juezas que clasificaron las temáticas observadas en torno a las orientaciones de apego e identificaron otros temas emergentes. Se utilizó la teoría de apego para lograr la identificación de los modelos internos de apego instaurados en la infancia y su influencia sobre los estilos de apego manifiestos en la relación de pareja en la adultez. Se observó el carácter dialéctico de la relación y se computó la confiabilidad de las categorizaciones exponiendo así la forma en que las parejas apalabran sus necesidades afectivas y los patrones de interacción que les distinguen. Los resultados de los datos cualitativos fueron comparados y contrastados con los resultados de las puntuaciones obtenidas en la Escala sobre Estilos de Apego en las Relaciones de Pareja (ECR-R) como medida cuantitativa confirmatoria de la evaluación del apego. Los hallazgos confirman la consistencia entre los modelos internos de apego, y los estilos de apego experimentados en la relación de pareja. Además, se observaron otras variables contextuales que influenciaron los procesos de apego en pareja, y se discutieron algunas incongruencias entre los datos cualitativos y las clasificaciones obtenidas en el ECR-R.

Palabras claves: parejas, modelos internos de apego, estilos de apego, terapia de pareja centrada en las emociones

Dedicatoria

Este trabajo va dedicado a mis padres,

Son y serán mi apego seguro.

A la UPR, el proyecto de esperanza que sostiene al País.

A las y los profesores, mentores, colegas y amistades que me legaste.

Cada vínculo me convocó a repensar,
deconstruir y redirigir mi desarrollo intelectual, profesional y personal.

Fuiste hogar y familia para mí.

A las parejas participantes que narraron y actuaron sus historias.

A todas las parejas que construyen sus vínculos con amor y valentía.

Nunca somos tan vulnerables como cuando amamos.

– Sigmund Freud, *La civilización y sus descontentos*.

Reconocimientos

Completar este trabajo investigativo ha sido un arduo trayecto que ha conllevado retos, aprendizajes y reflexiones constantes. Tuve el honor de contar la dirección de una red de apoyo social que estimuló me fortaleció, y me regaló ese hábito de deseo por continuar que en ocasiones necesité. Agradezco a mis padres, a mis amistades y mis compañeras de clase.

Reconozco y agradezco profundamente a la Dra. Aida Jiménez-Torres, mi mentora y directora de comité. Por guiar y estimular mi desarrollo en la terapia de familia y pareja. Gracias por las horas de supervisión, diálogo y análisis que hemos compartido en todos estos años. Su dedicación, pasión y compromiso por el trabajo clínico, por el estudiantado y por la UPR son admirables. Al Dr. Edgardo Morales y a la Dra. Nydia Ortiz, cuyo insumo permitió un acercamiento abarcador, sistémico y profundo en el desarrollo de este trabajo.

Finalmente, reconozco a las y los colegas e investigadores que participaron del análisis de contenido entre jueces y juezas. A Erick Senior, Kathia Peña, Kariana Rodríguez y Stephanie Ortiz. Agradeceré eternamente el tiempo invertido en la revisión minuciosa y profunda de las entrevistas y vídeos. Las extensas discusiones de este material han quedado aquí plasmadas. Definitivamente fue una labor titánica que nutrió nuestra capacidad de observación, análisis y conceptualización clínica. Me honra haber contado con su conocimiento y compromiso.

CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

El establecimiento de las relaciones de pareja ha sido estudiado desde diversas perspectivas por su pertinencia para el entendimiento de los procesos de reproducción en la especie humana y en otra variedad de especies animales (Aragona et al., 2006; Ren, Chin, & French, 2014).

Trabajos concernientes a la neuroanatomía funcional -como los realizados con ratones de pradera y primates como los monos- han permitido evidenciar la participación de neurotransmisores dopaminérgicos en la formación y mantenimiento de las relaciones de pareja (Aragona et al., 2006; Ren, Chin, & French, 2014). En estos, se ha argumentado que después de la cohabitación prolongada, algunas especies de animales demuestran una marcada tendencia a preservar el enlace en pareja, e incluso pueden presentar una agresión selectiva hacia elementos desconocidos que amenacen dicho vínculo.

Desde la perspectiva neurobiológica, Aragona et al. (2006) demostraron que el establecimiento del enlace en pareja es capaz de producir una reorganización neuroplástica regulando el funcionamiento del sistema nervioso central en algunos animales. Esto sugiere que -una vez se establece este vínculo- la propia biología de ciertas especies pareciera evolucionar para preservar el mismo. De manera análoga, es posible suponer que esa organización neural se manifiesta igualmente en los seres humanos. Investigaciones afirman que la conexión entre humanos también moldea la arquitectura neuronal y modifica las respuestas (fisiológicas, cognitivas, emocionales y conductuales) que se emiten ante experiencias que resultan amenazantes; siendo la conexión en pareja una que preserva una función protectora y transformadora impactante (Holt-Lunstad et al., 2008; Johnson, 2019; Song et al., 2015).

A pesar de la contundencia de los hallazgos investigativos acerca del establecimiento de las relaciones de pareja, existe un amplio bagaje de literatura que destaca las dificultades y conflictos que enfrentan las parejas para mantener relaciones armoniosas y lograr el sostenimiento de este tipo de vínculo a largo plazo (Bayer, 2011; Feeney & Monin, 2016; Perel, 2007). La literatura destaca que la mayoría de las relaciones de pareja se enmarcan en una serie de conflictos que nos obligan a repensar esa promocionada capacidad humana para sostener exitosamente los vínculos románticos a lo largo de la vida (Bayer, 2011; Brandon, 2010; Perel, 2007). Al mismo tiempo, urge que se repiensen las definiciones que aplicamos para atender dichos conflictos.

Históricamente la relación de pareja ha sido definida como un arreglo de vida a largo plazo entre dos personas que se fundamentaba en el compromiso matrimonial, y en los beneficios y responsabilidades que se desprendían del mismo (Ren et al., 2014). No obstante, -tal cual plantea Brandon, 2010- esta definición pareció excluir completamente de la ecuación dos elementos centrales: 1) el amor (o la intimidad emocional) y 2) el hacer el amor (o la intimidad sexual y el erotismo). Esta concepción provocó que las relaciones románticas se fundamentaran en el cumplimiento -legal, institucional y económico- eludiendo información vital acerca de las complejidades que son inherentes al establecimiento del vínculo afectivo en pareja. Por consiguiente, muchas personas que coexisten en pareja desconocen cómo lidiar con asuntos tales como la falta de asertividad al comunicar sus emociones, la incompatibilidad sexual, la disminución en el deseo sexual, la infidelidad, entre otras complejidades distintivas de este vínculo afectivo (Brandon, 2010).

Las transformaciones socioculturales de los últimos cincuenta años resultantes de múltiples luchas feministas (tales como la anticoncepción que liberó el sexo de la reproducción, el

cuestionamiento de los roles tradicionales de género, entre otros factores) han redefinido la vida en pareja trayendo al eje de la discusión los vínculos centrados en la afectividad y en el amor (Perel, 2007). Tal cual plantea Giddens (2013), en muchas sociedades la intimidad y la sexualidad han pasado a ser propiedad de un “self” que se define, se desarrolla y negocia a lo largo de la vida, y las relaciones en pareja así lo reflejan. Por consiguiente, la psicología como disciplina ha prestado especial atención a la calidad de la intimidad en las relaciones de pareja al considerarles como un vínculo afectivo central que podría trastocar el resto de las interacciones de un sistema familiar (Brandon, 2010; Perel, 2007). En otras palabras, bajo este cambio de paradigma en el que se ubica al amor como el eje de la unión conyugal, el éxito de la familia depende del éxito de la relación afectiva entre la pareja (Perel, 2007).

Acorde con estos cambios socioculturales, la función de la pareja también puede comprenderse desde una perspectiva sistémica- estructural (Nichols, 2013). Un sistema familiar se organiza en subsistemas siendo la pareja la unidad más pequeña que corresponde al vínculo entre dos personas que se sostiene bajo los siguientes principios: 1) *la singularidad* de una relación única y exclusiva, 2) *la integración* de dos personas que crean una interdependencia, y 3) *la trayectoria* que alude a las transformaciones que juntos experimentan a lo largo de la vida (Finkel et al., 2017; Nichols, 2013). A la luz de esta definición, es posible afirmar que una pareja deberá trabajar para hallar la homeostasis y la sintonía emocional que les permitirá responder a transformaciones sociales y macrosistémicas, así como a las transiciones típicas del ciclo vital tales como las siguientes: la posible llegada de hijos, los problemas económicos, la jubilación, el deterioro del cuerpo, el fallecimiento de familiares, entre otras (Jiménez-Torres et al., 2020). Los miembros de una pareja que no logran solidificar su vínculo afectivo difícilmente podrán afrontar efectivamente las circunstancias que distinguen a cada uno de estos momentos. Esto

eventualmente podría afectar detrimentalmente a los integrantes de la pareja y los demás integrantes del sistema familiar (Feeney & Monin, 2016). En términos sistémicos, es teniendo al subsistema de la pareja como base, que el resto de los integrantes de una familia alcanzan un aprendizaje intensivo acerca de aspectos relacionales medulares tales como el cuidado, la confianza, la comunicación afectiva, la resolución de conflictos, la resiliencia, los límites, entre otros aspectos vitales para sobrellevar estas transiciones de vida (Perel, 2007).

Nichols (2013), plantea que el funcionamiento efectivo de una pareja requiere mantener los límites interpersonales apropiados entre los diferentes miembros de la familia. Esto regula las interacciones, y permite a las parejas diferenciarse y organizarse para cumplir con sus responsabilidades. Sin embargo, cuando surgen conflictos destructivos entre la pareja, las familias podrían atravesar cambios que resulten en límites disfuncionales, alteraciones abruptas e incluso cortes en las interacciones (Nichols, 2013). Por ejemplo, un conflicto marital puede provocar que algún integrante de la pareja retire el afecto o evite la comunicación, lo que evidentemente representará un corte emocional que será experimentado por los demás integrantes del sistema (p. ej., los hijos). Este es un punto crítico, pues se ha evidenciado que uno de los sub-sistemas que más se afecta ante los conflictos maritales es el de los hijos (Blodgett Salafia et al., 2014; Negash & Morgan, 2016). En efecto, la homeostasis y la estabilidad del sistema familiar parecen depender en gran medida del éxito en la conexión emocional entre la pareja, lo que les impone un gran peso (Perel, 2007).

De manera cónsona con lo anterior, es pertinente destacar que la variedad de conflictos en la relación de pareja se ha tornado en uno de los problemas de mayor presentación en los escenarios de terapia familiar (Negash & Morgan, 2016). Por ejemplo, algunas investigaciones señalan que entre un 20% a un 33% de las parejas incurren en prácticas de infidelidad y adulterio

(Brandon, 2010; Negash & Morgan, 2016). Otros hallazgos destacan que, a medida que la relación de pareja madura, la actividad sexual disminuye significativamente, y aquellas que la mantienen refieren no sentirse sexualmente complacidas (Brandon, 2010; McNulty et al., 2016). Lo anterior, frecuentemente afecta la satisfacción general y la calidad de la relación lo que en muchas ocasiones culmina con la ruptura o el divorcio. La psicología como disciplina ha intentado atender este fenómeno, pero el trabajo clínico y las investigaciones se han centrado en minimizar el conflicto marital destructivo (donde se manifiesta la hostilidad y la agresión), pasando por alto el carácter constructivo del conflicto que permite profundizar en la verdadera atención de las necesidades afectivas (Gao et al., 2019), siendo esto último el eje de este trabajo.

En síntesis, el reto central de las relaciones de pareja estriba en que la erosión y la desconexión emocional parecen ser un asunto inherente al vínculo, pues -en la medida que el tiempo de relación transcurre- típicamente se refleja un declive en la gratificación emocional y sexual que se experimenta en el mismo (Brandon, 2010; Frederick et al., 2017; Negash & Morgan, 2016). Paradójicamente, las investigaciones en el campo de las relaciones de parejas señalan que la fidelidad, la comprensión, el apoyo, el deseo y la satisfacción sexual a largo plazo, son ingredientes que la mayoría de las personas consideran indispensables para el éxito en su relación (Negash & Morgan, 2016). Con esto se nos pone de frente un gran enigma relacional: las relaciones afectivas de pareja fundadas en el amor (y no en intereses económicos, legales, de reproducción, entre otros) también implican un complejo impase que trasciende las vision lineal o simplista de causa y efecto que presuponen su éxito. Urge el estudio profundo de este fenómeno desde una perspectiva más compleja en la que se historice la vida afectiva de las parejas a la luz de preguntas que develen otros matices en torno a los confusos interjuegos entre

amor-deseo, dependencia-autonomía, la desconexión-reparación que caracterizan a este vínculo (Johnson, 2019; Perel, 2007).

A tenor con lo anterior, en la siguiente sección se discutirán algunos aspectos relacionados al fenómeno de la creciente alza en las rupturas matrimoniales, y algunas consecuencias sociales que precisamente permiten destacar la pertinencia de este tema de estudio.

Planteamiento del Problema

Las alarmantes tasas de divorcio en diversas partes del mundo permiten subrayar la necesidad de nutrir el campo investigativo con hallazgos que dirijan a un mejor entendimiento y manejo de los conflictos relacionales en parejas (Bakhtiar & Aulia, 2022). Kennedy y Ruggles (2014), sustentan que el fenómeno del divorcio se ha proliferado de tal forma, que se dificulta el mantenimiento de estadísticas acertadas que faciliten su estudio. Destacan que este aumento responde a importantes cambios socioculturales tales como la flexibilidad en las restricciones legales, la reducción de distintas barreras para concretar el divorcio y la apertura de nuevas oportunidades económicas para las mujeres, entre otros. Lo anterior, ha permitido a muchas personas -particularmente mujeres- la terminación de relaciones que consideraban insatisfactorias catapultando así las tasas de divorcio (Kennedy & Ruggles, 2014). Toda esta apertura en torno a la terminación de las relaciones maritales, aunque es -en múltiples aspectos- ventajosa, también ha derivado una serie de efectos psicológicos, relacionales y socioeconómicos en los sistemas familiares que son bastante complejos y que ameritan estudiarse con mayor detenimiento (Bakhtiar & Aulia, 2022; Feeney & Monin, 2016; Hetherington, 2014).

La literatura apunta a que las tasas de divorcio parecen ser significativamente altas entre las parejas que han experimentado conflictos por infidelidad. Por ejemplo, Marín et al. (2014) demostraron en un análisis de tres investigaciones desarrolladas con parejas estadounidenses, que

el 53% de los casos que reportaron conflictos por infidelidad concretaron su divorcio en algún momento durante los cinco años posteriores al tratamiento terapéutico. Esto contrastó significativamente con un 23% de divorcios en los casos que no reportaron haber atravesado una infidelidad. Hallazgos como estos destacan la necesidad de comprender que los conflictos en las relaciones de pareja tienen serias implicaciones para el sistema familiar, lo que incluso puede desembocar en procesos legales que transforman el sistema social y -por ende- la cultura y sociedad en la que convivimos (Hetherington, 2014; Nursyifa, 2020; Templer et al., 2017).

En el aspecto legal, el desarrollo histórico del sistema estadounidense permite observar que, desde que se autorizó el trámite del divorcio, el adulterio se convirtió inmediatamente en motivo para la ruptura de matrimonios en todas las jurisdicciones (Varnado, 2013). Indudablemente, este es un escenario complejo en el que la pareja asiste a un foro legal para rendir cuentas de un aspecto muy íntimo: su compromiso y fidelidad en la relación de pareja. Además, -dependiendo de la jurisdicción y del país- un cónyuge que busca obtener una sentencia de divorcio por la causal de adulterio puede disfrutar de una posición legal ventajosa con respecto a la pensión a estipularse para el cónyuge y la prole (Varnado, 2013). Esto último puede provocar que el clima emocional entre las parejas y familias se torne adversativo. Por tanto, aquel que transgrede dicho compromiso relacional con la pareja puede quedar socialmente estigmatizado y legalmente penalizado.

A tenor con el planteamiento anterior, recientemente se han investigado otros fenómenos asociados a la relación adversativa entre las parejas. Por ejemplo, la alienación parental, que consiste en una campaña de descrédito ejecutada por parte de uno de los miembros de la pareja utilizando a los hijos e hijas como portavoces, es un tipo de conflicto que puede ocurrir durante divorcios contenciosos (Templer et al., 2017). En estos casos se han documentado acusaciones

falsas de abuso y maltrato en contra del otro miembro de la díada o pareja. Además, se ha evidenciado que algunos padres llegan a presionar a sus hijos para que rechacen públicamente al otro padre durante los procedimientos judiciales, lo que puede generar gran angustia y daño psicológico (Templer et al., 2017). Lo anterior, viene a ser el saldo de los conflictos de pareja pobremente manejados y que pueden encarnarse en pleno foro legal afectando directamente a los hijos. Desde los lentes de la teoría de apego, fenómenos como estos permiten ejemplificar que aquellos miembros de las díadas o parejas que han aprendido patrones de culpabilización, castigo, venganza y evasión con sus figuras de apego, tienden a manifestarlos durante procesos de separación o divorcio contribuyendo a una escalada en espirales destructivos muy difíciles de romper (Feeney & Monin, 2016).

Investigaciones sobre relaciones de pareja desarrolladas en Estados Unidos sustentan que entre un 11% y un 21% de las parejas con hijos, que no logran manejar sus conflictos constructivamente, reportan haber incurrido en prácticas de infidelidad (Negash & Morgan, 2016; Spence, 2012; Weigel et al., 2003). Esto sugiere que los problemas conyugales pobremente atendidos pueden desembocar en el reclutamiento de una tercera persona que frecuentemente tiene la función de disminuir la tensión existente entre la pareja (triangulación). Esto acarrea en otras consecuencias psicológicas que generan desorganización y reorganización en los sistemas familiares (Negash & Morgan, 2016; Pearman, 2010). En el caso de la niñez, la literatura señala que los conflictos destructivos entre la pareja parental pueden generar sentimientos de culpa, ansiedad, miedo, preocupación, depresión y agresividad; lo que disloca el desarrollo emocional saludable de estos (Blodgett Salafia et al., 2014; Negash & Morgan, 2016). En el caso de los adolescentes, los conflictos destructivos entre la pareja parental frecuentemente se asocian a sentimientos de culpa, problemas conductuales, depresión, ansiedad, problemas

académicos e incluso trastornos alimentarios (Blodgett Salafia et al., 2014; Negash & Morgan, 2016).

De manera cónsona con estos hallazgos, la literatura sobre las familias con adolescentes señala que, cuando escalan los conflictos maritales, los patrones de interacción entre los adolescentes y la pareja parental también pueden tornarse muy adversativos (Blodgett Salafia et al., 2014; Negash & Morgan, 2016). Esto se debe a que los adolescentes pueden inclinarse a culpabilizar a uno de los padres a la vez que se alían con el otro, lo que puede instaurar tríadas disfuncionales y crear un clima emocional nocivo en el sistema familiar. Además, los conflictos destructivos entre la pareja pueden generar una experiencia emocional de incertidumbre (p. ej., vergüenza, culpa, tristeza) en los adolescentes que se encuentran en pleno desarrollo psicosexual, derivando cambios cognitivos asociados a una expresión sexual rígida, alta ansiedad o evitación durante la adultez (Blodgett Salafia et al., 2014; Negash & Morgan, 2016).

A grandes rasgos, es posible resumir que las rupturas y los conflictos destructivos en las relaciones de pareja frecuentemente tienen el potencial de generar interrupciones en los roles y en las relaciones afectivas entre la familia, e incluso podrían ocasionar dificultades en la implementación de las prácticas de crianza de los hijos exigiendo una nueva homeostasis en el sistema familiar (Amato, 2014; Crangle & Hart, 2017; Spence, 2012). A pesar de los contundentes hallazgos -acerca de los efectos psicológicos, familiares, legales y sociales asociados a los conflictos pobremente manejados en las relaciones de pareja- existe una falta pronunciada de investigaciones que provean recomendaciones claras sobre cómo construir y fortalecer este importante vínculo afectivo, lo que queda reflejado en las crecientes tasas de divorcio manifiestas en distintas partes del mundo (Negash & Morgan, 2016).

En Estados Unidos se contabiliza la cantidad de divorcios por cada 1,000 personas en la población, lo que se conoce como la tasa bruta de divorcio (Amato, 2014). Esta cifra aumentó de un 2.2 en 1960 a un 5.2 en 1980. Posteriormente, se redujo la tasa a un 3.5, lo que se atribuyó a un notable retraso en las edades para contraer matrimonio. En otros países europeos la tasa de divorcio también ha ido en aumento en las últimas décadas. Por ejemplo, del 1960 al 2010 la tasa bruta de divorcio aumentó de 0.5 a 3.0 en Bélgica. Al mismo tiempo, se reportó un aumento de 0.7 a 2.1 en Noruega, y de 0.3 a 1.2 en Grecia (Amato, 2014).

En Puerto Rico, la disolución de las relaciones matrimoniales también puede considerarse como un fenómeno que amerita estudio. El Informe Anual de Estadísticas Vitales sobre Matrimonios y Divorcios del Departamento de Salud establece que el índice de rupturas matrimoniales continúa en aumento (Departamento de Salud, 2018). En el año 2012 fue cuando más se elevó este alcanzando el 79.8%. Ese año, se contrajeron 17,937 matrimonios y se efectuaron 14,325 divorcios. En el año 2014, se detalló que los matrimonios sumaron 16,667 y los divorcios 11,776, para un índice de 70.6%. Entre los años 2015 y 2016 (estadística oficial más reciente disponible) este índice de divorcios reflejó un leve descenso a 67.8% y a 69.1%. Este patrón estadístico en el país representa que, por cada 100 matrimonios celebrados, se conceden entre 67 y 70 divorcios, lo que es considerablemente alto. Este alarmante número de divorcios nos convoca a interrogar el fenómeno desde una perspectiva relacional que considere las razones que intervienen en el establecimiento y preservación del vínculo matrimonial. Los índices de divorcio antes detallados pueden interpretarse como el resultado o la manifestación de las dificultades para cultivar y sostener un vínculo afectivo satisfactorio en medio de los complejos retos que enfrentan las parejas que viven en Puerto Rico.

Por otro lado, la literatura también afirma que los conflictos destructivos en las relaciones de pareja pueden impactar significativamente el bienestar general y la felicidad en la población adulta y, por ende, en la sociedad en general. Por ejemplo, se ha evidenciado que las personas que han enfrentado experiencias de divorcio en Estados Unidos reportan menos felicidad, más síntomas de depresión, aislamiento social, más eventos adversos en la vida y más problemas de salud (Amato, 2014; Wood et al., 2007). Otras investigaciones desarrolladas en Europa destacan que las personas divorciadas tienden a presentar niveles más bajos de salud y bienestar (Amato, 2014; O'Connor et al., 2000). Además, como resultado de una ruptura matrimonial, se suscitan transiciones económicas que frecuentemente trastocan su estabilidad financiera. Asimismo, pueden surgir otras tensiones asociadas a la ausencia física de uno de los padres en el hogar, lo que afecta las tareas cotidianas de crianza (Amato, 2014; O'Connor et al., 2000). Todas estas consecuencias o estresores implican un costo acumulativo para la salud física y mental en la población adulta, afectando las formas de organización y estilos de vida que prevalecen en la sociedad.

En contraste con lo anterior, las relaciones de pareja estables se asocian en la literatura a variables tales como un mayor apoyo emocional, compañía, actividad sexual regular y mayor estabilidad económica (DeMaris & Oates, 2021). Además, el estar en una relación de pareja estable puede considerarse como un factor protector, ya que sus miembros se apoyan entre sí para adoptar estilos de vida más saludables y reducir los comportamientos potencialmente dañinos (como lo puede ser el consumo excesivo de alcohol o nicotina) (DeMaris & Oates, 2021). Todas estas características asociadas a una relación de pareja estable reflejan una interacción enmarcada en la cercanía y el apoyo emocional, lo que ha demostrado ser la manifestación de un estilo de apego seguro aplicado en la adultez (Johnson, 2019).

El vínculo en pareja basado en el apego seguro ha sido recientemente destacado en literatura por evidenciar facilitar un clima emocional en el que sus miembros exponen abiertamente sus necesidades afectivas (Johnson, 2012, 2019). Además, se ha documentado que el apego seguro puede comprenderse como el factor central que media la comunicación y la sintonía emocional entre los cónyuges (Mikulincer et al., 2002). Esto tiene implicaciones sobre los modos en que se comparten y expresan abiertamente los sentimientos, facilitando mayor confianza, apoyo y satisfacción en la relación (Mikulincer et al., 2002).

Múltiples investigaciones sustentan que las relaciones construidas bajo el apego seguro se caracterizan por niveles más bajos de angustia, mayor autoestima, optimismo y autoeficacia (Elliot, 2013; Mikulincer et al., 2002; Johnson 2019). Asimismo, el apego seguro promueve la exploración de emociones que permiten conocer elementos profundos del yo -como lo son los temores, ansiedades y vulnerabilidades- facilitando así mayor intimidad en la relación de pareja (Elliot, 2013; Johnson, 2019). Además, las personas con apego seguro frecuentemente se muestran más abiertas al manejo de los conflictos, y tienden a confiar más en la búsqueda de apoyo para el manejo de los problemas conyugales. Del mismo modo, se ha demostrado que los adultos con apego seguro tienen más expectativas positivas y generalmente tienden a ser más sensibles a las necesidades emocionales de su cónyuge que las personas con estilos de apego evitativos o ansiosos (Elliot, 2013; Johnson, 2019; Mikulincer et al., 2002).

A pesar de la contundencia de estos hallazgos en torno a la calidad de la experiencia emocional en el vínculo de pareja y sus diversas implicaciones, una buena parte de las investigaciones ha tendido a ignorar este aspecto. Contrario a esto, la literatura se ha centrado en estudiar fenómenos tales como la comunicación, las atribuciones de culpa, la satisfacción sexual, e incluso -en líneas temáticas más recientes- se ha comenzado a indagar acerca de los conflictos

de pareja provocados por uso de la tecnología (Bugatti, 2018; McNulty et al., 2016; Moser & Johnson, 2016). Sin embargo, estos trabajos no exploran a profundidad la conexión emocional logrando una explicación de ciertos aspectos superficiales, racionales, cognitivos y conductuales, pero sin realizar una mirada minuciosa acerca de las necesidades emocionales insatisfechas que subyacen a estos conflictos.

Con el propósito de atender esta carencia en el campo de la investigación, este trabajo se alinea con la teoría de apego -y con los modelos teóricos centrados en las emociones que se desprenden de esta- en los que se concibe la emoción como un agente de cambio poderoso para el entendimiento minucioso de los patrones interaccionales entre parejas, y no como una mera manifestación secundaria de la insatisfacción relacional (Johnson, 2019). A tenor con los aportes investigativos más recientes, este trabajo enfatiza en la naturaleza emocional del apego humano propuesto por Bowlby (1988), y en las necesidades psicológicas de seguridad y protección a ser cubiertas mediante el sostenimiento de la relación de pareja. A tales efectos, se considera la emoción como el elemento central que devela las necesidades afectivas y provee la oportunidad para la reparación de los conflictos en la relación de pareja (Johnson, 2019; Johnson & Whiffen 2003).

Haciendo uso de este enfoque centrado en las emociones, este trabajo investigativo evidencia que los patrones interaccionales identificados en las relaciones de pareja son el resultado de las necesidades de apego insatisfechas, lo que requiere la reconstrucción de un mapa afectivo capaz de encaminar un trabajo clínico verdaderamente efectivo y profundo (Amato, 2014; Johnson, 2019). Asimismo, se argumenta que es precisamente la ausencia de apertura emocional para satisfacer estas necesidades afectivas -junto a otros factores contextuales- la que va edificando todo un clima de incompreensión que dirige a la pareja al distanciamiento y a la

angustia experimentados en su relación (Johnson, 2012, 2019). A la luz de estos planteamientos, los patrones interaccionales son observados como parte de un conflicto constructivo al reinterpretarse como un reclamo por retomar o edificar una conexión emocional en apego seguro. Por lo tanto, problemáticas que narran las parejas participantes (como lo son los reclamos por el tiempo invertido en el uso de la tecnología o el trabajo, la distribución de las tareas del hogar, entre otras) realmente son el reflejo de toda una experiencia emocional mediante la que un miembro de la díada intenta expresar sus necesidades afectivas (Johnson, 2019).

De manera congruente con lo anterior, este trabajo constituye un esfuerzo oportuno enfocado en el estudio profundo de la experiencia emocional en las relaciones de pareja. Provee un enfoque innovador, integrativo y sistémico que lo distingue de investigaciones previas que buscaban entender y tratar los conflictos maritales mediante enfoques cognitivos o conductuales. Se utiliza como base la teoría de apego y se aplica el método cualitativo para visibilizar las voces y las temáticas emergentes que permiten detallar la experiencia emocional y necesidades afectivas de parejas que residen en Puerto Rico.

En el siguiente capítulo, se detallarán los fundamentos de la teoría de apego y los aportes investigativos que viabilizarán la interpretación del carácter dinámico de las relaciones de pareja conformadas en el contexto social puertorriqueño.

CAPÍTULO II

REVISIÓN DE LITERATURA

Teoría de Apego e Implicaciones y Proceso de Socialización

El apego ha sido definido como el vínculo afectivo o el enlace entre un individuo y otra persona, particularmente la madre (Prior & Glaser, 2006). Bowlby (1988), proponente principal de esta teoría, planteó que el vínculo entre un niño y su madre se instaure como una necesidad primaria y fundamental en el desarrollo de su personalidad. Dicha necesidad de apego ha sido sumamente validada mediante investigaciones con niños en las que se han destacado elementos fisiológicos y psicológicos medulares para el desarrollo del ser humano (Prior & Glaser, 2006). La perspectiva de apego añade un enfoque abarcador pues integra elementos de la etología, la genética, la teoría sistémica, la psicología del desarrollo, la teoría evolucionista, la teoría psicoanalítica, entre otras (Jiménez-Torres et al., 2020). Además, esta teoría establece que la relación con un cuidador o cuidadora se basa en las necesidades de seguridad y protección, por lo que los niños se apegan instintivamente a esta persona con el fin de sobrevivir y dirigirse a su desarrollo físico, social y emocional (Bowlby, 1988). Según propuesto por Bowlby (1988), el apego entonces trasciende a las nociones popularizadas que le conciben únicamente como una necesidad de afecto. Más allá de esto, tiene dos metas centrales: 1) la meta biológica de la supervivencia, y 2) la meta psicológica de la seguridad (Schaffer, 2007).

Bowlby (1988) incorporó importantes hallazgos de investigaciones con enfoque etológico en las que se recopiló información acerca de la interacción entre madres e infantes de diversas especies (por ejemplo, las aves y los monos macacos). En estos trabajos previos se logró evidenciar la constitución de un fuerte vínculo entre la madre y su cría, aun cuando no mediara el alimento como parte de la interacción. Conjuntamente, Bowlby (1988) consideró aportes como

los de Harlow y Zimmermann (1959), quienes evidenciaron que los monos macacos infantiles preferían consistentemente la presencia de la madre acolchonada simulada, aunque esta no le proveyera alimento. Eventualmente estos aportes fueron transferidos al trabajo con infantes y niñez, lo que catapultó otros hallazgos investigativos a los que aludiremos para explicar el modo en la que se articulan las relaciones humanas desde la infancia, y cómo esto halla su repetición en la relación de pareja durante la adultez.

Luego de numerosas observaciones y reportes acerca del vínculo infante-cuidador desarrolladas con niños institucionalizados y desprovistos de figuras de apego, Bowlby (1988) argumentó que cuando un niño recibe un cuidado materno inadecuado pueden surgir condiciones adversas para el desarrollo de su personalidad. Además, resaltó que el comportamiento de apego se alcanza a través de la proximidad con otro individuo al que considera capaz de fortalecerle para enfrentar el mundo. Conjuntamente, estableció en su teoría que cuando un individuo sabe que su figura de apego estará disponible para lo que necesite, este desarrollará un profundo sentido de seguridad que quedará instaurado en posteriores interacciones y relaciones sociales. De esta forma, integró elementos de la perspectiva del desarrollo y recalcó que, aunque el apego es claramente observable durante la infancia, se manifestará a través de todo el ciclo de vida haciéndose parte integral del desarrollo de las relaciones posteriores.

El apego definido por Bowlby ha permitido a otros investigadores observar su manifestación durante el establecimiento de las relaciones de pareja en la adultez (Johnson; 2019; Mikulincer et al., 2002;). La contundencia del este se ha hecho cada vez más notable, e incluso se le ha definido como una motivación interna que preserva la misma pertinencia que la alimentación para la sobrevivencia (Bowlby, 1973; Johnson; 2019).

A la luz de estos referentes teóricos, cuando se afirma que un niño o adulto está apegado (o que tiene apego) con otra persona, lo que implica es que hay una marcada disposición a buscar proximidad y contacto con esta, lo que tiene múltiples efectos (Prior & Glaser, 2006). Sin embargo, esta conducta de apego tiende a activarse o a manifestarse particularmente durante condiciones o situaciones de peligro, dirigiendo al individuo a calmarse y a experimentar seguridad buscando proximidad con su figura de apego (Bowlby, 1973, 1988). Estos procesos pueden observarse independientemente de la edad (Johnson, 2019).

En el caso de los infantes y de la población de la niñez se ha demostrado que cuando estos sienten miedo, se activa una conducta que reflejará este estado emocional, pero simultáneamente se activarán sus conductas de apego (Ainsworth et al., 1978). Sin embargo, cuando el sistema de apego se activa a baja intensidad, la situación puede considerarse como una apta para la exploración porque el infante identifica a una figura de apego que puede comprenderse como su “base segura” (Ainsworth et al., 1978, Bowlby, 1988). De la misma forma, la conducta de exploración de un ambiente nuevo en todas las edades -incluyendo la adultez- es un aspecto básico que ofrece información acerca de la activación del sistema conductual de apego (Bowlby, 1988, Johnson, 2019).

Bowlby (1973) argumentó que, a partir de las primeras experiencias fundamentales con madres o cuidadores, se desarrollan ciertos *modelos internos de apego*. Estos incluyen expectativas, actitudes y reacciones emocionales que son transferidos eventualmente a las relaciones en la adultez. Lo anterior, tendrá profundas influencias psicológicas a lo largo de la vida e impactará las relaciones íntimas a establecerse con la pareja (Hazan & Shaver, 1987). No obstante, es pertinente destacar que el establecimiento del apego se va configurando en una serie de fases que fueron validadas mediante abarcadores trabajos investigativos desarrollados por

Mary Ainsworth y sus colegas. Esta corroboró la teoría de Bowlby y evidenció claramente la forma en la que ese sistema de apego se activa en varios niveles. Esto lo hizo realizando manipulaciones sencillas en el ambiente y grabadas en vídeo que fueron conformando el experimento de “La situación extraña” (Ainsworth et al., 1978). A continuación, describiré brevemente las cuatro fases que ambos proponentes de la teoría apego (Bowlby y Ainsworth) han delimitado para explicar la forma en la que se constituye un determinado modelo interno y estilo de apego.

Fases del Desarrollo de Apego

La primera fase del desarrollo de apego fue denominada como la “fase de pre-apego” que comienza con el nacimiento y puede extenderse hasta la duodécima semana de vida (Ainsworth et al., 1978; Bowlby, 1969). Durante este periodo, se observa que el recién nacido logra sintonizarse y hacerse más responsivo a ciertos estímulos, particularmente a los que provienen de otras personas, pero no hay una discriminación de las figuras cuidadoras. Contrario a esto, responde afirmativamente a diversas personas utilizando la mirada, la sonrisa y el llanto para comunicar que desea proximidad y contacto. Asimismo, el neonato manifiesta otras conductas, tales como agarrar, chupar e incluso asumir una postura cuando es cargado, que revelan esa necesidad de cercanía.

Sorprendentemente, la teoría de apego ilustra que -desde esta primera fase- el infante ya comienza a desarrollar una capacidad de anticipación. Esto puede iniciarse en la sexta semana de nacido y podría extenderse hasta los seis meses de edad. Posteriormente, el infante elabora expectativas que son cónsonas con los esquemas sensoriomotores descritos por Piaget, ya que utiliza ciertas claves ambientales a su favor (Ainsworth et al., 1978). Es posible determinar que esta primera fase ha concluido cuando se da un importante evento: el infante puede discriminar

una figura de apego del resto de las personas. Esto sucede frecuentemente con la madre y es ejecutado mediante el reconocimiento olfativo y de las entradas sensoriales (como lo son el tacto y la temperatura) que recibe por parte del cuerpo de esta, pero puede suceder con otras figuras de apego (Ainsworth et al., 1978; Bowlby, 1969).

La segunda fase fue denominada como “apego en proceso” y durante la misma la función de discriminación entre las figuras de apego logra mayor especificidad (Ainsworth et al., 1978). En este momento, el infante logra distinguir las figuras familiares de las no familiares, pero además puede discriminar entre las diversas figuras que ya reconoce como familiares. La característica esencial de esta fase lo es la ampliación de los comportamientos activos de apego, lo que se manifiesta particularmente mediante una búsqueda más coordinada de una figura de apego (Ainsworth et al., 1978; Bowlby, 1969). Sin embargo, en este momento el infante todavía no ha logrado total preferencia con una figura de apego, ya que esto logra consumarse completamente durante la tercera fase.

La tercera fase concerniente al desarrollo del apego fue denominada como la del “establecimiento del apego” o del “apego definido” y comienza en la segunda mitad del primer año y se extiende hasta el segundo y tercer año de vida del infante (Ainsworth et al., 1978; Bowlby, 1969). Esta fase se distingue por una notable búsqueda de la proximidad alcanzada mediante el movimiento -como lo puede ser tocar el rostro, trepar y abrazar- por parte del infante. En este momento, se mostrará mucho más activo y realizará movimientos intencionales para acercarse a la figura de apego preferida. Además, serán evidentes conductas tales como el perseguir a una figura de apego que se marcha, celebrar cuando regresa o simplemente lograr ubicarse cerca de esta. Estas conductas se alternan con la exploración del ambiente y el aprendizaje de la manipulación de objetos.

Ainsworth et al. (1978) especificaron que esta tercera fase coincide con la etapa sensoriomotora descrita por Piaget en la que el infante ya logra manifestar, a través de las conductas mencionadas, sus verdaderas intenciones de proximidad. Es en esta fase que se manifiesta también la angustia cuando el infante se separa de la figura de apego. Sin embargo, conforme a la nueva capacidad de movilidad del infante, eventualmente podrá distanciarse de la figura de apego para explorar el mundo, lo que constituye una función esencial de sobrevivencia. Aunque Bowlby (1969) especificó que el apego del infante y la conducta de la madre logran una adaptación en reciprocidad, Ainsworth et al. (1978) explicaron que en esta tercera fase el infante todavía se comporta de manera egocéntrica, por lo que presupondrá el plan de su madre (o figura de apego) y actuará para que esta que se acople al suyo.

Finalmente, la cuarta y última fase del desarrollo del apego es denominada como la “fase de la corrección del apego” (Ainsworth et al., 1978). La característica central en este momento será la disminución del egocentrismo distintivo de la tercera fase. Contrario a esto, ahora el infante discernirá los sentimientos y las motivaciones que influenciarán el comportamiento de la madre (o figura de apego) logrando así una verdadera reciprocidad. En este momento, el infante desarrollará lo que denominó como un “modelo representacional” de esa figura de apego, y realizará constantes inferencias para considerar la perspectiva de su cuidador o cuidadora, concretándose así un compromiso mutuo en la díada, pero en una relación más sofisticada.

Aunque en las descripciones acerca de estas fases del desarrollo del apego focalizan mayormente en la figura materna, Bowlby (1969, 1973) y Ainsworth et al. (1978) sustentan que este mismo modelo de fases se articula de manera similar con otras personas, por lo que el desarrollo del apego continuará a lo largo del ciclo de vida. Asimismo, señalaron que el apego a las figuras parentales posteriormente será “atenuado” por el apego establecido en las relaciones

durante la adultez. Sin embargo, no deberá perderse de perspectiva que lo que suceda en otras relaciones -incluidas de las relaciones de pareja- estará influenciado por los apegos primarios desarrollados mediante las fases antes descritas (Hazan & Shaver, 1987). A continuación, se discutirá la pertinencia del apego para el desarrollo neurobiológico humano, y su funcionalidad para el sistema nervioso en el establecimiento de las relaciones de pareja.

Aspectos Neurobiológicos del Apego

Según se ha esbozado previamente, la experiencia de seguridad y disponibilidad por parte de otra persona es el mecanismo distintivo del apego. Sin embargo, esto va más allá de ser una experiencia exclusivamente afectiva, sino que el apego es una necesidad neurobiológica básica que viabiliza la sobrevivencia (Schaffer, 2007). Esto representa que el contacto con una figura de apego seguro impacta el sistema nervioso tranquilizándolo y promoviendo la regulación emocional necesaria para enfrentar el ambiente (Fosha, 2000). Es posible afirmar entonces que el apego se conjuga dentro de una variedad de interacciones entre el dispositivo neurológico de cada individuo y lo que sucede en su entorno.

Investigaciones en el campo de la neurociencia han evidenciado que existen redes neurales que se activan sistemáticamente para facilitar la experiencia emocional en el cerebro (Panksepp, 2016). Esto implica que (más allá de considerar la existencia un tipo de “frenología” de las emociones con la amígdala como la estructura neuronal protagónica) la fisiología de los afectos opera de una manera mucho más elaborada activando una variedad de redes que involucran la participación diversas estructuras neuronales (Moutsiana et al., 2014). Las redes asociadas a la regulación emocional siguen un procesamiento que se denomina "de abajo hacia arriba" (conocido como *bottom-up*), en el que principalmente participan las amígdalas y los ganglios basales; mientras que en el procesamiento de “arriba hacia abajo” (conocido como *top-down*)

participan la corteza prefrontal y corteza cingulada anterior, entre otras estructuras (Moutsiana et al., 2014).

La activación de estas redes neuronales durante el establecimiento del apego fue estudiada por Moutsiana y colaboradores en un estudio longitudinal (Moutsiana et al., 2014). Este trabajo se centró en demostrar si el estilo de apego durante la infancia predice la actividad funcional en los sistemas neuronales que favorecen la regulación emocional durante la adultez temprana. Para esto, reclutaron 54 participantes (24 mujeres y 30 hombres) de un estudio previo. Un grupo de participantes era descendiente de madres con depresión posparto, mientras que el otro grupo era descendiente de madres sin sintomatología depresiva luego del parto. Ambos grupos habían sido evaluados en la infancia mediante la exposición a la situación extraña para categorizarlos con un estilo de apego. Posteriormente, y alcanzados los 22 años de las personas participantes, se examinó la respuesta neuronal de estos a través de imágenes funcionales de resonancia magnética (fMRI, por sus siglas en inglés).

Moutsiana et al. (2014) evidenciaron que la población de jóvenes adultos que habían sido categorizados con apego inseguro durante la infancia mostró una respuesta neuronal diferente a la de los participantes con apego seguro. Esto se corroboró mediante un ejercicio que estimulaba las emociones positivas y se encontró que los categorizados con apego inseguro presentaron mayor activación en la corteza prefrontal rostral y dorsomedial que los categorizados con apego seguro. El análisis de la activación observada en estos jóvenes con apego inseguro correlacionó menos fuertemente con la activación del núcleo accumbens, que es la región central en el cerebro involucrada en la capacidad de experimentar placer y recompensa. Esta región, a su vez, logró mayor activación en los participantes que habían sido categorizados con apego seguro.

Simultáneamente Moutsiana y colaboradores (2014) destacan en sus hallazgos que este funcionamiento neuronal observado durante la adultez temprana sugiere un mayor control en las regiones vinculadas al procesamiento de arriba hacia abajo o *top-down*, donde participan la corteza prefrontal y corteza cingulada anterior. Esto requiere mayor investigación pues puede tener implicaciones para el desarrollo de otras capacidades para el manejo de conflictos. Lo que sí quedó claramente expuesto en este trabajo es la relación existente entre el apego como un sistema psicobiológico dentro del cual la regulación emocional se organiza y logra su manifestación en la adultez temprana.

Por otro lado, es imperativo enfatizar que, aunque el apego en la infancia interviene en el funcionamiento neuronal, esto no permanece estático una vez se alcanza la adultez (Cassidy & Shaver, 2016; Kolb & Gibb, 2011; Song et al., 2015). Contario a esto, el cerebro debe ser comprendido como un órgano sumamente complejo que se afecta por los eventos del entorno, así como por las demás interacciones sociales y relaciones de apego que se establecen a lo largo de la vida. Investigaciones recientes acerca del cerebro adulto destacan la capacidad que este tiene para cambiar su estructura y su funcionamiento, lo que se conoce como neuroplasticidad (Kolb & Gibb, 2011; Song et al., 2015). Aunque gran parte de la literatura se centra en los cambios neuroplásticos que mejoran las funciones cognitivas, existen hallazgos que ilustran que estos también pueden ser de carácter patológico, como se ha demostrado en casos de esquizofrenia, demencia y epilepsia (Kolb & Gibb, 2011). Lo anterior debe tenerse en cuenta cuando se considera la repetición de respuestas muy ansiosas o evitativas entre parejas, lo que puede comprenderse como parte de un funcionamiento neuronal que se instaura tras experiencias traumáticas durante las fases del desarrollo del apego (Johnson, 2019).

Por ejemplo, Schore (2001, 2017) realizó análisis de datos convergentes de diversas investigaciones para ilustrar el impacto de la neurobiología en el establecimiento de las relaciones sociales. El investigador estudió la forma en la que el desarrollo temprano del sistema nervioso central y autónomo impulsan las funciones de apego. Sustenta el autor en su análisis, que los datos de investigaciones recientes evidencian que los apegos traumáticos suelen expresarse en episodios de hiperactividad y disociación, y que esto se imprime en el desarrollo del sistema nervioso autónomo durante la maduración del hemisferio derecho del cerebro. Estos cambios estructurales en el cerebro perduran y le dirigen al desarrollo de mecanismos ineficientes para enfrentar el estrés produciendo patologías como trastorno de estrés postraumático, la depresión, la ansiedad generalizada, entre otros. Para el investigador, estos cambios neuroanatómicos pueden traer dificultades durante el establecimiento de relaciones sociales e íntimas a lo largo de la vida.

De manera cónsona con el análisis de datos convergentes descrito, Dinan y Scott (2005), destacan investigaciones en las que se examinan tomografías computadorizadas y análisis de sangre de personas deprimidas en dos periodos de tiempo. La evidencia recopilada estableció que las personas con dificultades anímicas y sociales presentan una actividad excesiva del eje hipotalámico suprarrenal en la pituitaria (o el eje HPA), lo que produce un exceso en la hormona de cortisol (hipercortisolismo) (Dinan & Scott, 2005; Iacona & Johnson, 2018). El cortisol, conocida como la hormona del estrés, es central en la respuesta del ser humano ante situaciones amenazantes ya que se libera durante varias horas después de un evento de alto impacto emocional (Lee & Kim, 2018; Nugent et al., 2016). Posteriormente, esta hormona deberá unirse a determinados receptores en una función como la de una llave y un candado (Nugent et al., 2016). En un funcionamiento neurobiológico típico, se activará lo que se conoce como un

circuito de retroalimentación negativo (Lee & Kim, 2018; Nugent et al., 2016). Esto permitirá que el organismo recobre la homeostasis una vez el cortisol haya alcanzado la concentración sanguínea correcta. Sin embargo, cuando se enfrentan experiencias instauradas como traumáticas, este mecanismo homeostático suele afectarse, lo que impide que un individuo disfrute de dichas experiencias de formas emocionalmente placenteras respondiendo consistentemente en formas ansiosas o evitativas (Nugent et al., 2016).

La neurobiología del apego también ha revelado que el funcionamiento del cerebro puede alterarse de la misma forma al generar conductas de impulsividad que dificultan seriamente el establecimiento de las relaciones afectivas. Por ejemplo, Williams y colaboradores (2006) realizaron una investigación en la que estudiaron los aspectos neurobiológicos del trastorno de personalidad limítrofe. Esta psicopatología se caracteriza por una marcada dificultad para integrar los aspectos positivos y negativos del yo y para responder al mundo exterior, lo que genera serias dificultades durante el establecimiento de las relaciones de apego (Jakubczyk et al., 2018; Williams, et al. 2006). En este estudio participaron 15 pacientes no medicados y diagnosticados con el trastorno que debían realizar tareas nuevas que requerían discriminación.

Williams y colegas (2006) evaluaron a los participantes en la producción de señales cerebrales mediante electroencefalografía, mediciones de respuestas en la piel y movimiento ocular, entre otras respuestas conductuales. Estos identificaron que los pacientes diagnosticados con trastorno de personalidad limítrofe presentaron una reducción en la sincronía del hemisferio derecho que ocurrió entre los 250 y los 500 microsegundos después de la presentación de un estímulo. Este retraso en la sincronía cerebral está altamente asociado con los problemas cognitivos y, particularmente, el retraso en la sincronía del hemisferio derecho está asociado a las conductas de impulsividad (Jakubczyk et al., 2018; Williams, et al. 2006). Williams y

colaboradores (2006) concluyeron en su trabajo que los pacientes con síntomas del trastorno de personalidad limítrofe reflejan una notable dificultad en la integración de las redes cerebrales, lo que es un factor crítico para lograr una percepción coherente de los estímulos y la selección de respuestas sociales propicias para el establecimiento de las relaciones de apego seguras.

Estos hallazgos acerca de la neuroanatomía funcional en el establecimiento de las relaciones interpersonales ilustran la pertinencia de comprender el funcionamiento social y las relaciones de apego desde un enfoque biopsicosocial que permita acoger las diversas dimensiones de la experiencia humana (Schore, 2001). El cerebro, sus interconexiones y su plasticidad neuronal son vitales para el entendimiento del apego y del establecimiento de las relaciones de pareja que pretendemos estudiar. Los acercamientos teóricos de apego más recientes integran este enfoque y rescatan planteamientos del propio Bowlby (1969), quien fue pionero en postular que el mayor impacto negativo de los apegos traumáticos tempranos puede producir una alteración en la trayectoria de desarrollo típico del organismo. Por ejemplo, las investigaciones recientes establecen que muchos pacientes que sufren de trauma manifiestan una función neuronal que les produce apearse a experiencias o personas que les resultan insuperables, limitando su capacidad para asimilar nuevas experiencias sociales o relacionales (Schore, 2001, 2017). Tomando en cuenta lo anterior, en la siguiente sección, se discutirán algunos aspectos neurobiológicos que conciernen al establecimiento de las relaciones de apego en pareja.

Aspectos Neurobiológicos del Apego Romántico

Según expuesto previamente, el enfoque neurobiológico permite entender el modo en el que el cerebro y la conducta pueden modificarse mediante el establecimiento de posteriores relaciones de apego como lo pueden ser las relaciones románticas. Acorde con este

planteamiento, Song y colegas (2015) realizaron un estudio en el que proporcionaron la primera evidencia empírica de los cambios estructurales en el cerebro como producto de las relaciones románticas. En este estudio participaron 100 universitarios categorizados en los siguientes tres grupos: 1) el grupo de individuos intensamente enamorados (34 participantes), 2) el grupo de los individuos que recientemente habían terminado una relación y que no estaban enamorados en ese momento (34 participantes), y 3) el grupo de los solteros o individuos que nunca se habían enamorado (32 participantes). Los resultados de las imágenes de resonancia magnética realizadas a los tres grupos permitieron obtener sorprendentes hallazgos sobre la neuroanatomía funcional del amor romántico.

Song y colaboradores (2015) concluyeron que la homogeneidad y la interconexión de la corteza cingulada (dorsal anterior izquierda) aumentó significativamente en el grupo de los enamorados, lo que contrastó con lo observado en los otros dos grupos. Además, estas autorías concluyeron que hubo un notable aumento de la conectividad funcional entre regiones subcorticales en los participantes enamorados (lo que integró las regiones del núcleo caudado, núcleo accumbens, la amígdala e ínsula), y otras áreas del sistema dopaminérgico. Estas zonas están involucradas en la interacción entre los neurotransmisores de dopamina y oxitocina que se liberan cuando hay un vínculo romántico.

Los investigadores argumentan que la conectividad funcional entre las regiones subcorticales observada entre los participantes enamorados parece reflejar una interacción neurofisiológica entre la oxitocina y la dopamina lo que se asocia al estado de placer y la satisfacción necesarios para el sostenimiento del apego romántico (Song et al., 2015). En el campo de la neurociencia se ha demostrado que la hormona de la oxitocina ejerce lo que se denomina como una función neuromoduladora en las siguientes conductas de apego y

homeostasis en el organismo: el reconocimiento y el establecimiento de las relaciones sociales, el desarrollo de la relación entre madre e hijo/a, las conductas de afecto y generosidad, la reducción de los niveles de cortisol (hormona del estrés), la reducción de presión arterial, la expulsión de la leche materna, la contracción del útero durante el parto, entre otras (Fisher et al., 2016).

La funcionalidad de la oxitocina es central para la preservación del vínculo en la pareja segregándose particularmente en los momentos de unidad y contacto físico como lo son los masajes, los toques y durante el logro del orgasmo en la relación sexual (Fisher et al., 2016; Kreuder et al., 2019; Song et al., 2015). Por ejemplo, en un importante estudio realizado con 34 parejas casadas se evaluó el impacto de los toques cálidos recibidos entre las díadas (Holt-Lunstad et al., 2008). Para esto, se obtuvieron niveles clínicos de oxitocina plasmática, de la presión arterial ambulatoria, el cortisol salival y de una enzima antiinflamatoria llamada alfa-amilasa, antes y después del contacto cálido con la pareja. Los hallazgos confirmaron el papel protector de la oxitocina a través de su influencia en las respuestas antiinflamatorias para el sistema nervioso autónomo. Estos hallazgos permiten destacar el valor del apoyo, el afecto y el contacto físico entre las parejas como un intercambio físico poderoso que tiene una función central en la regulación del organismo.

Por otro lado, el tacto o contacto físico también es un poderoso canal de comunicación que juega un papel protagónico en la experiencia de regulación del bienestar emocional de la relación de pareja (Field, 2011; Jakubiak & Feeney, 2017). Por ejemplo, Jakubiak y Feeney (2016), realizaron un estudio que evidenció que el contacto físico afectivo entre parejas promueve importantes cambios neurocognitivos que se traducen en bienestar general en cada uno de los miembros de la pareja. En su trabajo destacaron que las parejas que mantienen contacto físico afectuoso reportan mayor satisfacción general, satisfacción sexual, compromiso e intimidad

relacional. Conjuntamente, reportaron sentir menos angustia y mayor disposición para la resolución de conflictos. Estos aportes investigativos reafirman la irrefutable interconexión entre las conductas de apego y las emociones en una clara sinergia con el funcionamiento neuronal, lo que evidentemente incide en aspectos asociados a la satisfacción en la relación de pareja (Jakubiak & Feeney, 2017; Kreuder et al., 2019).

Habiendo expuesto algunos referentes neurofisiológicos de la experiencia emocional de apego en la relación de pareja, en la siguiente sección se discutirá el rol de las emociones en el desarrollo de los modelos internos de apego y sus implicaciones en la constitución de los patrones de interacción en las relaciones sociales y en las relaciones de pareja durante la adultez.

Desarrollo de Modelos Internos de Apego

Para comprender el modo en que se desarrollan los modelos internos de apego, es imperativo abordar el funcionamiento básico de las emociones según la teoría de apego. Bowlby (1969) definió las emociones como un proceso de valoración de la información sensorial (acerca del organismo o de las condiciones en el medio ambiente) que será interpretado para determinar su utilidad. En otras palabras, Bowlby (1969) comprendió las emociones como las herramientas con las que cuenta un individuo para otorgar valor a la información, lo que sucede en gran medida de manera inconsciente. Este proceso de valoración permite realizar a un individuo ajustes internos para determinar las conductas con las que se identificará para responder. Por lo tanto, las emociones -ya sea que produzcan placer o displacer- serán cruciales en la manifestación de la conducta.

A tenor con esta definición, Bowlby (1973) fundamentó su teoría en las siguientes emociones: seguridad, miedo, ansiedad e ira. Según he descrito previamente, esta perspectiva integró elementos de la psicología evolutiva y destacó que las especies responden con miedo a

las señales de riesgo o peligro en situaciones tales como las siguientes: una situación extraña o la falta de familiaridad, los cambios en los estímulos ambientales, los acercamientos rápidos o abruptos y el permanecer solo. Además, describió que cuando dos de estas señales se presentan en conjunto, las respuestas de miedo en infantes tenderán a ser más fuertes, e incluso enfatizó que, aún en la adultez, tales situaciones pueden generar respuestas emocionales de miedo.

Bowlby (1973) sustentó que las respuestas de miedo y el apego se activan conjuntamente por lo que el infante o adulto tenderá a buscar proximidad con la figura de apego instaurándose así lo que denominó como “la base segura”. Para ilustrar este proceso, utilizó la imagen del campo de batalla con la que resaltó que la seguridad de un ejército depende de dos aspectos: 1) la defensa y 2) el mantenimiento de la línea de comunicación abierta con el comandante en la base. Ese canal abierto de contacto y comunicación viabiliza que los soldados reciban las instrucciones acerca de la mejor estrategia militar a ejecutar, lo que les provee la confianza y la seguridad para enfrentar cualquier amenaza. Con esta imagen, equiparó esta escena en la que se manejan amenazas que atentan contra la sobrevivencia, a esas experiencias primarias de aprendizaje social y afectivo que el infante atraviesa al enfrentarse al mundo.

De manera análoga a esta imagen, Bowlby (1973) estableció que cuando un infante se siente amenazado por alguna de las claves o señales de peligro, este deberá contar con la certeza de que su figura de apego estará accesible, pues de lo contrario se activará una respuesta de alarma que se traducirá en ansiedad. Durante el proceso de maduración del infante, esta experiencia deberá trascender a la mera presencia o ausencia física de la figura de apego, sino que se referirá a la certeza de que esa persona permanecerá emocionalmente accesible de modo que pueda anticipar su respuesta. Esto último será lo que le proveerá una profunda experiencia

emocional de seguridad al infante. Es en este interjuego de señales que el infante comienza a formar sus expectativas acerca de su relación con la figura de apego.

Fundamentándose en el concepto de “base segura”, los principales proponentes del modelo de apego desarrollaron el concepto de los “modelos internos de apego” (Ainsworth et al., 1978). Este concepto se desprende de los aportes piagetianos de “permanencia de objeto”, y alude a la capacidad que desarrolla el infante para discernir que una persona (ya sea la madre u otra figura de apego) seguirá existiendo, aunque lo haya perdido de vista. Ainsworth y colaboradores (1978) señalan que los modelos internos de apego son elaborados durante los primeros años de vida y eventualmente influyen el resto de las estructuras cognitivas. Además, detallaron que los infantes que no han recibido las señales sensoriales o ambientales que les permitan entender que su figura de apego está accesible, experimentan angustia incluso en breves momentos de separación cotidiana. Esto último puede considerarse como un indicador de que el infante ya va consolidando un modelo interno de apego caracterizado por la ansiedad.

Bowlby (1988) definió posteriormente el concepto de los modelos internos para referirse a las expectativas que tiene el infante acerca de sí mismo (o el *self*) y del modo en que su figura de apego se comunicará y comportará hacia él. Asimismo, argumentó que estas expectativas tienen su fundamento en experiencias reales (no imaginarias) de interacciones que el infante ha tenido con sus figuras parentales, lo que posteriormente le permitirá planificar su comportamiento hacia ellos. Una vez se cristalizan los modelos internos, el infante presupondrá (ya a nivel inconsciente) cómo serán las interacciones con sus figuras de apego. En la medida que se evoluciona a la adultez, los modelos internos de apego se actualizarán, pero siempre existirán esas simulaciones internas del infante en interacción con sus figuras de apego primarias.

Estos modelos internos de apego también han sido definidos como un conjunto de reglas - conscientes e inconscientes- que organizan la información relevante al apego (Main et al., 1985). Es decir, que contienen información sobre las experiencias, sentimientos e ideas concernientes al modo de vinculación en las relaciones de apego primarias, por lo que son representaciones mentales que incluyen componentes afectivos y cognitivos que desempeñan un papel central en la orientación del comportamiento social.

A tenor con lo anterior, Bowlby (1988) puntualizó que los modelos internos de apego se concretan a través de los patrones de interacción generalizados y persistentes en momentos posteriores de la vida. Las expectativas incorporadas en ellos, se convertirán en el fundamento más importante que dará continuidad a las emociones y a la conducta (Hazan & Shaver, 1987). A la luz de este concepto, Bowlby (1988) identificó los patrones de interacción que resumen la experiencias emocionales y conductuales más comunes en infantes y que eventualmente fueron confirmados por Ainsworth y colaboradores (1978) a través de su trabajo investigativo más prominente denominado como “La situación extraña”.

El trabajo de “La situación extraña” recopiló información vital acerca de la diada madre-infante en una situación no familiar para conocer la facilidad con la que el bebé exploraba el espacio y los juguetes (Ainsworth et al., 1978). Posteriormente -y aún con la madre en el salón- ingresaba una persona extraña que buscaba acercarse y eventualmente la madre se retiraba. Al transcurrir unos minutos, la madre regresaba para intentar retomar la línea base exploratoria (conocido como el momento de la primera reunión) que se había observado al inicio. Luego se realizaba una segunda separación, pero en esta ocasión la madre dejaba al infante completamente solo en el ambiente desconocido. La persona extraña ingresaba entonces para calmar al bebé y se

observaban las respuestas. Finalmente se realizaba la reunión entre la madre y el infante (conocido como el momento de la segunda reunión).

Las respuestas emocionales realizadas por el infante durante la segunda reunión arrojaron datos trascendentes para el campo investigativo y permitieron identificar patrones de interacción que respondían a los modelos internos de apego y describían la calidad de la relación infante-cuidador en las siguientes tres clasificaciones principales: 1) apego seguro, 2) apego inseguro-avoidante, 3) apego inseguro-ambivalente (Ainsworth et al., 1978). Posteriormente se añadió la una cuarta categoría de apego desorganizado. En la siguiente sección se discutirá evidencia que detalla el modo en el que los modelos internos de apego mantienen una influencia en el establecimiento de las relaciones sociales durante la adultez, así como en el establecimiento de las relaciones de pareja.

Apego y Patrones de Interacción Social: De la Infancia a la Adultez

La teoría del apego se presentó inicialmente para comprender el desarrollo de la infancia y niñez, pero posteriormente esta se amplió para permitir una mejor comprensión acerca de las relaciones afectivas en la adultez. Esta extensión en la aplicación de la teoría responde a investigaciones y observaciones que sustentan que desde el nacimiento (donde el infante llora y emite sonidos para llamar la atención de su cuidador) hasta el final de la vida (donde se pide compañía en el lecho de muerte) los seres humanos buscamos proximidad física y emocional con los demás (Ainsworth et al., 1978; Johnson, 2019). Según descrito en secciones previas, múltiples investigaciones han demostrado que la conexión física o emocional con una figura de apego calma el sistema nervioso, transforma el funcionamiento de los neurotransmisores y la arquitectura del cerebro produciendo efectos de comodidad y la tranquilidad física y psicológica (Caravaggio et al., 2017; Johnson, 2019). Es precisamente esa capacidad de calmarnos a través

de las relaciones humanas la que nos permite enfrentar las amenazas, facilitando una experiencia social caracterizada por la seguridad (Ainsworth et al.,1978; Johnson, 2019).

Ainsworth y colegas describieron que la respuesta más común identificada en los infantes es la de apego seguro (Ainsworth et al.,1978; Bowlby, 1973). La primera cualidad observada en los infantes con este tipo de apego es que utilizan a las madres como esa “base segura” para explorar el ambiente desconocido. Además, el tiempo invertido en el proceso de exploración es uno bastante extenso lo que denota una ansiedad baja. Los infantes con apego seguro se muestran más dispuestos a la socialización, más cooperativos y responden con mayor apertura a las peticiones de su madre o figura de apego. Estas conductas han sido observadas consistentemente incluso cuando se encuentran en ambientes nuevos y con personas desconocidas.

Por otra parte, los infantes con apego seguro se muestran mucho más competentes en el aprendizaje aprovechando las características de su entorno (Ainsworth et al.,1978). En términos emocionales se relacionan con mayor entusiasmo, demuestran mayor comunicación afectiva, persistencia y capacidad durante la resolución de alguna tarea. Todo esto les permite lograr importantes ventajas en su desarrollo social y cognitivo (Ainsworth et al.,1978; Bowlby,1988; Johnson, 2019). Este apego seguro es un tipo de respuesta igualmente observable durante la adultez (Bowlby, 1988; Johnson, 2019). Sin embargo, los vínculos entre adultos son más recíprocos y no dependen tanto de la proximidad física (como sucede en la infancia), sino que las representaciones mentales o los modelos internos de apego pueden ser evocados para producir la experiencia emocional de seguridad (Bowlby,1988; Johnson, 2019).

Dentro de la literatura sobre el tema de apego en la relaciones de pareja, es imperativo mencionar el aporte investigativo de Hazan y Shaver (1987). Este artículo investigativo es considerado como pionero y revolucionario en la investigación sobre el apego en la adultez, ya

que catapultó un aumento masivo de la teorización sobre apego en las relaciones románticas (Fletcher & Overall, 2010). En este trabajo, los investigadores recopilaron información recibida acerca de los estilos de apego romántico de 620 participantes (205 hombres y 415 mujeres) mediante un cuestionario expuesto en un periódico de circulación masiva en Estados Unidos. Conjuntamente, recopilaron datos del historial relacional de los participantes con su padre y madre, así como de la relación observada por los encuestados entre estas dos figuras de apego (Hazan & Shaver, 1987).

Hazan y Shaver (1987) concluyeron que los participantes categorizados con un apego romántico seguro enfatizaron en la confianza, la aceptación y el apoyo hacia su pareja, como elementos que les permitían superar las fallas en su relación. En contraste con esto, los patrones relacionales entre los participantes categorizados con apego romántico evitativo se caracterizaron por el miedo a la intimidad, fluctuaciones emocionales y los celos; mientras que los participantes con un apego romántico ansioso-ambivalente experimentaron patrones de interacción centrados en los reclamos, un insistente deseo de reciprocidad y celos. Los investigadores también descubrieron que la durabilidad en las parejas con apego romántico seguro era en promedio de 10.2 años, mientras que la durabilidad para los participantes ansiosos-ambivalentes era de un promedio de 4.86 años, y en los evitativos era de 5.97 años. Esta diferencia en la durabilidad de la relación entre los grupos fue estadísticamente significativa ($F= 15.89, p <.001$). En síntesis, las personas que experimentaban un apego romántico seguro disfrutaban de una experiencia emocional más placentera y duradera con su relación amorosa.

Los hallazgos de Hazan y Shaver (1987) permitieron a estos investigadores concluir lo siguiente: 1) que la prevalencia del estilo de apego es aproximadamente la misma en la adultez que en la infancia, 2) que los tres tipos de apego en la adultez difieren en la forma en que

experimentan amor romántico, y 3) que el estilo de apego sí está relacionado con los modelos internos que se tienen acerca de uno mismo y de las relaciones sociales. Es decir, se sugiere que el estilo de apego influencia significativamente la forma en que nos concebimos socialmente, y la disposición que tenemos para relacionarnos con otros, particularmente con la pareja.

De manera complementaria a estos hallazgos, Collins y Read (1990) desarrollaron un instrumento para evaluar el tipo de apego basado en las categorías (de apego seguro, apego evitativo y apego ansioso-ambivalente) descritas por Hazan y Shaver (1987). Estos realizaron tres estudios en los que consideraron los siguientes aspectos: 1) los estilos de apego aplicados en la relación de pareja; 2) la similitud entre el estilo de apego aplicado en la relación y el estilo de apego observado en sus padres, y 3) la calidad en la relación de pareja. Los resultados de estos estudios permitieron identificar una congruencia entre el apego experimentado en la relación de pareja y el apego observado entre los padres durante la infancia. Al mismo tiempo, los investigadores observaron que el estilo de apego se relacionó fuertemente con la forma en que cada pareja percibió la calidad en su relación, siendo el apego seguro el asociado a una mayor confianza, apoyo y cercanía en la relación. Interesantemente, hubo una diferencia por género ya que las mujeres reportaron que la cercanía o proximidad emocional era el mejor factor predictivo de la calidad de la relación, mientras que los hombres consideraron que el mejor factor predictivo lo era la ansiedad de abandono.

Una tercera investigación que nutrió la literatura de apego en las relaciones románticas lo fue el trabajo de Main y colaboradores (1985). En este estudio participaron 40 madres, padres y sus hijos de seis años. Estas familias además habían recibido visitas a los 12 y 18 meses de edad como parte del experimento de “La situación extraña” realizado por Ainsworth y colegas. En el mismo, los hijos y padres debían ver una película de un niño de dos años que sufría una

separación de sus padres. Luego los participantes fueron separados para realizar una entrevista de apego a los adultos, mientras que a los niños se les realizó una entrevista de ansiedad por separación. Durante la conversación con los niños, se utilizaba una fotografía familiar que había sido tomada al llegar al laboratorio para evocar a los modelos internos de apego.

Los investigadores analizaron el comportamiento de apego entre los niños y sus padres durante la experiencia de separación en este segundo tiempo (Main et al., 1985). Además, evaluaron la fluidez del discurso en cada una de las díadas compuestas por padre-hijo/padre-hija y la apertura emocional de estos niños durante las discusiones sobre el tema de la separación al realizarles la siguiente pregunta: “¿qué haría un niño o niña al tener que separarse por dos semanas de sus padres?”. De esta forma, los investigadores apelaron a la capacidad creativa y espontaneidad de los niños y niñas.

Los resultados permitieron concluir que las díadas que habían sido categorizadas con apego seguro a los 12 o 18 meses, demostraban a los seis años una mayor movilidad dentro del entorno físico del laboratorio y a la vez lograban acceso a sus padres con facilidad (Main et al., 1985). Además, estos niños demostraban más afectividad, capacidad de planificación e ideas curiosas para responder a la experiencia de separación que se les había planteado. En contraste con esto, los niños que inicialmente habían sido juzgados como inseguros y evitativos, mostraron un patrón de respuesta evasivo a los seis años. Estos se mostraron incómodos al hablar sobre los sentimientos relacionados con la separación y -en general- las alternativas o ideas en respuesta a una separación proyectada de los padres fue sumamente limitada, pues consistentemente respondían que no sabrían qué hacer (respondían “no sé”).

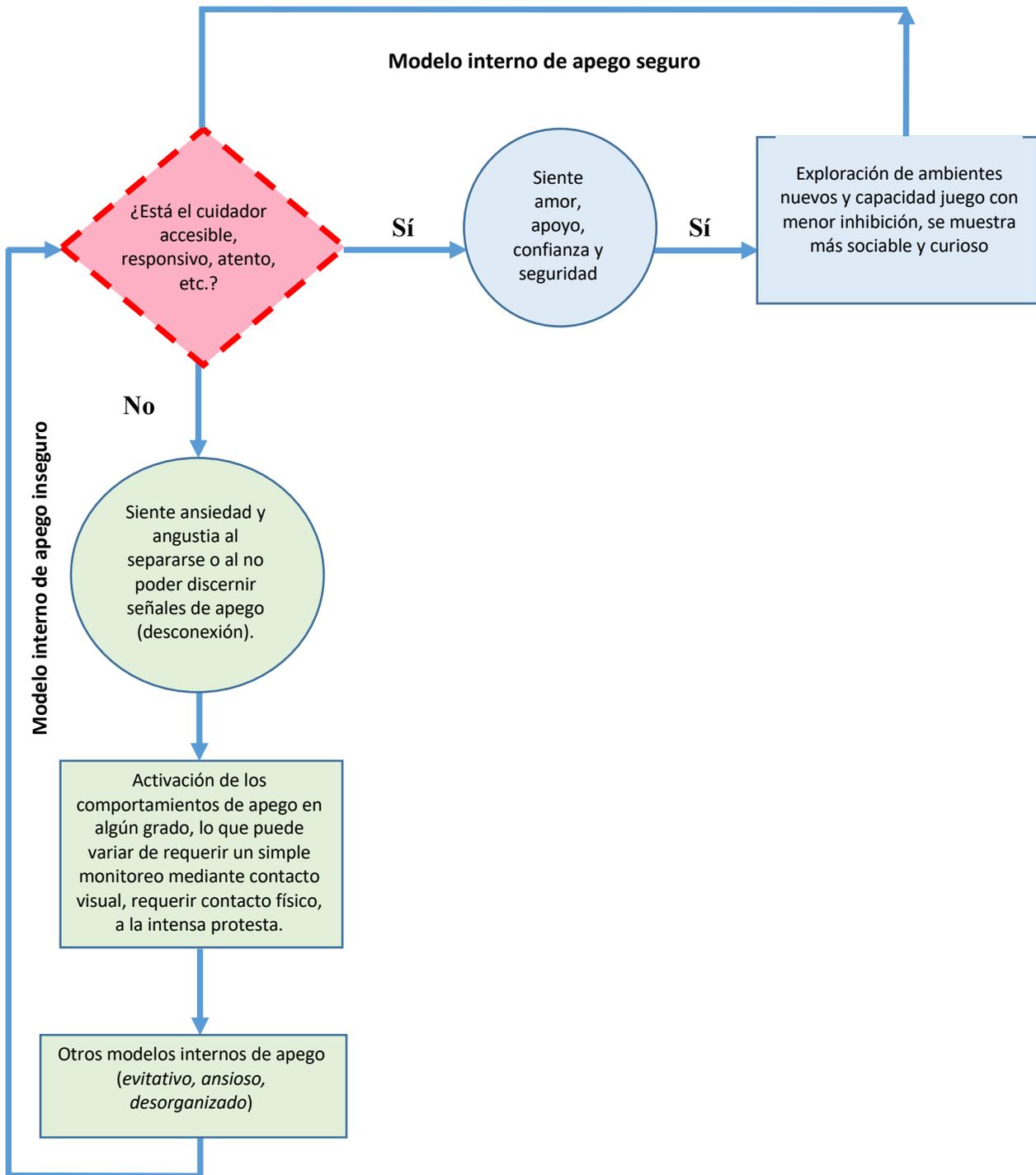
Las investigaciones antes descritas ilustran la forma en que el apego en la infancia va demarcando un trayecto para el establecimiento de las relaciones en momentos posteriores de la

vida. En sintonía con este planteamiento, el apego romántico comenzó a concebirse en la investigación como un proceso que aborda diversas dimensiones y aspectos (biológicos, familiares, psíquicos, relacionales, entre otros) y que fundamenta las bases para el desarrollo de todas las sociedades (Collins & Read, 1990; Hazan & Shaver, 1987). De esta forma, la perspectiva de apego reta las nociones del amor comprendido como un periodo transitorio de excitación o como una mera idea heredada históricamente. Contrario a esto, el apego seguro -desde la infancia hasta la adultez- viabiliza una evolución social basada en las conductas de cuidado y protección.

La ampliación de la teoría de apego en el campo investigativo nos permite afirmar que las altas tasas de divorcios -observadas en Puerto Rico y en otras partes del mundo- pueden interpretarse como un indicador de una evolución hacia un quiebre en las conductas de apoyo, respaldo y confianza entre las familias, pero particularmente entre las parejas. A manera de resumen, en la Figura 1 se presenta un flujograma que ilustra los procesos de apego que conducen al desarrollo de un modelo interno de apego seguro (representado en azul) y a un modelo interno de apego inseguro (representado en verde). Este flujograma es una adaptación de lo que se conoce como la “dinámica rudimentaria del desarrollo del sistema de apego” inicialmente presentado por Fraley y Shaver (2000), y permite sintetizar la instauración de los modelos internos de apego, lo que facilitará comprender mejor la trayectoria y evolución de estos en el contexto de las relaciones de pareja. La pregunta central está enmarcada en color rojo y compete a la accesibilidad, disposición y responsividad de la figura de apego en la infancia.

Figura 1

Modelo de dinámica rudimentaria del desarrollo del sistema de apego



Nota. Adaptado de Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of General Psychology*, 4(2), 132-154

El modelo de la dinámica rudimentaria del desarrollo del sistema de apego presenta dos componentes clave para comprender la consolidación del modelo interno de apego seguro e inseguro: 1) un componente de valoración que detecta y evalúa las señales indicativas de disposición, accesibilidad y responsividad, o -por el contrario- de separación, rechazo o abandono; y 2) un componente de selección conductual responsable de organizar el comportamiento y la atención con respecto a la figura de apego (Fraley y Shaver 2000).

En las secciones subsiguientes se definirán los principales estilos de apego identificados en la literatura y sus implicaciones para el establecimiento de las relaciones de pareja y el bienestar general de los individuos a lo largo de la vida.

De los Modelos Internos de Apego a los Estilos de Apego

Estilo de Apego Seguro

El primer estilo de apego identificado en la literatura lo es el de apego seguro (Ainsworth et al.,1978; Bowlby, 1969). La literatura destaca que, durante los primeros años de vida, este patrón se distingue por interacciones caracterizadas por la confianza y la seguridad de que la figura principal de apego -madre, padre u otra figura- estará disponible (Ainsworth et al.,1978; Bowlby, 1969). Ainsworth y colaboradores (1978) y Bowlby (1969) enfatizaron que el apego seguro se instaura cuando los niños e infantes reciben claramente esas señales de disposición y responsividad para ser protegidos y calmados ante cualquier amenaza. Cuando esta condición se da, los infantes desarrollan seguridad e interactúan con mayor libertad, apertura y tranquilidad durante sus exploraciones en entornos nuevos o desconocidos.

Acorde con lo anterior, Main y colaboradores (1985) destacaron en su investigación que las personas adultas con un estilo de apego seguro comparten y expresan abiertamente sus sentimientos, describen experimentar confianza y apoyo en sus relaciones familiares. Al mismo

tiempo, las personas adultas con apego seguro evalúan sus experiencias pasadas reflejando aceptación a estas. Basándose en estas descripciones del apego seguro, Waldinger y colaboradores (2015) realizaron un estudio longitudinal en el que investigaron a 81 parejas (162 participantes) heterosexuales de edad avanzada (de 65 años en adelante) para examinar el nivel de seguridad en la relación marital. Para esto, administraron a las parejas medidas de cognición y de bienestar al inicio del estudio y las repitieron 2.5 años después. De manera cónsona con lo observado en estudios realizados con parejas más jóvenes, los investigadores concluyeron que el apego seguro se vincula fuertemente con un mejor bienestar general, un mejor funcionamiento cognitivo, una mayor satisfacción marital, un estado de ánimo más feliz y menos conflictos maritales.

Waldinger y colaboradores (2015) sugieren que el apego seguro en la relación de pareja es un amortiguador o un factor protector contra los estresores cotidianos en el funcionamiento cognitivo en personas de edad avanzada. Esto fue particularmente evidente al observar la correlación entre la frecuencia de los conflictos maritales y el funcionamiento de la memoria en las mujeres (donde se obtuvo una $r = -.27, p = .05$). Los investigadores concluyeron que para las mujeres un apego menos seguro se relaciona con tener una memoria más pobre en el transcurso de la relación. Esto puede deberse a que las mujeres con apego menos seguro (y que experimentan mayor frecuencia de conflictos en la relación de pareja) sufren mayor soledad, lo que es un factor estresante crónico que ha demostrado relacionarse con el deterioro cognitivo en adultos mayores (Waldinger et al., 2015).

Por otro lado, el apego seguro en adultos se asocia a una mayor capacidad adaptativa y receptividad en el establecimiento de las relaciones sociales (Birnbaum, 2007, 2013). Al mismo tiempo, se asocia con niveles más altos de intimidad y satisfacción sexual en las relaciones de

pareja. A pesar de lo anterior, la literatura señala que el apego seguro -al igual que los otros tipos de apegos- no se mantiene estático, sino que puede variar como resultado del establecimiento de diferentes relaciones a lo largo de la vida (Birnbaum et al., 2013; Johnson, 2019; Waters et al., 2002). Este un aspecto a tener en cuenta, ya que frecuentemente las personas con apego seguro son descritas con mayores habilidades y más capacidades cognitivas y sociales. Sin embargo, los proponentes principales de la teoría de apego señalan que las personas (por ejemplo, los adolescentes) mantienen relaciones cercanas que cumplen funciones de base segura en diferentes contextos (Birnbaum et al., 2013; Waters et al., 2002). Por lo tanto, el apego seguro no debe comprenderse como un rasgo causal, sino como un patrón que resume las experiencias a lo largo de la vida, por lo que está sujeto a cambios y una persona con apego seguro, puede posteriormente presentar un patrón de apego evitativo o desorganizado (Birnbaum et al., 2013; Johnson, 2019; Waters et al., 2002).

Habiendo enfatizado en este aspecto evolutivo del apego (que deberá tenerse siempre presente en el trabajo clínico e investigativo), es pertinente destacar que la literatura sobre el bienestar también evidencia la funcionalidad del apego seguro para la salud mental (Jurist & Meehan, 2009; Mikulincer & Shaver, 2019). Los índices de bienestar mental en Estados Unidos sustentan que un apego seguro en los adultos se relaciona a un mejor afrontamiento del estrés, mayor optimismo, alta autoestima, mayor confianza y curiosidad (Jurist & Meehan, 2009; Mikulincer & Shaver, 2019). Además, se ha documentado que los adultos con apego seguro demuestran una buena capacidad de tolerancia a diferentes puntos de vista, mayor asertividad, buen manejo de la incertidumbre, mejor regulación emocional, así como una excelente capacidad para discernir las emociones y ser empático (Jurist & Meehan, 2009; Mikulincer & Shaver, 2019). Las características antes mencionadas facilitan la comunicación afectiva y la sintonía

emocional entre los miembros de las familias, y son particularmente relevantes para el subsistema conyugal o parental, quienes usualmente realizan funciones de cuidado hacia al resto de los integrantes del sistema familiar. Por todo esto, las investigaciones argumentan que el apego seguro también está vinculado a la satisfacción en la relación marital (Guzmán & Contreras, 2012; Johnson, 2019).

En Suramérica, Guzmán y Contreras (2012) realizaron un estudio de tipo transversal con una muestra de 129 participantes residentes de Chile y sus parejas (258 participantes). En este, cada participante proveyó información de su estilo de apego y el grado de satisfacción experimentado en la relación de pareja a través del cuestionario Experiencias en las Relaciones Cercanas (ECR, por sus siglas en inglés). La escala de ECR utilizada fue la versión de Brennan y colaboradores (1998). Este instrumento ofrece puntajes que permiten observar los siguientes aspectos de cada participante: 1) la ansiedad asociada al apego o el grado en que la persona se siente segura o insegura respecto de la disponibilidad de su pareja, y 2) la evitación asociada al apego o el grado en que la persona se siente cómoda siendo cercana a su pareja. Además, las investigadoras utilizaron el instrumento de auto-reporte denominado Escala de Satisfacción Marital (MSS, por sus siglas in inglés) de Roach y colaboradores (1981) que evalúa la actitud favorable o desfavorable hacia la relación en ese momento específico.

El análisis estadístico de ANOVA factorial realizado por las investigadoras reveló que existen diferencias significativas en la satisfacción marital en función del estilo de apego ($F = 14.12, p < 0.001$) (Guzmán & Contreras, 2012). Al mismo tiempo, al analizar el efecto de interacción entre el estilo de apego individual y el de la pareja, se observó que este fue estadísticamente significativo ($p = 0.03$). Esto implica que el efecto del estilo de apego individual sobre la satisfacción marital varía dependiendo del estilo de apego de la pareja, lo que permite

apreciar el carácter dialéctico y dinámico de la experiencia emocional en pareja. Al mismo tiempo, las investigadoras identificaron que cuando una persona presentaba apego seguro, sus niveles de satisfacción marital se mantuvieron relativamente estables y elevados, independientemente del estilo de apego de la pareja ($p = 0.11$). Sin embargo, cuando la persona poseía un estilo de apego inseguro, el efecto sobre la variable satisfacción marital se vio minimizado.

A grandes rasgos, las personas que auto-informaron un estilo de apego evitativo y que tenían una pareja con estilo ansioso obtuvieron el efecto más negativo sobre la satisfacción (Guzmán & Contreras, 2012). Al mismo tiempo, las díadas que auto-informaron un apego ansioso y que tenían una pareja con estilo evitativo, igualmente presentaron una disminución en la satisfacción marital. En contraste con lo anterior, cuando ambos miembros de la díada mantenían un estilo seguro se potenció la satisfacción marital, lo que implica que ambos experimentaban comodidad con la cercanía e interdependencia, y que además presentan bajo temor al abandono o rechazo.

En otra investigación (que inspiró el diseño de este trabajo) realizada por Moser y Johnson (2016), se utilizaron modelos estadísticos jerárquicos lineales con una muestra de 32 parejas para observar los cambios en las orientaciones y en el comportamiento de apego antes y después de un tratamiento de terapia centrada en las emociones (EFT, por sus siglas en inglés). El modelo terapéutico EFT-ampliamente validado- focaliza en aspectos de la teoría de apego e integra otros elementos de modelos teóricos experienciales y sistémicos (Johnson, 2019; Moser & Johnson, 2016). El EFT establece que los problemas en la relación de pareja se deben a ciclos de interacción negativos que emergen de las necesidades de apego que han quedado insatisfechas. Por lo tanto, a medida que los miembros de la díada identifican, expresan y experimentan sus

necesidades de apego, se crean nuevos patrones que ayudan a reestructurar las orientaciones y comportamientos de apego, lo que incidirá en la satisfacción en la relación de pareja.

Siguiendo el modelo EFT, Moser y Johnson (2016) evaluaron los cambios en la orientación de apego de las parejas al ingresar al estudio a través de la Escala de Ajuste Diádica (DAS, por sus siglas en inglés) de Spanier (1976) y una versión corta ECR adaptada por Wei y colaboradores (2007). En esta investigación las parejas realizaron una tarea de resolución de conflictos que fue grabada y evaluada a través del Sistema de Puntuación de Base Segura (SBSS, por sus siglas en inglés) de Crowell y colaboradores (2002). El SBSS permitió a los terapeutas codificar aspectos verbales y aspectos no verbales de la conducta de apego tales como los siguientes: la claridad y mantenimiento de la señal de apoyo comunicado a la pareja, la capacidad para reconocer la angustia de la pareja, la capacidad para consolar a la pareja, y el grado de interés o preocupación expresado, entre otros aspectos. Todas las medidas (DAS, ECR abreviada y la tarea de resolución codificada mediante el SBSS) fueron tomadas antes y después del ciclo de terapias bajo el modelo de ETF.

Los investigadores concluyeron que las medias de apego seguro posteriores a la terapia bajo el modelo de EFT mejoraron significativamente en los participantes (Moser & Johnson, 2016). Por ejemplo, en la medida del ECR se identificó una disminución en el apego evitativo ($t = -5.24, p < .001$), a la vez que se identificó una disminución en el apego ansioso entre las parejas participantes ($t = 1.77, p = .09$). Esta última disminución no fue significativa, pero se observó que las parejas que redujeron la culpabilización al final de las terapias presentaron menor ansiedad. Estos resultados también se asociaron con un aumento en las puntuaciones del DAS, reflejándose así una mayor satisfacción en la relación marital. De esta forma, Moser y Johnson (2016) concluyen que cuando las parejas se comprometen en la identificación y

comunicación clara de sus necesidades de apego puede facilitarse una conexión íntima entre sus integrantes, lo que a su vez incrementa su capacidad para el manejar sus conflictos logrando así mayor satisfacción y un apego más seguro en la relación. Posteriormente, Wiebe y colaboradores (2017) realizaron un estudio similar con 32 parejas que enfrentaban conflictos en su relación, pero brindando seguimientos hasta dos años posteriores a las intervenciones. En sus hallazgos demostraron que las parejas que completaron el tratamiento bajo el modelo EFT presentaron un aumento significativo de satisfacción en la relación y en las conductas de apego seguro evaluadas, a la vez que presentaron disminución en el apego ansioso.

Según ha quedado expuesto en las investigaciones antes detalladas, la seguridad en las relaciones de apego es el factor clave que permite que las relaciones íntimas se consoliden bajo un clima de proximidad y sintonía emocional. Por lo tanto, es posible afirmar que los modelos internos que dirigen al estilo de apego seguro en la adultez responden a la siguiente pregunta central: ¿puedo contar con mi pareja? o ¿estará mi pareja accesible cuando la necesite? (Johnson, 2019; Moser y Johnson 2016; Wiebe et al., 2017). Las respuestas afirmativas a esta pregunta evocarán al modelo interno de apego seguro y desencadenarán emociones, memorias, creencias, actitudes, y conocimiento implícito acerca de lo que debe suceder en una relación íntima o cercana.

A continuación, se describirá el estilo de apego ansioso, su manifestación en los procesos emocionales y conductuales durante la infancia y posteriormente durante el establecimiento de la relación de pareja en la adultez. Se observará que los indicadores de ansiedad tienden a identificarse con mayor claridad que en otros estilos de apego inseguros (como el evitativo), por lo que las distinciones a exponerse en torno a la ansiedad y evitación en las siguientes secciones son vitales para el trabajo clínico e investigativo con parejas.

Estilo de Apego Ansioso

El segundo estilo de apego identificado en la literatura es el apego ansioso. En contraste con el apego seguro, las investigaciones han demostrado que las figuras de apego de infantes ansiosos tienden a ser menos responsivas a las señales de comunicación de estos (Ainsworth et al.,1978; Bowlby,1988). Por lo tanto, en sus manifestaciones conductuales y emocionales, los infantes con este tipo de apego tienden a llorar más y se angustian intensamente durante el proceso de separación de la madre o figura de apego. Además, tienen dificultad para utilizar a la madre como la “base segura” para explorar confiadamente el ambiente, sino que llevan a cabo este proceso de manera temerosa y preocupados constantemente por la disponibilidad de la figura de apego. Al mismo tiempo, tienden a presentar una marcada fluctuación en su conducta de apego, cambiando de una baja activación a una alta intensidad en el proceso de apego, lo que prácticamente les incapacita para desarrollar la exploración ambiental con fluidez. Por tal razón, en su desarrollo cognitivo pueden presentar dificultades para el manejo situaciones nuevas, así como para las tareas que implican resolución de problemas (Ainsworth et al.,1978).

De manera congruente con lo observado en la infancia y niñez, el apego ansioso durante la adultez se manifiesta mediante el establecimiento de relaciones interpersonales y de pareja que se distinguen por los sentimientos de pérdida, soledad, abandono e impotencia (Collins & Read, 1990; Hazan & Shaver, 1987; Johnson, 2019). En las personas adultas con apego ansioso, el cuidado y la protección de la pareja se manifiesta, pero de una manera insistente y con serias dificultades para interpretar las necesidades emocionales de los demás. Además, los adultos ansiosos frecuentemente responden de manera deficiente a señales positivas de los demás, por lo que tienden a evadir los recuerdos positivos o felices en sus relaciones desconfiando de las señales de seguridad. Simultáneamente, presentan temor al abandono, un fuerte deseo por

fusionarse con su pareja, pero a la misma vez sienten que su pareja está reacia ante su constante deseo de cercanía (Hazan & Shaver, 1987).

La literatura acerca del apego ansioso en las relaciones de pareja ha presentado una correlación entre la satisfacción en la relación de pareja y el uso de ciertas atribuciones o explicaciones causales (Brimhall et al., 2017). Las atribuciones son formas habituales de explicar el comportamiento de su pareja (p. ej., hizo eso porque me ama, se olvida de las cosas porque no me ama) (Durtschi et al., 2011). Estas explicaciones causales pueden ser de intención de la persona (p. ej., pensar que la pareja hace algo por egoísmo) y las atribuciones de culpa (p. ej., reaccionó así porque lo provoqué). Ambos tipos de atribuciones se observan frecuentemente en parejas con apego ansioso, lo que genera ciclos y patrones de interacción bastante difíciles de modificar (Moser & Johnson, 2016).

Kimmes y colaboradores (2015) realizaron un estudio longitudinal para conocer la relación entre las atribuciones pesimistas (p. ej., malas intenciones por parte de la pareja), el apego ansioso y la satisfacción de la relación en 747 parejas heterosexuales casadas de Alemania. Para medir el apego ansioso, los participantes calificaron el grado en que cinco aseveraciones se aplicaron a su relación de pareja. Algunas de las aseveraciones utilizadas fueron las siguientes: “tengo la sensación de que me gusta mi pareja más de lo que yo le gusto a él o ella” y “cuando me decepciono o molesto con mi pareja, temo que deje de gustarle”, entre otras. Aparte de esto, se evaluó la satisfacción en la relación de pareja al responder a la siguiente pregunta: “en general, ¿qué tan satisfecho está con su relación?”. Las puntuaciones más altas (en una escala del 1 al 10) representaban mayor satisfacción. Finalmente, para evaluar las atribuciones pesimistas, se les solicitó a los participantes que indicaran el grado en que determinadas afirmaciones se aplicaban a su situación (Kimmes et al., 2015).

Los resultados reflejaron que el apego ansioso se asoció significativamente con las atribuciones pesimistas en los esposos ($r = .52, p < .001$), lo que se reflejó de igual manera en las esposas ($r = .56, p < .001$) (Kimmes et al., 2015). Además, el apego ansioso tuvo una correlación negativa significativa con la satisfacción en la relación entre los esposos ($r = -.20, p < .001$) y las esposas ($r = -.17, p < .01$). De manera similar, las atribuciones pesimistas tuvieron una correlación negativa significativa con la satisfacción de la relación entre los esposos ($r = -.32, p < .001$), así como para las esposas ($r = -.36, p < .001$).

Los autores concluyen que el apego ansioso está profundamente relacionado al uso de atribuciones más pesimistas en la relación de pareja (Kimmes et al., 2015). Las correlaciones presentadas por estos investigadores permiten proponer que, para la comprensión de los patrones de interacción en las parejas con apego ansioso -así como para el desarrollo de intervenciones en terapia de parejas- resulta esencial evaluar y trabajar en el desarrollo de atribuciones más optimistas, lo que podría redundar en una mayor satisfacción general en la relación. Sin embargo, Kimmes y colaboradores (2015) destacan que el uso de las atribuciones pesimistas remite a mapas emocionales y cognitivos más complejos del apego que requieren un trabajo terapéutico minucioso y más profundo.

Los hallazgos antes descritos acerca del apego ansioso nos convocan a considerar que las interacciones conflictivas caracterizadas por el uso de atribuciones (o explicaciones causales) pesimistas o de culpa (el uso de la culpabilización) pueden ser realmente la manifestación de los modelos internos de apego ansioso. Por lo tanto, los investigadores consideran que el trabajo con las atribuciones será útil para promover cambios y soluciones a corto plazo en la relación de pareja, pero para lograr cambios duraderos será vital trabajar con los problemas de apego (Kimmes et al., 2015). A pesar de lo anterior, la incorporación de atribuciones optimistas puede

ser el “pie forzado” para posibilitar una reestructuración en las orientaciones y comportamientos de apego como sugiere el EFT. De la misma forma, los terapeutas de pareja pueden utilizar estos hallazgos para observar las atribuciones de culpa en las relaciones de pareja como un síntoma del apego ansioso encaminando así sus intervenciones a profundizar en las emociones y en las necesidades de apego que han permanecido insatisfechas.

En la siguiente sección se discutirán los patrones emocionales, cognitivos y conductuales correspondientes al tercer estilo de apego identificado en la literatura: el estilo de apego evitativo.

Estilo de Apego Evitativo

Inicialmente Ainsworth y colaboradores (1978) categorizaron en sus investigaciones el tipo de apego evitativo en los infantes como ansioso-evitativo, pero posteriormente esto fue redefinido por otros investigadores para lograr una categorización que permitiera comprender su evolución en la adultez, por lo que se le nombró apego evitativo (Collins & Read, 1990; Hazan & Shaver, 1987). Ainsworth y colaboradores (1978) observaron que los infantes evitativos demostraban muy poca angustia de separación expresada abiertamente y a la vez manifestaban evitación o rechazo durante la reunión con la madre. Posteriormente, otras investigaciones han confirmado que estos infantes expresan lo menos posible sus experiencias afectivas internas, lo que se deriva de experiencias internalizadas con cuidadores que no se mostraban responsivos al afecto (Grossmann et al., 1986). Por lo a tanto, se comportan como si no consideraran útil -o como si no valiera la pena- reconocer sus conflictos internos, sino que tienden a pretender que todo está bien incluso cuando están realmente angustiados.

Según Main y colaboradores (1985) los adultos con un estilo de apego evitativo tienden a minimizar la relevancia de las relaciones de apego, sienten desconfianza de las personas cercanas

y limitan su capacidad para conectarse emocionalmente con los demás. Una característica que distingue a los adultos con este tipo de apego lo es autosuficiencia. Es decir, que se muestran independientes y sienten incomodidad con el hecho de tener que necesitar apoyo emocional de los demás. Al mismo tiempo, en las relaciones románticas los adultos evitativos frecuentemente perciben que su pareja les exige más intimidad de la que pueden proveer (Hazan & Shaver, 1987). En síntesis, bajo este patrón las necesidades de apego se minimizan, y la proximidad física o emocional produce incomodidad, por lo que se observan comportamientos de distanciamiento y desactivación de los procesos de apego (Taylor et al., 2017).

El apego evitativo en las relaciones de pareja se asocia con una disminución en las conductas de apoyo y con un aumento en emociones tales como la ira durante el manejo de los conflictos (Campbell et al., 2005). Además, se asocia a niveles más bajos de satisfacción en la relación de pareja, ya que la evitación puede hacer escalar (en lugar de minimizar) la ansiedad en el otro miembro de la pareja y lo que genera más conflicto (Johnson, 2019). Algunas investigaciones de corte psicofisiológico sugieren que este estilo de apego puede asociarse con patrones de respuesta del sistema nervioso simpático. Por ejemplo, Diamond y colaboradores (2006) realizaron un estudio con 74 parejas (148 adultos) heterosexuales que convivían y analizaron algunas respuestas fisiológicas al exponerlos a una discusión relacionada con el apego entre ambos. Las situaciones presentadas incluyeron temas tales como una ruptura hipotética o un conflicto reciente. Los resultados revelaron que las personas evitativas presentaron un patrón de reactividad al estrés fisiológico caracterizado por una respuesta galvánica (o en la piel) elevada. Sin embargo -de manera cónsona con la teorización sobre apego evitativo- estas personas no reportaban angustia significativa en las medidas de autoinforme, pero sí la reflejaban claramente en su respuesta fisiológica.

En otro estudio realizado por Taylor y colaboradores, se analizó la relación entre los estilos de apego ansioso y evitativo en su capacidad para conducir las respuestas fisiológicas en la piel (Taylor et al., 2017). Ampliando los hallazgos de Diamond y colaboradores (2006), los investigadores examinaron la interacción sistémica entre estos tipos de apego en 50 parejas heterosexuales. Los participantes fueron evaluados en otros aspectos tales como la satisfacción, el apoyo y la angustia psicológica en la relación. Como parte de las tareas del estudio, las parejas eligieron un tema moderadamente conflictivo y lo discutieron por un periodo de 10 minutos. Durante este proceso se midió la respuesta psicofisiológica en la piel. Posteriormente, se les solicitó a las parejas que tomaran tres minutos, para relajarse, lo que permitió obtener una línea base del estado de relajación. Finalmente, las parejas participaron en una entrevista de 15 a 20 minutos sobre su historial de relaciones, seguido de un diálogo sobre apoyo social.

Taylor y colaboradores (2017) concluyeron que existe un efecto fisiológico sistémico producido por las personas evitativas en las parejas ansiosas. Por lo tanto, la activación fisiológica más alta se observó en las personas con niveles más altos de apego ansioso y cuyas parejas tenían los niveles más altos de evitación. Las implicaciones clínicas de este trabajo destacan que cuando uno de los miembros de la pareja es altamente evitativo, es necesario crear un ambiente que provea seguridad, normalizar sus experiencias y dirigirles a ser más conscientes de sus emociones en la terapia. Al mismo tiempo, es imperativo fomentar la exploración y la validación emocional, lo que ha demostrado ayudarles a que logren mayor entendimiento de las necesidades y un mejor manejo de los conflictos en su relación de pareja (Seedall & Wampler, 2012; Taylor et al., 2017).

Por otro lado, la evitación en la díada también puede manifestarse mediante una tendencia a frenar la excitación fisiológica y la angustia enfatizando únicamente en emociones y aspectos

positivos de la relación (Seedall & Wampler, 2012). En estos casos el efecto a corto plazo puede reflejarse mediante la expresión de emociones más positivas hacia la pareja. Sin embargo, esto realmente puede estar indicando que existe una falta de voluntad para enfrentar los problemas más difíciles en la relación, lo que eventualmente puede ser detrimental para el vínculo a largo plazo. Este carácter represivo del apego fue ilustrado en un estudio realizado por Seedall y Wampler (2012); donde participaron 63 parejas que habían estado conviviendo o casados por al menos un año. Los investigadores examinaron la congruencia entre lo que los individuos experimentaban fisiológicamente y lo que informaban. Las parejas completaron la escala del ECR de Brennan y colaboradores (1998) y fueron evaluadas en su respuesta fisiológica a través de la piel. También se midieron los sentimientos positivos y negativos hacia la pareja mediante un instrumento analizador de percepción que permitió que los participantes utilizaran un dispositivo electrónico para medir cómo se sentía hacia su pareja en esos momentos ante ciertas premisas o reactivos. Las respuestas fluctuaron del cero al 100, donde las puntuaciones más bajas representaban las emociones negativas, mientras que las puntuaciones más altas correspondían a las emociones positivas.

En sus hallazgos Seedall y Wampler (2012) notaron que consistentemente las personas que tenían un nivel más bajo en la evitación reportaron más sentimientos negativos hacia sus parejas, mientras que los que tenían un nivel más alto de evitación reportaron sentimientos positivos hacia sus parejas. Esta característica fue descrita por los investigadores como un tipo de incongruencia emocional, donde el adulto evitativo carece de la apertura necesaria para comunicar abiertamente su experiencia emocional interna, por lo que opta por evadirla emitiendo un juicio positivo. Esta incongruencia emocional como recurso evitativo, les posiciona entonces con menos probabilidades para considerar y comprender las emociones propias y de los demás.

Seedall y Wampler (2012) destacan que los adultos evitativos (tal cual se señala en experimentos con infantes y cuidadores) sí experimentan angustia y tienen las mismas necesidades de seguridad protección y comodidad que todo el mundo, pero en sus interacciones con la pareja evitan revelar claramente, pues hacerlo les resultaría demasiado incómodo. La consecuencia de este mecanismo represivo es la desactivación de los procesos de apego y la emisión de señales mixtas muy difíciles de descifrar para la pareja. Lo anterior disminuye la probabilidad de una respuesta sensible hacia la pareja produciendo un marcado distanciamiento emocional en la díada (Hazan & Shaver, 1987; Seedall & Wampler, 2012).

Según se ha expuesto anteriormente, la identificación del apego evitativo requiere amplias destrezas clínicas, pues la autoevaluación positiva acerca de la calidad de la relación puede realmente encubrir los conflictos. Esto último, es una de las razones principales que permiten justificar el estudio minucioso y profundo de la experiencia emocional y conductual según el estilo de apego. Amerita se continúe el desarrollo de modelos de intervención -como el EFT- que permitan dar cuenta de las complejas incongruencias emocionales asociadas al apego evitativo.

En la siguiente sección se discutirá el estilo de apego desorganizado o irresuelto como uno de los que genera respuestas contradictorias requiriendo -como en el estilo evitativo- amplio conocimiento teórico y práctico por parte de los terapeutas de pareja.

Estilo de Apego Desorganizado o Irresuelto

Los principales proponentes de la teoría de apego coincidieron en que las características distintivas de los patrones de la experiencia emocional y conductual de los infantes pueden categorizarse en apego seguro, apego ansioso y apego evitativo (Ainsworth et al., 1978; Bowlby, 1969). Sin embargo, se ha observado que hay una cantidad de infantes y adultos cuyas características de apego son tan contradictorias o variadas que no es posible ubicarles bajo

ninguno de los estilos de apego antes descritos, por lo que se creó la categoría de apego desorganizado o irresuelto (Bowlby, 1988). Por tanto, las personas con apego desorganizado se caracterizan por ser incapaces de mantener una estrategia de apego coherente lo que provoca que el trabajo clínico con parejas que presentan este tipo de apego sea uno sumamente complejo y retante (Johnson, 2019).

En primera instancia, Ainsworth y colaboradores señalaron que durante las observaciones realizadas en el experimento de “La situación extraña” algunos infantes parecían estar desorientados y desorganizados (Ainsworth et al. 1978). Estos argumentaron que algunos infantes pueden involucrarse en comportamientos como gritar por la madre y luego alejarse con temor cuando esta regresa (Ainsworth et al. 1978). Asimismo, en algunos momentos pueden desorientarse y entrar en un tipo de conducta disociativa (como un trance), o pueden comenzar a acercarse a la madre y luego detener por completo sus movimientos (Lyons-Ruth & Jacobvitz, 2008). Por lo tanto, concluyeron que la característica central de los infantes con apego desorganizado es que pueden presentar comportamientos simultáneos de evitación y cercanía hacia la figura de apego (Ainsworth et al., 1978; Lyons-Ruth & Jacobvitz, 2008). Por ejemplo, pueden caminar para acercarse a la madre y simultáneamente desviar por completo su rostro para evitar el contacto visual, al mismo tiempo que reflejan temor a través de sus expresiones faciales.

Según descrito previamente, estas son respuestas emocionales y conductuales contradictorias que pueden generar gran confusión durante las interacciones sociales. Acerca de esto, Main y Weston (1981) destacaron que este tipo de desorganización en el apego es común en infantes que sufrieron abuso físico o que fueron descuidados por sus padres. Radke-Yarrow y colaboradores han afirmado que el apego desorganizado también puede ocurrir en díadas en las que la madre padece una forma grave de enfermedad afectiva o trastorno (como lo puede ser la

bipolaridad) presentando conductas erráticas e impredecibles hacia el infante (Radke-Yarrow et al., 1985). Por otra parte, Bowlby (1988), argumentó que los infantes con estas conductas de apego contradictorias suelen observarse en las diadas donde las madres aún reflejan sufrimiento ante la pérdida de una figura paterna durante la infancia o que también sufrieron abusos físicos o sexuales durante la niñez.

Paetzold y colaboradores (2015) también identificaron algunos comportamientos emitidos por las figuras de apego que podrían conducir a este tipo de desorganización en los infantes. Entre estos enumeraron los siguientes: las expresiones o gestos amenazantes, el comportamiento intensamente asustado, el comportamiento extremadamente sumiso, el comportamiento disociativo y el comportamiento sexualizado por parte de un cuidador hacia el infante. Además, puntualizaron que la frustración ante las necesidades de apego insatisfechas conduce a una experiencia de ira en la infancia que puede desembocar en comportamientos hostiles y agresivos hacia la figura del apego. Esto puede posteriormente desplazarse hacia otras personas -como lo puede ser la pareja- durante la adultez (Bowlby, 1973; Paetzold et al., 2015).

Ampliando las observaciones de los principales proponentes de la teoría de apego, Rholes y colaboradores (2016) estudiaron las implicaciones del estilo de apego en las relaciones románticas en 510 adultos estadounidenses (de los cuales un 58% eran mujeres). Para esto, administraron a cada participante mediciones a través de diversos instrumentos. El apego desorganizado se midió utilizando la Escala de Apego Desorganizado en la Adultez (ADA, por sus siglas en inglés) de Paetzold y colaboradores (2015). Esta escala consta de nueve reactivos calificados en una escala de siete puntos en los que debe especificarse el grado de acuerdo con aseveraciones que conciernen al apego desorganizado. Además, se utilizó la el ECR de Brennan y colaboradores (1998) para evaluar la orientación del apego.

Aparte de las medidas antes mencionadas, los investigadores evaluaron las experiencias infantiles de maltrato y abandono a través del Cuestionario de Trauma Infantil de Bernstein y colaboradores (1994) que permite observar la frecuencia con la que experimentaron los siguientes cinco componentes del trauma infantil: maltrato emocional, maltrato físico, maltrato sexual, abandono emocional y abandono físico (Rholes et al., 2016). También, se midió la ira hacia la relación de pareja utilizando la sub-escala de enojo y excitación del Multi-inventario de Ira Dimensional de (Siegel, 1986). Finalmente, la agresión hacia la pareja se midió mediante el Cuestionario de Agresión de Buss & Perry (1992) y de la Escala de Tácticas de Conflicto (Straus, 1979) que se centra en dos tipos de tácticas: la agresión verbal y la agresión física.

Rholes y colaboradores (2016) evidenciaron que el apego desorganizado se correlaciona con la ansiedad ($r = .52$) y con la evitación ($r = .66$). Esto les permitió afirmar que este tipo de apego integra experiencias emocionales y conductas que pueden ser variadas y contradictorias. Por otro lado, se encontró que la ira hacia la pareja fue la conducta externalizante tanto para las personas con apego ansioso [con un tamaño del efecto de .003 y CI = (.001, .005)] como para las personas con apego desorganizado [efecto de .008 y CI = (.050, .011)]. En el caso de la agresividad, se encontró que hubo un efecto significativo del apego ansioso [efecto de .015; CI = (.009, .024)] y desorganizado [efecto de .027; CI = (.01, .039)]. En ambos casos, el apego desorganizado tuvo mayor relación con las conductas de agresividad y las de ira en la relación de pareja. En síntesis, los investigadores plantean que las conductas conflictivas externalizadas en relaciones de pareja en la adultez pueden explicarse (en parte) mediante el entendimiento de un apego desorganizado instaurado tras experiencias traumáticas sufridas durante la infancia (Rholes et al., 2016).

Estudios más recientes han sustentado que el apego desorganizado o no resuelto se relaciona al deterioro en el funcionamiento cognitivo, y otras psicopatologías asociadas al trauma (Buchheim et al., 2017; Buchheim & Diamond, 2018). En un estudio realizado por Buchheim y Diamond (2018) 52 pacientes con trastorno de personalidad limítrofe y categorizados con apego no resuelto (o desorganizado), fueron comparados con 40 pacientes categorizados con apego organizado (o seguro). En este estudio, los participantes con apego desorganizado mostraron puntuaciones más bajas en el funcionamiento psicosocial según la Escala de Funcionamiento Global (GAF, por sus siglas en inglés) antes utilizada en el Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales, cuarta edición (DSM-IV-II). Al mismo tiempo, se observó más deterioro de la organización de personalidad evaluada mediante una entrevista estructurada de personalidad. Las investigadoras además observaron una relación entre el apego desorganizado y la sintomatología de estrés postraumático, lo que fue evidente en 21 de 25 participantes (84%) que refirieron trauma. Este trabajo permitió documentar el deterioro psicopatológico que pueden presentar las personas con apego desorganizado o irresuelto en su transición a la adultez.

Al considerar los aportes investigativos antes descritos, es posible concluir que problemas tales como el historial de trauma y las conductas externalizadas (como la ira y la agresividad) en individuos con apego desorganizado tienen serias implicaciones durante el establecimiento de las relaciones románticas. A diferencia de lo observado en el apego ansioso o evitativo, la característica central de la desorganización en la edad adulta es un temor instaurado desde la infancia (Main & Solomon, 1990; Paetzold et al., 2015). Este miedo se presenta como uno muy primitivo y típicamente se generaliza al resto de las interacciones afectivas. Por lo tanto, en las relaciones de pareja suele manifestarse igualmente un comportamiento contradictorio y confuso. En unos momentos buscan acercarse al cónyuge para calmar su angustia, pero en otros

momentos se mostrarán evasivos o distantes produciendo ciclos de interacción muy complejos (Johnson, 2012, 2019).

A continuación, se detallarán algunos de los patrones de interacción frecuentemente identificados en la literatura sobre la terapia de pareja, así como los indicadores emocionales y conductuales distintivos de cada uno de ellos.

Estilos de Apego y Patrones de Interacción en las Relaciones de Pareja

Según se ha descrito en las secciones pasadas, la teoría de apego sustenta que la conexión cercana con otros permite que el cerebro y el sistema nervioso humano evolucionen hacia el desarrollo de los modelos internos y los estilos de apego. Esto -a su vez- tiene clara influencia sobre la experiencia emocional y las conductas que cada individuo asumirá a lo largo de la vida, lo que quedará particularmente manifiesto durante el establecimiento de las relaciones de pareja (Johnson, 2019). Posteriormente, otras investigaciones proporcionaron definiciones sobre los estilos de apego en las relaciones románticas fundamentándose en las aportaciones previas de Ainsworth y colaboradores (1978) y solidificando así la teoría de apego.

Hazan y Shaver (1987) fueron pioneros en desarrollar investigación para lograr comprender el apego romántico en adultos resaltando el aspecto dialéctico de la teoría de apego y transfiriéndolo al vínculo en pareja. Estos destacaron en sus hallazgos que -en las interacciones con la pareja- las personas con apego seguro manifestarán una disposición a la cercanía emocional y a la comodidad en la dependencia mutua (interdependencia). En contraste con esto, explicaron que el apego evitativo en la relación de pareja se manifestará mediante una incomodidad ante la cercanía y la intimidad emocional con el otro, por lo que se presentarán dificultades para el desarrollo de una relación de confianza. Además, sustentaron que el apego ansioso en la relación de pareja se distinguirá por una marcada preocupación por el abandono y

una necesidad de fusión completa con el otro. Posteriormente (según descrito en la sección previa) se han investigado las experiencias emocionales y conductuales del apego desorganizado o irresuelto (Paetzold et al., 2015; Rholes et al., 2016). En este último estilo de apego, los integrantes de una pareja pueden presentar tanto experiencias emocionales y patrones conductuales correspondientes al estilo ansioso o evitativo (simultáneamente) generando interacciones sumamente contradictorias y confusas en la relación (Paetzold et al., 2015; Rholes et al., 2016).

Estos hallazgos se han profundizado significativamente bajo el modelo terapéutico de la terapia centrada en las emociones o EFT que enfatiza en la identificación, observación y reestructuración de los ciclos de interacción al señalar que estos pueden escalar hasta provocar serios conflictos e incluso la ruptura de la relación (Johnson, 2012, 2019). El modelo EFT establece que las emociones que se experimentan responden a los modelos internos de apego y que tienen una función reguladora y movilizadora en la relación de pareja. Desde esta perspectiva, son las emociones las que permiten que se consoliden ciclos de interacción que develarán la calidad del apego en una díada.

El modelo EFT sustenta que los miembros de una díada frecuentemente quedan atascados en ciertos ciclos de interacción negativa que se desarrollan a partir de las necesidades de apego no satisfechas dentro de la relación de pareja (Johnson, 2012). Por lo tanto, es esencial que -en el trabajo terapéutico con las parejas- se les dirija a la identificación de esas necesidades y a la expresividad de las emociones asociadas a estas (por ejemplo, abandono, ira, ansiedad, frustración, entre otras). Bajo este modelo, las emociones experimentadas son esa puerta para llegar a comprender las necesidades de apego, por lo que será necesario evocarlas y apalabrarlas de modo que puedan ser comprendidas, acogidas y eventualmente satisfechas en la relación de

pareja (Burgess et al., 2016; Johnson, 2012). Esto permitirá que los ciclos negativos de interacción se rompan y se aprendan nuevos patrones bajo un contexto de mayor comunicación afectiva. De esta forma, se propiciará que emerjan nuevas formas de interacción que ayudarán a reestructurar las orientaciones y los comportamientos de apego (que responden a los modelos internos de apego) entre los miembros de una díada.

Los tipos de ciclos o patrones de interacción observados en las relaciones de pareja pueden entonces metaforizarse como una la danza o baile que asumirá diferentes ritmos que han sido clasificados de la siguiente forma: ciclo a) perseguir-retirar, ciclo b) retirar-retirar y ciclo c) atacar-atacar (Johnson, 2012, 2019). Además, pueden presentarse otros ciclos de interacción más complejos. A continuación, se detallarán aspectos concernientes a la experiencia emocional y a las manifestaciones conductuales que distinguen los tipos de ciclos frecuentemente destacados en la literatura.

El ciclo a) *perseguir-retirar* se refiere al patrón de interacción donde uno de los integrantes de la pareja -el que tiene apego ansioso- demanda más cercanía, mientras que el otro -el que tiene apego evitativo- se aleja para evitar el conflicto (Betchen, 2005; Johnson, 2019; Seedall & Wampler, 2012). En este ciclo el miembro ansioso en la díada -también denominado el perseguidor- suele ser persistente en la búsqueda de apoyo para lograr tranquilidad emocional, mientras que el distante o evitativo realizará todo su esfuerzo por persistir en el distanciamiento emocional. Este patrón ha sido descrito como uno de los más comunes y desafiantes en las relaciones de pareja (Betchen, 2005; Johnson, 2019; Seedall & Wampler, 2012).

Johnson (2019) destaca que bajo este ciclo o patrón de interacción uno de los miembros de la pareja tiende a culpar, criticar y reclamar, mientras que el otro miembro se retira emocional o físicamente en respuesta. Por lo tanto, este patrón de interacción es considerado como una

súplica por parte del miembro con apego ansioso por lograr mayor conexión emocional, mientras que la retirada del miembro evitativo, puede comprenderse como un intento por evitar el rechazo ante las dificultades para satisfacer las necesidades afectivas de su pareja (Burgess et al., 2016; Johnson, 2012). Para romper con este patrón de interacción, el EFT propone crear el espacio para que ese miembro evitativo pueda revelar su necesidad de aceptación y su miedo al rechazo haciéndose más accesible emocionalmente (Burgess et al., 2016; Johnson, 2012). De esta forma, es posible lograr que la pareja comience a ver el patrón de interacción como el producto de la necesidad de conexión emocional y del miedo al rechazo, en lugar de adjudicar el mismo al deseo por culpar o huir del otro.

En el ciclo b) *retirada-retirada* ambos miembros de la díada se encuentran emocionalmente cansados por lo que se retiran o se distancian emocionalmente e incluso físicamente (Burgess et al., 2016; Johnson, 2019). Este patrón de interacción frecuentemente se desarrolla a partir del ciclo de perseguir-retirar descrito anteriormente. En estos casos se ha observado que el miembro de la díada que era ansioso se muestra cansado de suplicar afecto y conexión, por lo que comienza a distanciarse emocionalmente dirigiéndose al desapego. Por tal razón, el modelo EFT, recomienda que el trabajo terapéutico se enfoque en rastrear y resaltar este patrón de modo que la pareja lo encuentre relevante y coherente con su experiencia emocional y necesidades de apego. En la terapia de pareja bajo el EFT se pueden además destacar las oportunidades para una mayor conexión emocional, a la vez que se dirige a la pareja a comprender las emociones que emergen cuando ambos interrumpen su conexión.

El ciclo c) *atacar-atacar* se ha descrito en la literatura como uno que puede ocurrir por periodos más breves, pero se caracteriza por una marcada utilización de la culpa y de la crítica por parte de ambos miembros de la díada (Burgess et al., 2016; Johnson, 2012). Desde el modelo

EFT se le conoce como el patrón de interacción que se centra en “encontrar al malo” pues los miembros de la díada buscan insistentemente señalar quién comete más errores, quién es más desagradable o malintencionado con el propósito de culpabilizarle por la angustia vivida en la relación. En este patrón de interacción, el miembro de la díada que completa el ataque logra un cierto “control” momentáneo en medio de toda la experiencia emocional conflictiva, por lo que el ataque puede fácilmente escalar. Por lo tanto, se recomienda que cuando se trabaja en terapia con parejas que interactúan bajo este ciclo, se debe dirigir el proceso a reflejar las emociones de modo que se reduzca la reactividad. Además, es recomendable desviar o reenfocar el ataque evocando sentimientos más suaves como pueden ser la tristeza o dolor para enfocar en la reconexión (Johnson, 2019).

Aparte de los ciclos mencionados, es posible notar que en las relaciones de pareja pueden presentarse patrones de interacción muy complejos y desorganizados. Por ejemplo, un miembro de una díada puede exigir cercanía, pero cuando su pareja se la ofrece, puede tornarse defensivo y solicitar distancia, lo que puede generar gran frustración y la retirada del otro (Paetzold et al., 2015). La literatura ha destacado que estas respuestas ambivalentes entre los miembros de una díada pueden asociarse a un historial de experiencias traumáticas en relaciones pasadas (tal cual se refiere en infantes y adultos con apego desorganizado) lo que genera que la persona conciba el resto de sus experiencias en nuevas relaciones como igualmente peligrosas (Johnson, 2012; Paetzold et al., 2015). Por lo tanto, el modelo EFT atiende este patrón apelando a las emociones para que la relación de pareja se transforme en un nuevo espacio emocional para hallar la seguridad y la confianza de la que careció (Johnson, 2019).

Para explorar los cambios en los patrones de interacción antes descritos, Wiebe y colaboradores (2016) realizaron un estudio longitudinal para evaluar los factores predictivos de

la satisfacción en la relación en una muestra de 32 parejas heterosexuales que atravesaban conflictos y que recibieron (en promedio) 21 sesiones de EFT. Para ingresar al estudio, las parejas debían ser evaluadas en su ansiedad y evitación a través de la escala del ECR de Brennan y colaboradores (1998). Además, fueron evaluados en su satisfacción a través del DAS de Spanier (1976). Del total de la muestra, 15 hombres y 20 mujeres estaban por encima del corte en el apego ansioso, y 30 mujeres y 30 hombres estaban por encima del límite en el apego evitativo. Es decir, que en estos participantes los niveles de ansiedad y evitación eran bastante altos. Las parejas que aceptaron participar en la fase de seguimiento (28 parejas) completaron las medidas a los seis, 12 y 18 meses de iniciado el tratamiento de terapia de pareja.

Durante las evaluaciones posteriores a las terapias, se utilizaron además las siguientes mediciones: La Escala de Confianza en las Relaciones (RTS, por sus siglas en inglés) de Holmes y colaboradores (1990), la Escala de Control Emocional de Courtauld Revisada (CECS-R, por sus siglas en inglés) de Feeney (1995) y el Cuestionario de Resolución Posterior a las Sesiones (PSRQ, por sus siglas en inglés) de Orlinsky & Howard (1975) (Wiebe et al., 2016). Este último, fue utilizado para medir el cambio percibido en la sesión de cada uno de los integrantes de la díada. Además, se utilizó la Escala de Experiencia (ES, por sus siglas en inglés) de Klein y colaboradores (1969) que evalúa la profundidad de la experiencia emocional en las sesiones de terapia.

Los resultados obtenidos en este trabajo permiten afirmar que hubo un aumento en la media o promedio de satisfacción en la relación entre las parejas participantes que completaron el tratamiento de EFT (Wiebe et al., 2016). Previo a la terapia, se evidenció que el promedio de satisfacción era moderado ($\bar{X} = 87.9$, $SD = 8.34$), mientras que en el post-tratamiento, la media o promedio de satisfacción en la relación de las parejas aumentó ($\bar{X} = 99.67$, $SD = 14.93$). Antes

del tratamiento, la mayoría de las parejas participantes (94%) informaron niveles altos de ansiedad ($\bar{X}= 3.9, SD = 0.61$) y evitación ($\bar{X}= 3.5, SD = 0.77$). Sin embargo, posterior a las terapias, la ansiedad en el apego se redujo ($\bar{X}= 3.5, SD = 0.87$). Al concluir las terapias, también la evitación se redujo ($\bar{X} = 3.2, SD = 0.81$). Ambas reducciones fueron consideradas como estadísticamente significativas y como factores predictores de la satisfacción de la relación de pareja. El aumento en las medidas de confianza y la confirmación de una experiencia emocional más profunda en este estudio, también se asociaron a un aumento en la satisfacción en la relación de pareja. No obstante, la reducción en el apego evitativo fue el mayor predictor de la satisfacción de la relación superando así al resto de los factores evaluados (como la confianza y la profundidad de la experiencia emocional en la sesión).

Tal cual se ha señalado en los hallazgos discutidos previamente, múltiples investigadores han argumentado que la disminución en el apego evitativo predice mejor los cambios a largo plazo en los patrones interaccionales en la relación de pareja (Wiebe et al., 2016). Esto nos permite resaltar que -para atender efectivamente los conflictos en las relaciones de pareja- es vital que los terapeutas puedan dirigir a cada integrante de la díada a expresar abiertamente sus necesidades de apego. Es precisamente esto lo que permitirá contrarrestar las estrategias que perpetúan los patrones de interacción que les impiden realizar movidas hacia a una mayor sintonía emocional en su relación. A tales efectos, esta investigación puede considerarse una herramienta que aporta datos relevantes para la evaluación inicial en el trabajo clínico con parejas ayudándoles -a las parejas y a sus terapeutas- a comprender las interacciones diádicas para aliarse en un objetivo común: desescalar los conflictos destructivos en aras de construir un vínculo afectivo más seguro.

Justificación

Según expuesto a lo largo de esta revisión de literatura, el estudio de los conflictos en las relaciones de pareja es indispensable para la estabilidad de las familias que se desarrollan en el contexto puertorriqueño. Es posible afirmar que el modo en que una pareja se enfrenta y se recupera de sus conflictos impactará la satisfacción posterior en su relación y la estabilidad emocional de todo su sistema familiar (Prager et al., 2015). Considerando estas y otras implicaciones, este trabajo investigativo respondió a la necesidad urgente de lograr la integración de perspectivas teóricas que viabilicen una comprensión más profunda acerca de los modos en que parejas que viven en Puerto Rico experimentan sus conflictos y logran el restablecimiento de la conexión emocional. El enfoque basado en la teoría de apego integrado en este trabajo es uno innovador y ayudará a los terapeutas a explorar las historias de vinculación afectiva y a evocar las emociones estratégicamente para lograr intervenciones clínicas más efectivas para parejas. De esta manera, se espera contribuir al quehacer clínico en el país y -eventualmente- a la disminución en los conflictos destructivos que desembocan en el marcado aumento en las separaciones o divorcios y en la variedad de efectos relacionales, sociales e incluso económicos que esto deriva para el País.

Al presente, las bases de datos de las diversas instituciones universitarias en Puerto Rico incluyen trabajos investigativos que abordan algunas de las manifestaciones asociadas a los conflictos en las relaciones de pareja. Entre estos se encuentran los temas de la violencia de género, la violencia doméstica, el recibir un diagnóstico en parejas puertorriqueñas (p. ej., cáncer, endometriosis e infertilidad) entre otros asuntos que generan conflicto en las relaciones maritales (Gómez-Arroyo, 2016). Por otra parte, se identifican otras investigaciones que han abordado el tema de los conflictos asociados al divorcio de los padres y las posteriores

consecuencias en el establecimiento de una relación romántica (Ramos-Parrilla, 2014). Sin embargo, estos trabajos no exploran a profundidad los aspectos relacionados a la conexión emocional, la ansiedad, la evitación y la comunicación afectiva en la relación de pareja.

Tampoco existen trabajos que hayan abordado estos aspectos a la luz de los aportes de la teoría de apego, aun cuando estos se han considerado empíricamente como uno de los marcos más efectivos para el trabajo terapéutico con parejas (Johnson, 2019). La literatura actual establece que es la teoría de apego la piedra angular para el entendimiento de los conflictos, retos y demandas que una díada romántica enfrentará en el transcurso de su relación, lo que amerita continuar los aportes investigativos contextualizados enmarcados en esta (Greenman & Johnson, 2012; Schore, 2017; Waldinger et al., 2015).

Finalmente, es imperativo destacar que la mayoría de los trabajos investigativos dirigidos a comprender las relaciones románticas de parejas que se vinculan en el contexto puertorriqueño, consideran la perspectiva de uno de los miembros de la pareja o díada solamente. Esto representa una limitación que dificulta el que los datos puedan transferirse para el desarrollo de programas de intervención terapéutica que ayuden identificar claramente los patrones o ciclos de interacción que se desencadenan cuando hay conflictos destructivos entre parejas. Esta limitación excluye además las narrativas particulares mediante las que ambos integrantes de una díada experimentan y apalabran el carácter dialógico y dinámico de su relación.

A tenor con lo anterior, en las siguientes secciones se resumirá la línea de investigación llevada cabo para atender esta laguna y así fortalecer la perspectiva sistémica en el entendimiento de las interacciones entre parejas que residen en el país.

Propósito de la investigación

Atendiendo la necesidad antes descrita, el propósito central de este trabajo fue examinar el contenido de las narrativas emergentes mediante la identificación de patrones temáticos acerca de las necesidades de apego en parejas que residen en Puerto Rico.

Objetivos de la investigación

Este estudio piloto se encaminó al logro de los siguientes objetivos: 1) exponer los modos en que las parejas apalabran su experiencia emocional al vincularse en el contexto puertorriqueño, 2) identificar los patrones en los temas y narrativas emergentes asociadas a los modelos internos y estilos de apego entre parejas que viven en Puerto Rico, y 3) examinar si los patrones en los temas y narrativas emergentes concernientes a los modelos internos de apego son cónsonos con las descripciones de los estilos de apego que se analizaron cualitativamente y cuantitativamente (como parte de una estrategia analítica confirmatoria).

Los objetivos expuestos permitieron visibilizar y describir las dinámicas -incluyendo la experiencia emocional y los patrones conductuales- en las relaciones de pareja y los modos en que están íntimamente vinculadas a los estilos de apego (seguro, ansioso, evitativo y desorganizado) instaurados durante experiencias reales con las figuras de apego primarias. Al mismo tiempo, este trabajo permitió trazar una línea del tiempo en el desarrollo del apego de cada uno de los integrantes de las díadas logrando capturar la forma en que cada uno de ellos ha prevalecido o variado en sus orientaciones de apego ilustrando así su carácter evolutivo.

Preguntas de investigación

Este trabajo investigativo respondió a las siguientes cuatro preguntas de investigación:

1. ¿Cómo las parejas que viven en Puerto Rico apalabran sus necesidades de apego?

2. ¿Existe algún patrón temático que corresponda a los *modelos internos de apego* entre los integrantes de parejas que viven en Puerto Rico?
3. ¿Existe algún patrón temático que corresponda a los *estilos de apego* entre los integrantes de parejas que viven en Puerto Rico?
4. ¿Existe alguna coherencia o consistencia entre los patrones temáticos de los modelos internos y de los estilos de apego identificados en la relación de pareja actual?

A la luz de estas preguntas de investigación y de los objetivos antes detallados, se recopilaron los historiales de apego en la infancia de los ocho integrantes de las cuatro díadas. Además, se realizó una entrevista de apego en pareja que permitió a los integrantes de las díadas describir sus experiencias emocionales en el contexto de la relación. Esto viabilizó una mirada compleja y exhaustiva de las necesidades de apego de cada participante a lo largo de la vida y posteriormente en la relación de pareja, lo que facilitó la identificación de los modelos internos y de los estilos de apego entre los participantes. Como parte de la entrevista de historial de apego en pareja, se integraron preguntas para explorar las dificultades y conflictos en la relación. De esta forma, se identificaron los ciclos de interacción que distinguen a cada díada, lo que añadió información crucial acerca de los modos en que las parejas reaccionan, se reconectan y confortan mutuamente. Esto último permitió develar importante información acerca de las movidas (p. ej., apoyo, distanciamiento, ataques, defensas, críticas, bloqueos, etc.) que distinguen a cada uno de los estilos de apego (Johnson, 2012, 2019).

CAPÍTULO III

MÉTODO

Este estudio es de enfoque cualitativo y se utilizó la teoría de apego para analizar el contenido de las narrativas emergentes ilustrativas de la experiencia emocional de parejas o díadas que permanecen en una relación romántica y que se vinculan en una población puertorriqueña. Además, se identificaron los patrones interaccionales característicos de cada pareja. Esto se logró mediante la recopilación de los historiales de apego, y de la administración una medida cuantitativa que permitió evaluar los estilos de apego manifiestos en la relación de pareja actual. En el análisis participaron cinco jueces y juezas adiestrados en el modelo EFT.

Diseño de investigación

Este trabajo se desarrolló bajo el enfoque del método cualitativo, lo que permitió escuchar directamente las voces y narraciones acerca de la experiencia emocional de ambos integrantes de una díada (Mertens, 2019). La investigación cualitativa se refiere al tipo de investigación social en la que el/la investigador/a se basa en datos de un texto (en lugar de en datos numéricos), analizándolos para entender las características y el significado de la experiencia humana (Carter & Little, 2007; Mertens, 2019). Esto es posible mediante la realización de preguntas abiertas que permitan detallar cómo ocurren los fenómenos en su contexto, en lugar de intentar probar hipótesis predeterminadas (Carter & Little, 2007; Mertens, 2019). Por tanto, la investigación cualitativa puede incorporar el uso de marcos teóricos interpretativos (en este caso la teoría de apego) que conforman parte esencial del estudio de los problemas de investigación, dirigiendo a una comprensión profunda de los significados que los individuos adscriben a problemas sociales o humanos (Creswell & Creswell, 2017). Además, la investigación cualitativa considera el lugar

específico desde donde se vive el problema, lo que permite entender el contexto y el escenario particular en el que se teje o se incrusta el fenómeno (Creswell & Creswell, 2017)

Acorde con este enfoque, este estudio integró preguntas abiertas para lograr que los y las participantes narraran sus historias y apalabrarán las emociones sentidas al vincularse con sus figuras de apego primarias durante la infancia y con su actual su pareja ahora en la adultez. De esta forma, las díadas, no fueron abordadas como individuos pasivos de estudio, sino como participantes activos que aportaron a la construcción de conocimiento vital acerca de la experiencia emocional subjetiva que influencia las interacciones entre parejas que se vinculan en el contexto puertorriqueño (Hernández-Sampieri et al., 2014; Mertens, 2019). Lo anterior, permitió visibilizar la naturaleza emocional, dinámica y dialógica de las relaciones de pareja, aspecto que no ha sido abordado en el campo de la investigación en Puerto Rico. Por tanto, el alcance aplicado fue uno exploratorio y descriptivo enfatizando por primera vez la afectividad desde la perspectiva de apego y logrando una mirada más profunda acerca de las interacciones en las relaciones de pareja (Sampieri, 2018).

En congruencia con el método y el alcance descritos previamente, la investigadora realizó entrevistas cualitativas a profundidad como técnica para la recolección de datos. Se elaboraron dos guías de entrevistas (individual y en pareja), lo que proveyó estructura, pero a la vez flexibilidad, durante la recolección de los datos (Turner III, 2010). Este tipo de entrevista profunda propició un ambiente más relajado ya que permitió a la investigadora añadir preguntas seguimiento o de sondeo para nutrir el proceso logrando así que la descripción del fenómeno se realizara de una manera más orgánica y dinámica (Turner III, 2010). La flexibilidad durante las entrevistas fue un elemento de vital importancia, ya que hablar abiertamente de las experiencias emocionales puede generar cierta incomodidad pues existe una tendencia a la evasión y a la

racionalización (Johnson, 2019). Por lo tanto, fue necesario hacer uso de las destrezas clínicas y de entrevista para incorporar comentarios o preguntas que promovieran un clima de mayor apertura y sintonía emocional entre la investigadora y la díada.

Las entrevistas cualitativas a profundidad se centraron en la recopilación del historial de apego en la infancia, mientras que las entrevistas en pareja enfatizaron la experiencia de vinculación afectiva romántica ya en la adultez. Este método permitió capturar el carácter evolutivo del apego, y la forma en que actualmente se resume y manifiesta en la relación de pareja (Birnbaum et al., 2013; Waters et al., 2002). Asimismo, permitió explorar profundamente la forma en que las parejas se confortan y resuelven los conflictos y la historia que fundamenta todo esto añadiendo una perspectiva sistémica. Conjuntamente, las preguntas guías permitieron emerger temáticas que develaron los modelos internos, los estilos de apego y los patrones de interacción (o las danzas) característicos de cada una de las díadas. Estas entrevistas siguieron el modelo de una conversación entre iguales, y no constituyeron un intercambio mecánico de preguntas y respuestas. Contrario a esto, la investigadora se posicionó como un instrumento que permitió visibilizar la perspectiva y el sentir de ambos integrantes de las díadas. Además, se le administró a cada participante la Escala sobre Estilos de Apego en las Relaciones de Pareja (ECR-R) como parte de una estrategia analítica confirmatoria.

Participantes

En este estudio participaron cuatro díadas, lo que constituyó una muestra de ocho participantes en total. De estos, cuatro participantes (50%) fueron del género femenino, mientras que los otros cuatro participantes (50%) fueron del género masculino. Una de las díadas (25%) estaba legalmente casada, mientras que las otras tres parejas (75%) estaban en una relación de convivencia. La edad mínima de los participantes fue de 21 años, mientras que la máxima fue de

58 años. Los ocho participantes reclutados se autoidentificaron como heterosexuales. Dos participantes (25%) habían completado educación doctoral, un participante (12.5%) tenía un grado de maestría, tres participantes (37.5%) habían completado el grado de bachillerato, un participante contaba con grado asociado (12.5%), y un participante (12.5%) había completado un curso técnico. El nivel de ingresos anuales de los participantes fluctuó, tres participantes (37.5%) reportaron un ingreso en el rango de los \$5,000 a \$15,000, dos participantes (25%) reportaron un ingreso de \$50,000 o más, un participante (12.5%) se ubicó en el rango de los \$25,000 a los \$40,000, un participante (12.5%) se ubicó en el rango de los \$5,000 a los \$15,000 y un participante (12.5%) en el rango de los \$5,000 o menos. Dos parejas indicaron llevar dos años en convivencia activa y presencial, mientras que cuatro participantes correspondientes a las otras dos parejas indicaron haber cumplido los cuatro años de convivencia.

A continuación, se presenta una tabla (Tabla 1) que resume el perfil sociodemográfico de las parejas o díadas participantes:

Tabla 1

Perfil sociodemográfico de las díadas participantes

Código	Género	Edad	Etnia	Orientación sexual	Nivel educativo	Ocupación	Nivel de ingresos anuales	Estado civil
<i>Díada 01</i>	F	32	Puertorriqueña	Heterosexual	Doctorado	Educadora	\$50,000 o más	Casados
	M	58	Puertorriqueño	Heterosexual	Doctorado	Educador	\$50,000 o más	

<i>Díada 02</i>	F	25	Puertorriqueña	Heterosexual	Bachillerato	Empleo a tiempo parcial	\$5,000 o menos	Conviven
	M	33	Puertorriqueño	Heterosexual	Maestría	Traductor	\$25,000-\$40,000	
<i>Díada 03</i>	F	21	Puertorriqueña	Heterosexual	Bachillerato	Reclutador a y manejo de cuentas	\$15,000-\$25,000	Conviven
	M	24	Puertorriqueño	Heterosexual	Curso técnico	Seguridad de empresa privada	\$5,000-\$15,000	
<i>Díada 04</i>	F	21	Puertorriqueña	Heterosexual	Bachillerato (cursando) ^a	Empleo a tiempo parcial en tienda	\$5,000-\$15,000	Conviven
	M	22	Puertorriqueño	Heterosexual	Grado asociado	Construcción y transporte de materiales	\$5,000-\$15,000	

Nota. $N = 8$, que equivale a cuatro díadas o parejas. Con el propósito de preservar la confidencialidad cada pareja fue identificada con un código.

^aAunque la participante femenina de la Pareja 04 seleccionó la opción de “Bachillerato” en el renglón de nivel educativo, esta clarificó en entrevista que se encuentra próxima a culminar el grado académico.

A continuación, se detallará el proceso de cernimiento y selección de los participantes.

Criterios de inclusión. Para fines de este trabajo se consideraron como potenciales participantes a las parejas (o díadas) mayores de 21 años y que llevaran un año o más en una

relación de pareja en convivencia activa y presencial. Las parejas podían estar en una relación marital o de cohabitación. Además, debían entender y hablar el idioma español y residir en Puerto Rico al momento del reclutamiento.

Criterios de exclusión. No se consideraron como potenciales participantes a las díadas que refirieron presentar conflictos graves por motivo de maltrato, violencia doméstica o de género. Debido a la vulnerabilidad de esta población -quienes frecuentemente experimentan otros patrones que incluyen acecho, acoso, amenazas u otras conductas que implican riesgo- estas díadas fueron orientadas y referidas a otras organizaciones, agencias que ofrecen servicios psicológicos, legales, entre otros, según la necesidad identificada. La exclusión de esta población previno que durante el proceso de entrevistas se presentaran riesgos de daño físico o emocional a las personas participantes. Se excluyeron además a las parejas candidatas que no hablaban ni entendían el idioma español, que no convivían y que no residían en Puerto Rico.

Instrumentos

Los instrumentos para la recopilación de datos utilizados en este estudio fueron los siguientes: 1) Hoja de Cernimiento Telefónico, 2) Hoja de Datos Sociodemográficos, 3) Escala sobre Estilos de Apego en las Relaciones de Pareja (ECR-R), 4) Guía para Entrevista Individual, 5) Guía para Entrevista a Parejas. A través de estos últimos dos instrumentos se propició el diálogo de entrevista que permitió a las díadas profundizar acerca de las experiencias y necesidades de apego desde la infancia hasta la adultez. Es importante destacar que, aunque este trabajo investigativo se suscribió al método cualitativo, se integró la utilización de una medida cuantitativa (ECR-R) para observar la congruencia entre las narrativas emergentes y los estilos de apego descritos en la literatura base del modelo teórico de apego en adultos. Además, se utilizaron los siguientes instrumentos que formaron parte de las fases de reclutamiento y de

análisis: 1) Afiche de Reclutamiento, 2) Hoja de Consentimiento Informado, 3) Guía de Categorías y 4) Acuerdo de Confidencialidad para Jueces y Juezas. A continuación, se detallarán las características de cada uno de los instrumentos.

Hoja de Cernimiento Telefónico. Este instrumento se utilizó durante el contacto inicial con los participantes candidatos/as interesados y permitió corroborar si las díadas cumplían con los criterios de inclusión para participar de la investigación. Este incluyó 15 preguntas que exploraron los criterios de inclusión y contó con una sección para detallar el plan de acción a ejecutar con cada uno de los/as participantes cernidos (ver Apéndice A). Además, se adjuntó una hoja con el listado de los números telefónicos de líneas de emergencia y de los centros de servicios disponibles para las parejas candidatas que refirieran o presentasen alguna situación de riesgo o daño (físico o psicológico) durante el proceso de cernimiento telefónico y reclutamiento. Esta hoja también se entregó a todos los participantes del estudio.

Hoja de Datos Sociodemográficos. La Hoja de Datos Sociodemográficos (ver Apéndice B) recopiló información dirigida a conocer aspectos de la realidad social y económica en que se ubican las díadas participantes. Cabe destacar que, aunque este no fue un estudio cuantitativo que buscó lograr representatividad de un sector poblacional, los datos sociodemográficos proveyeron información medular acerca del contexto en el que se vinculan las díadas tales como los siguientes: las barreras en el acceso a recursos económicos, profesión, género, oficio, nivel educativo, entre otros aspectos que permitieron a una mirada macrosistémica y ecológica acerca de la experiencia emocional y de los patrones interaccionales en las relaciones de pareja. Esto estuvo alineado con el enfoque de este trabajo, en el que se enfatizó en la necesidad de comprender las

implicaciones de los conflictos de pareja tanto para el sistema familiar, como para el sistema social y la cultura puertorriqueña en que coexisten. A tales efectos, los participantes de las díadas fueron orientados acerca de utilidad del documento y de la confidencialidad con la que sería manejado. Además, se les especificó que, en caso de no desear responder a alguna de las preguntas, podrían negarse a hacerlo.

Escala sobre Estilos de Apego en las Relaciones de Pareja (ECR-R). Escala sobre Estilos de Apego en las Relaciones de Pareja (ECR-R) es un cuestionario sobre estilos de apego que integra reactivos del ECR-R de Fraley, Waller, & Brennan (2000) (ver Apéndice C). Esta escala ha sido diseñada para evaluar las diferencias individuales en la ansiedad asociada al apego. Por lo tanto, la escala permitió evaluar el grado en que cada integrante de una díada se encontraba seguro o inseguro acerca de la disponibilidad y la capacidad de respuesta de su pareja. Al mismo tiempo, el ECR-R permitió conocer de una forma cuantitativa el grado en que cada integrante de una díada se muestra evitativo o se siente incómodo al estar cerca en su relación de apego. Según destacado previamente, aunque el eje de la investigación lo fue el análisis de las narrativas, esta mediada se utilizó de manera complementaria.

La versión original del ECR-R consta de 36 reactivos, mientras que la versión corta revisada consta de 21 reactivos. La prueba se divide en dos secciones que incluyen nueve reactivos para evaluar la ansiedad y 12 reactivos para evaluar evitación. Este instrumento tiene una consistencia interna adecuada .91 para la escala de ansiedad y escala de evitación, y buena confiabilidad de prueba-reprueba ($r = 0.88$ para ansiedad y $r = 0.85$ para evitación) en la versión anglosajona. En esta investigación se utilizó la versión corta traducida y validada en Colombia por Zambrano y colaboradores (2009). Esta preserva la misma estructura (21 reactivos) en

formato de Likert bajo las siguientes opciones de selección: 1) nunca, 2) rara vez, 3) algunas veces, 4) casi siempre y 5) siempre. Los resultados de esta versión en español mostraron coeficientes aceptables de consistencia interna ($r = 0.877$ para ansiedad; $r = 0.798$ para evitación). Esta prueba está publicada en el internet y es de dominio público por lo que está autorizado su uso para fines investigativos o clínicos.

Guía de preguntas para entrevistas a profundidad. Las entrevistas cualitativas a profundidad se realizaron mediante la utilización de dos guías de preguntas basadas en el historial de apego desarrollado inicialmente por Scott Woolley (2010), lo que permitió que la información se recopilara en dos fases: a) una entrevista individual y b) una entrevista en pareja. Esto tuvo el propósito de proteger la información de los participantes y de minimizar el riesgo o daño o incomodidad propiciando que cada participante pudiera abordar sus experiencias en torno a la infancia de manera privada y confidencial junto a la investigadora principal solamente.

La Guía para Entrevista Individual (Ver Apéndice D) incluye preguntas abiertas dirigidas a explorar el desarrollo del apego de los integrantes de cada díada durante la infancia y niñez, lo que permitió analizar detenidamente si las temáticas correspondían a los modelos internos de apego instaurados. La segunda guía fue la Guía para Entrevista a Parejas (Ver Apéndice E), y esta estuvo a tono con la perspectiva evolutiva integrada en la teoría de apego que llevó este trabajo. Por consiguiente, incluye preguntas dirigidas a explorar la experiencia emocional y a los patrones interaccionales en la relación de pareja que remiten a los estilos de apego en la adultez. De esta forma, los datos recopilados mediante ambos instrumentos permitieron a los jueces y juezas observar las congruencias o contrastes entre los modelos internos de apego y los estilos de apego en el presente.

De manera cónsona con lo propuesto por Woolley (2010) este formato de historial de apego permitió abordar el proceso de vinculación afectiva desde la infancia hasta la adultez profundizando en tres aspectos centrales: 1) lo que los integrantes de las díadas o parejas aprendieron a lo largo de la vida acerca de la conexión y la comodidad alcanzada a través de las relaciones de apego, 2) los traumas pasados sufridos durante el establecimiento de sus relaciones de apego y el proceso de adaptación luego de estos, y 3) la forma en que las personas han cambiado en sus orientaciones de apego a través del establecimiento de otras relaciones a lo largo de su vida. Para fines de este trabajo, se consideraron las diversas figuras de apego destacadas por los participantes en la entrevista individual, mientras que la entrevista en pareja se centró en la experiencia emocional en la relación de apego romántico.

Guía de Categorías basada en la teoría de apego. Se desarrolló una Guía de Categorías (ver Apéndice J) basada en los aportes de la teoría de apego presentados en esta revisión de literatura. Esta guía constó de tres categorías generales para organizar los datos emergentes de las entrevistas en pareja y estas fueron las siguientes: a) categorías asociadas a los modelos internos de apego, b) categorías asociadas a los estilos de apego, y c) categorías asociadas a las movidas y los patrones de interacción en la relación de pareja. Además, se incluyó una cuarta categoría (sección d) en la que fueron ubicados otros temas que emergieron del análisis. Dentro de cada una de estas categorías se incluyeron subcategorías que permitieron analizar detenidamente el contenido de las entrevistas a la luz de la teoría de apego. Asimismo, esta guía viabilizó la síntesis de los datos para poder obtener las implicaciones y conclusiones. Este documento recibió el insumo de los jueces y juezas durante el análisis de los datos, quienes sugirieron la integración de nuevas categorías y sub-categorías.

Los jueces y juezas también firmaron un documento de Acuerdo de Confidencialidad para Jueces y Juezas (ver Apéndice G) en el que se comprometieron a proteger la información y la confidencialidad de los/as participantes, a devolver los materiales del análisis de las entrevistas y a borrar de sus dispositivos electrónicos cualquier material utilizado para la realización del análisis de los datos de las entrevistas.

Procedimiento

Solicitud de aprobación al Comité Institucional para la Protección de los Seres Humanos en la Investigación (CIPSHI)

Con el propósito de asegurar la protección de los derechos humanos de los y las participantes de esta investigación, se desarrolló una propuesta que fue sometida al Comité Institucional para la Protección de los Seres Humanos en la Investigación (CIPSHI) de la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras. El CIPSHI solicitó algunas clarificaciones que fueron contestadas. Como parte del proceso se incorporó y modificó alguna información. En primer lugar, se detalló en la Hoja de Consentimiento Informado que la recopilación de datos se dividiría en las siguientes dos (2) fases: a) una entrevista individual dirigida a explorar las experiencias de vinculación afectiva con figuras de apego primarias durante la infancia y niñez, y b) una fase de entrevista en pareja dirigida a explorar la experiencia de vinculación afectiva entre los miembros de la pareja actual. La división en fases del proceso tuvo el propósito de reducir al mínimo la posibilidad de daños o desavenencias en la relación al compartir información del historial que fuera sumamente íntima o desconocida por la pareja.

Aparte de esto, se aclaró que la entrevista individual no sería compartida a los jueces ni grabada en formato de video, sino que sería grabada en formato de audio para el análisis de la investigadora principal y de su supervisora únicamente; mientras que la entrevista en pareja sería

grabada en formato de video y analizada por cuatro investigadores adicionales (aparte de la investigadora principal). Como parte de las recomendaciones realizadas por el CIPSHI, la sección de los riesgos se amplió para explicar el riesgo de una posible identificación y conocimiento de aspectos de la vida privada como resultado de la exposición en las grabaciones en formato de vídeo. Asimismo, se clarificó que los y las participantes tendrían todo el derecho a negarse a responder cualquiera de las preguntas realizadas durante las entrevistas o a retirar su participación sin que esto implicara penalización alguna. Todo esto fue incorporado en la versión final de la Hoja de Consentimiento Informado (ver Apéndice F) aprobada por el CIPSHI con el Protocolo #1920-009.

Además, se especificó que los resultados de la investigación podrían ser utilizados para presentaciones, el desarrollo de artículos profesionales, y que también podrían compartirse con otros investigadores sin que su identidad pudiera ser revelada. El protocolo al CIPSHI también detalló otros aspectos clave de la investigación donde se aclaró que todo el material de las entrevistas (textual, audiograbado y videograbado) sería borrado y eliminado siguiendo los estándares de confidencialidad transcurridos tres años y en presencia de un testigo. El CIPSHI además solicitó una modificación al formato de Acuerdo de Confidencialidad Para Jueces y Juezas que también fue incorporada en la versión final del documento (ver Apéndice G). Este protocolo y las versiones finales de los instrumentos fueron aprobados el 8 de octubre de 2019 (ver la Autorización del Protocolo Sometido al CIPSHI en el Apéndice I).

Reclutamiento

Los participantes de este estudio fueron reclutados mediante gestiones de alcance en las que se promocionó a la comunidad la oportunidad de participar en una investigación sobre el apego en las relaciones de pareja. Se diseñó un afiche promocional (ver Apéndice H) que fue

distribuido en papel y mediante correo electrónico en varias instituciones educativas y organizaciones comunitarias que trabajan con familias y parejas. Como parte de este esfuerzo de alcance comunitario, se incluyó un texto explicativo que detalló el énfasis de la investigación en las relaciones de pareja. Los y las potenciales participantes contactaron a la investigadora mediante correo electrónico y llamadas telefónicas.

Las parejas candidatas participaron de una llamada inicial de cernimiento telefónico en la que se les ofreció una orientación general acerca del propósito de la investigación y se discutieron los criterios de inclusión y exclusión. Al mismo tiempo, se les especificó que participarían en dos fases de entrevistas: una entrevista individual a grabarse en formato de audio, y de una entrevista en pareja a grabarse en formato de vídeo. Como parte del protocolo dirigido a asegurar el bienestar de los participantes, se les indicó que al concluir su participación en el estudio (de estar disponible el servicio) podrían aplicar para recibir servicios de terapia de pareja a través del Centro Universitario de Servicios y Estudios Psicológicos (CUSEP). Además, se les orientó sobre el servicio de terapia individual.

Los participantes que mostraron interés luego de la orientación inicial pasaron a la fase de cernimiento que fue documentada a través de la Hoja de Cernimiento Telefónico. Durante este proceso, la investigadora corroboró el interés de participación por parte de ambos miembros de la pareja, y se aseguró de no conocer a ninguno de los candidatos. Además, validó que cumplieran con los criterios de inclusión: 1) ser mayores de 21 años, 2) llevar un año o más en una relación de pareja de convivencia activa y presencial, 3) entender y hablar el idioma español, y 4) residir en Puerto Rico.

Al concluir este estudio la investigadora orientó a 17 díadas o parejas candidatas. Cinco parejas fueron excluidas ya que indicaron haber atravesado crisis individuales o en la relación de

pareja que requerían intervención clínica inmediata. Estas parejas candidatas fueron referidas a clínicas comunitarias o a servicios privados (según la necesidad y preferencia). Una pareja fue excluida ya que sus miembros describieron incidentes cónsonos con un patrón de violencia, por lo que también fueron referidos a servicios de terapia individual. Otras siete díadas no completaron el proceso debido a los siguientes factores: dificultades para coordinar los horarios con su pareja, dificultades para trasladarse a la clínica debido al pueblo de residencia, o uno de los integrantes de la pareja no accedió a ser grabado. Aunque la expectativa era reclutar cinco parejas, fueron cuatro díadas las cumplieron con todos los criterios de inclusión a cabalidad, por lo que pasaron a la fase de recopilación de datos.

Proceso de recopilación de datos

El proceso de recopilación de datos se llevó a cabo en un espacio habilitado y siguiendo los estándares de confidencialidad en las instalaciones del CUSEP de la UPR-RP. Este se realizó en dos reuniones presenciales con los participantes de las díadas o parejas. Durante la primera reunión la investigadora principal les explicó nuevamente a los participantes el propósito de la investigación. Además, les presentó y discutió detenidamente la Hoja de Consentimiento Informado (ver Apéndice F) para corroborar que la participación de cada uno de los integrantes de la pareja fuera libre y voluntaria. Ambos integrantes recibieron la orientación y firmaron una Hoja de Consentimiento Informado por persona. Luego, se les explicó nuevamente la secuencia y duración de todo el procedimiento que consistió en las siguientes dos fases: una entrevista individual con una duración de alrededor de 90 minutos a dos horas que sería grabada en formato de audio e incluiría la administración de los siguientes instrumentos: Hoja de Datos Sociodemográficos y Escala sobre Estilos de Apego en las Relaciones de Pareja (ECR-R)

(primera fase), y una entrevista en pareja con una duración de alrededor de 90 minutos a dos horas que sería grabada en formato de vídeo (segunda fase).

Las parejas participantes fueron orientadas acerca del propósito de las grabaciones de las entrevistas destacándolas como el medio principal para profundizar en el estudio de los patrones de interacción y la experiencia emocional en las relaciones las parejas. Tal cual se detalla en la Hoja de Consentimiento Informado, se les indicó que el material grabado se utilizaría para ser citado como parte de la investigación y que toda la información permanecería guardada.

Además, se discutieron los riesgos (p. ej., a ser identificado en alguna de las grabaciones o vídeos, a experimentar incomodidad o desavenencias en su relación de pareja) y beneficios detallados en la Hoja de Consentimiento Informado. Asimismo, se les explicó que recibirían un incentivo de \$40.00 en forma de tarjeta de regalo por contribuir el desarrollo de la investigación en torno a las interacciones en las relaciones de pareja.

Las personas participantes también fueron orientadas acerca del archivo de los datos bajo llave que preservaría la investigadora, y se les explicó que a los tres años se destruirá todo el material en papel mediante un triturador de papel en presencia de un testigo. De la misma forma, se les informó que todos los archivos con las grabaciones en audio y vídeo de las entrevistas cualitativas a profundidad serán borrados de los equipos digitales en los que fueron almacenados. Finalmente, se detalló que los resultados de esta investigación podrían ser utilizados para presentarlos en convenciones o artículos profesionales y/o podrían ser publicados de modo general, sin violar su confidencialidad y sin proveer datos identificatorios. Los ocho participantes de las cuatro parejas demostraron comprensión y entendimiento cabal de las implicaciones de su participación y firmaron la Hoja de Consentimiento Informado.

Una vez finalizada la orientación sobre el consentimiento informado, las personas participantes completaron la Hoja de Datos Socio Demográficos y el cuestionario ECR-R. Durante este proceso, la investigadora estuvo disponible para responder cualquier duda relacionada en torno a los reactivos de los instrumentos. Al completar esta información, cada participante procedió a la realización de la entrevista individual a profundidad junto a la investigadora principal solamente. Esta entrevista fue grabada en formato de audio y se realizó utilizando la Guía para Entrevista Individual (ver Apéndice D) como base. No obstante, la investigadora realizó algunas preguntas de seguimiento, sondeo o clarificación para profundizar en alguna temática o aspecto que considerara pertinente al tema de apego durante infancia o niñez. Las entrevistas individuales tuvieron una duración que fluctuó entre de 90 minutos a dos horas. Una vez completada esta fase, los entrevistados fueron citados (otro día) para pasar a la segunda fase de entrevista en pareja.

Esta segunda fase de recopilación de datos se realizó utilizando la Guía de Preguntas a Parejas (ver Apéndice E) lo que facilitó que ambos participantes pudieran elaborar sus narrativas acerca de su historial de apego en el contexto de la relación de pareja. Por lo tanto, se proveyó el espacio para que cada uno de los integrantes de las díadas desarrollaran su respuesta a cada una de las preguntas. Al igual que en la entrevista individual, la investigadora añadió preguntas de sondeo, seguimiento y clarificación para profundizar en algunos aspectos concerniente a los patrones interaccionales y necesidades afectivas en la relación. La duración de las entrevistas en pareja fluctuó entre dos horas a dos horas y media.

Al finalizar, la investigadora orientó a cada pareja acerca de la opción de iniciar un proceso terapéutico en pareja a través del CUSEP. Se les explicó que (de estar disponible el servicio) este les permitiría retomar algunos de los temas que emergieron durante la entrevista, así como otros

aspectos concernientes a las necesidades y conflictos que actualmente enfrentan en la relación. Asimismo, se les ofreció la opción de solicitar el servicio de terapia individual, en caso de que solamente uno de los integrantes de la pareja interesara iniciar el proceso.

Estrategia de análisis

Análisis de contenido mediante confiabilidad entre jueces

En esta investigación se aplicó el análisis cualitativo de contenido mediante confiabilidad entre jueces, que ha sido definido como una estrategia que permite la interpretación subjetiva del contenido de datos de un texto a través de un proceso de clasificación sistemática que se logra mediante la codificación e identificación de temas o patrones (Hsieh & Shannon, 2005). En este tipo de análisis, los investigadores/as revisan detenidamente los datos para separarlos y codificarlos (Leech & Onwuegbuzie, 2008). Este proceso de codificación se considera central en el análisis cualitativo, ya que consiste en etiquetar un pasaje del texto con un código basado en el entendimiento que tiene el investigador acerca de la temática que distingue ese fragmento (Bazeley, 2013). De esta forma, se van generando etiquetas -o códigos- que se utilizarán para representar y acceder a otra información igual o similar dentro de las unidades de análisis, que en este caso corresponderán a las entrevistas.

Una vez concluidas las entrevistas, la investigadora realizó el proceso de transcripción “verbatim” de las mismas, lo que permitió contar con material textual acerca de las experiencias, voces y narrativas de cada una de las díadas para explicar sus necesidades de apego durante su infancia y adultez al vincularse en pareja. Este proceso se llevó a cabo utilizando el Programa *F5*, lo que permitió almacenar, detener y retroceder el contenido de las grabaciones para facilitar el análisis. Cada entrevista fue transcrita, “limpiada” y revisada por la investigadora, quien corroboró (una por una) que el contenido final fuera fidedigno y apto para el análisis. Para

preservar la confidencialidad y la seguridad de los datos, una vez concluidas las transcripciones, todo el material (textual y grabado) de las entrevistas fue almacenado en una memoria externa portátil que permaneció en la residencia de la investigadora.

El análisis de contenido de las entrevistas individuales (transcripciones del material recopilado en formato de audio) estuvo a cargo de la investigadora, mientras que el análisis de las entrevistas en pareja (transcripciones del material recopilado en formato de vídeo) estuvo a cargo de cuatro asistentes de investigación que eran estudiantes doctorales del área de Psicología Clínica y la investigadora principal. Los jueces y juezas fueron egresados del curso de Terapia de Familia (PSIC 8301), quienes recibieron formación teórica y práctica aplicando el modelo de terapia de pareja EFT (o *emotionally focused couples therapy*) basado en la teoría de apego. Estos recibieron una orientación inicial en la que se repasaron los conceptos del apego tales como los modelos internos y los estilos de apego (seguro, ansioso, evitativo y desorganizado), los diversos patrones o ciclos de interacción (perseguir-retirar, retirar-retirar, atacar-atacar u otros patrones desorganizados). Además, fueron orientados sobre el proceso de generación de codificación y categorización del análisis de contenido. Al igual que la investigadora principal, los jueces/juezas completaron el adiestramiento de ética en línea (certificado de CITI) para poder participar en esta investigación. No obstante, durante la reunión inicial con los jueces y juezas, se les enfatizó acerca de la importancia de guardar confidencialidad durante la observación y codificación de vídeos. Además, revisaron y firmaron el Acuerdo de Confidencialidad (ver Apéndice G).

Siguiendo el modelo sugerido por Saldaña (2009) citado en Bazeley (2013), la investigadora desarrolló una Guía de Categorías (ver Apéndice J) iniciales -con códigos a priori- que estuvo basada en la guía de preguntas utilizadas para las entrevistas a profundidad y en

elementos centrales identificados en la revisión de literatura sobre apego. Esta guía incluyó una serie de categorías amplias y de subcategorías específicas que fueron refinándose y organizándose durante el análisis de contenido entre jueces y juezas. Los códigos desarrollados a priori fueron organizados y se interpretaron las relaciones entre estos, tomando en consideración el sentido de los datos brindados por los participantes, los referentes teóricos, así como las preguntas de investigación. Este proceso correspondió a la primera etapa del análisis de contenido que consistió en identificar y etiquetar (conocida como codificación inicial o codificación abierta) asignando a priori códigos emergentes (Bazeley, 2013).

Luego de esto se procedió a la segunda etapa, conocida como codificación focalizada, que consistió en refinar las categorías, interpretar el contenido y desarrollar categorías (o conjuntos de códigos) más analíticos (Saldaña, 2009; citada en Bazeley, 2013). En esta fase, los jueces y juezas recibieron los siguientes materiales: a) una copia de Guía de Categorías y b) una copia de la transcripción de la entrevista en pareja en su versión final. Además, tuvieron acceso a la grabación en formato de vídeo. Según propuesto Bazeley (2013), tanto la investigadora como los jueces se enfocaron en hallar el “sentido del todo” de los datos recopilados mediante la realización de dos tipos de lecturas: una primera lectura (cada juez de manera individual) de la transcripción, haciendo anotaciones sobre el texto para registrar las primeras impresiones de este. Luego, se realizó una segunda lectura, de forma más activa, prestando atención y pensando detenidamente sobre cada elemento que se presenta en el texto, la categoría a la que pertenece (según la guía) u otras categorías que consideraron emergentes.

Luego de hacer la primera lectura individualmente, el equipo de jueces y juezas se reunió con la investigadora principal para discutir las categorías asignadas por cada uno y se alcanzaron acuerdos finales (mediados por una discusión analítica) sobre las categorías que deberán

asignarse a cada unidad de significado. A esta reunión la investigadora y los jueces/juezas llevaron la transcripción y el vídeo analizado de modo que se pudiera revisar simultáneamente el material textual y visual (comunicación no verbal y verbal). Esto permitió reforzar al análisis mediante observaciones directas del proceso de entrevista considerando aspectos tales como los siguientes: gesticulaciones, posición corporal, miradas, contacto físico, la claridad y mantenimiento de la señal de apoyo comunicada a la pareja, la capacidad para reconocer la angustia de la pareja, la capacidad para consolar a la pareja, el grado de interés o preocupación expresado, entre otros elementos concernientes a la experiencia emocional de la pareja que puedan surgir. Todo esto hizo posible identificar y confirmar indicadores concernientes a los procesos de apego en pareja referidos en la literatura.

La evaluación de las interacciones de los vídeos antes descrita, permaneció en concordancia con la literatura del modelo centrado en las emociones donde se establece que el lenguaje no verbal manifiesto en la relación de pareja también revela y confirma importante información acerca de los estilos de apego y del patrón de interacción -o el baile- que distingue a cada pareja (Johnson, 2019). Esto permitió a los jueces validar si uno de los miembros de la díada manifestó gestos o verbalizaciones para comunicar su necesidad de cercanía y contacto físico (p. ej., como acariciar, abrazar, sostener), o si -por el contrario- uno o ambos integrantes de la díada realizaron verbalizaciones o conductas de evitación o desapego.

Durante la discusión del material de las entrevistas, los jueces y juezas llegaron a un consenso acerca de la codificación y categorización. El número de jueces y juezas durante las entrevistas se mantuvo impar (cinco jueces y juezas) lo que permitió tomar decisiones mediante mayoría (p. ej., tres de cinco) en aquellos fragmentos del contenido en que no hubo acuerdo total en cuanto a las codificaciones. Es decir que, los acuerdos se alcanzaron tomando en

consideración la concordancia de al menos tres de los cinco jueces y juezas. Las verbalizaciones para las que no hubo un acuerdo de al menos tres de los expertos no fueron categorizadas. Este análisis permaneció en concordancia con lo propuesto en los lineamientos de Bernard y colaboradores (2016) quienes establecen que con dos o más codificadores es posible probar la confiabilidad de la codificación mediante un acuerdo en que se considere que los mismos constructos se aplican a los mismos fragmentos de texto.

Corrección y análisis de la escala sobre apego ECR-R

Una vez concluidas las categorizaciones concernientes a cada una de las entrevistas (ocho entrevistas individuales y cuatro en pareja), la investigadora procedió a tabular los datos del ECR-R, lo que permitió evaluar los prototipos de apego en las dimensiones básicas de ansiedad y evitación de cada uno de los participantes. Luego se compararon y se contrastaron los datos de esta medida cuantitativa con las interpretaciones con los resultados del análisis cualitativo acerca de los procesos de apego de cada participante. Finalmente, se analizaron las congruencias e incongruencias entre las narrativas emergentes en torno a los procesos de apego y los resultados obtenidos en esta medida administrada. En síntesis, los resultados del ECR-R fueron comparados con las primeras dos fases del análisis de contenido: 1) el análisis de las narrativas en torno a los modelos internos de apego y 2) el análisis entre jueces y juezas de las narrativas en torno a los estilos de apego. En la siguiente sección, se presentarán los hallazgos del procedimiento completado con las cuatro díadas participantes. Además, se discutirá la consistencia o inconsistencia entre los distintos renglones del análisis.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

Se analizaron ocho entrevistas individuales a profundidad y cuatro a nivel diádico que permitieron la consecución del primer objetivo -y objetivo central- de esta de investigación que estuvo dirigido a exponer los modos en que las parejas apalabran su experiencia emocional al vincularse en el contexto puertorriqueño. Las entrevistas individuales sobre el historial de apego en la infancia (grabadas en formato de audio) realizadas a los ocho integrantes de las cuatro díadas fueron analizadas por la investigadora principal utilizando la Guía de Categorías desarrollada. Esta estructura facilitó la identificación de los patrones temáticos en torno a los *modelos internos de apego* que distinguen a cada uno de los participantes en su carácter individual, lo que constituyó el segundo objetivo de esta investigación. El contenido (transcrito y videograbado) de las entrevistas en pareja fue analizado de manera separada, y luego en conjunto, por los cinco jueces y juezas utilizando la misma Guía de Categorías. Además, se recopiló información mediante una escala de autoinforme (ECR-R). Estas estrategias de análisis contribuyeron a la identificación de los *estilos de apego*, lo que constituyó el tercer objetivo de esta investigación.

Los hallazgos de este estudio permitieron reafirmar las siguientes tres categorías principales para organizar los datos: a) Categorías asociadas a los modelos internos de apego, b) Categorías asociadas a los estilos de apego, y c) Categorías asociadas a las movidas y los patrones de interacción en la relación de pareja. Además, se incluyó una cuarta categoría (sección d, denominada como *Categorías emergentes*) en la que fueron ubicadas otras temáticas que surgieron del análisis. La versión final de la Guía de Categorías (ver Apéndice J) incluye el

resultado de las discusiones de análisis de contenido realizadas entre los jueces y juezas. Esta guía facilitó el proceso de análisis y síntesis de datos correspondientes a cada pareja.

A continuación, esbozaré los hallazgos que emergieron del análisis de contenido de los datos correspondientes a la primera pareja o díada.

Díada 01: Datos sociodemográficos

La Díada 01 (D-01) estuvo integrada por una mujer -del género expresado femenino- a quien denominaré Participante-1 Fémica (P-1F) de 32 años, y por un hombre -del género expresado masculino- a quien denominaré Participante-2 Masculino (P-2M) de 58 años. Ambos se identificaron como heterosexuales, puertorriqueños, y con un nivel de ingresos ubicado en el rango de los cincuenta mil dólares o más al año. El P-2M (hombre) trabaja como educador a tiempo completo, mientras que la P-1F (mujer) también trabaja como educadora, pero en una posición por contrato. Ambos cuentan con las protecciones de seguro de salud. La pareja indicó residir en una zona urbana y están próximos a cumplir cuatro años de relación matrimonial en convivencia activa y presencial.

D-01: Modelos internos de apego

D-01: Modelos internos de apego con figuras parentales de P-1F (mujer).

Para fines de este trabajo, los fragmentos de entrevista seleccionados correspondieron a las descripciones que cada participante proveyó al vincularse con sus cuidadores desde su nacimiento hasta la niñez tardía (0 a 12 años), aunque en algunas de las verbalizaciones ilustrativas se aludió a otros momentos del desarrollo (p. ej., adolescencia), estas fueron incluidas por su relación con el primer tiempo de vida. A continuación, se presentarán los hallazgos correspondientes a los modelos internos de apego de la P-1F de la D-01.

Las verbalizaciones categorizadas para esta participante permitieron identificar las siguientes figuras de apego presentes en su proceso de crianza durante la infancia y niñez: 1) la madre, 2) el padre, 3) la abuela materna, 4) el abuelo materno, y 5) la tía materna. No obstante, la participante puntualizó considerarse más cercana a su madre, siendo esta su figura principal de apego. La categoría A.3, correspondiente al *modelo interno de apego ansioso* fue la predominante al presentar claramente las características (emocionales, conductuales, cognitivas, etc.) cónsonas con las narrativas elaboradas por la participante acerca del vínculo afectivo en la díada madre-hija. Del análisis se desprende que, a pesar de que la madre estuvo presente para proveer los cuidados básicos (p. ej., nutrición, educación, salud), el vínculo se distinguió por una marcada necesidad de supervisión y control por parte de esta figura de apego. Asimismo, en las interacciones en la díada madre-hija predominaba una marcada preocupación acerca del proceso de exploración de ambientes nuevos reflejándole incomodidad y angustia ante la posibilidad de una separación. Las siguientes verbalizaciones permiten ilustrar la existencia de este *modelo interno de apego ansioso* (Categoría A.3) en el vínculo con la madre:

Verbalización 1 de la P-1F: Ay que frustración. Todavía lo digo y me (*ríe*)...Había un cumpleaños de esta nena en la escuela que me caía súper bien...y esto era un súper cumpleaños de nenas nada más. Era con piscina... Entonces era de quedarnos a dormir, ¡y mi mamá no me dejó! Y, o sea eran todas nenas, la mamá, la, eh, la mamá de ella habló con mi mamá y le explicó: ‘mire yo estoy aquí’, y mi mamá: ‘no’. En eso ella era, ella no me dejaba. Bien estricta, pero me imagino, por el trabajo que tenía, tú sabes en el Departamento de la Familia, las cosas que vio (*ríe*). Ella era bien estricta conmigo.

Verbalización 2 de la P-1F: O sea, yo cumplía con las cosas que ellos [refiriéndose a sus padres] me pedían, pero podía tener discusiones, eh, por diferentes cosas que hasta por, a lo

mejor un *cd* que ella [refiriéndose a su madre] encontraba que no era apropiado para mí, pues, por esas cosas. Mucho control, sobre todo en la adolescencia ahí fue que yo tuve entonces mucho roce.

Las verbalizaciones ilustrativas presentadas permiten notar que el proceso de vinculación afectiva con la madre estuvo caracterizado por una marcada ansiedad manifiesta mediante la vigilancia y la supervisión. Esto se hacía más notable durante eventos y actividades especiales que implicaban la separación física de la díada madre-hija. Sin embargo, -tal y como se ilustra en la Verbalización 2- esta ansiedad también se evidenciaba durante las actividades cotidianas de exploración de su propia identidad (p. ej., escuchar música de su preferencia), por lo que la entrevistada describió a sus padres como aliados en ese proceso de vigilancia. A pesar de lo anterior, se observaron diferencias en la calidad del vínculo en la díada padre-hija.

En el caso de la díada padre-hija, el análisis de contenido permitió observar que la categoría predominante fue la A.2, que corresponde al *modelo interno de apego evitativo*. El proceso de vinculación afectiva con el padre se caracterizó por una marcada inhibición del aspecto emocional. La participante detalló que, a pesar de que su padre también participaba activamente en su crianza, este no se mostraba responsivo al afecto emocional verbal o físico. Por tanto, durante su periodo de infancia o niñez, la entrevistada no le consideró como una figura de apego a la que pudiera recurrir para calmar su ansiedad o clarificar sus dudas. A pesar de lo anterior, predominaba una marcada admiración hacia esta figura de apego. Las siguientes verbalizaciones permiten ilustrar la presencia de un *modelo interno de apego evitativo* (Categoría A.2) en la díada padre-hija:

Verbalización 3 de la P-1F: ‘Eh, por ejemplo, cosas que tuvieran que ver con mi curiosidad sobre, las mujeres tienen vulva, los hombres tienen pene, pues yo decía esas cosas y mi papá se molestaba conmigo. En eso él era delicado’.

Verbalización 4 de la P-1F: ‘No, si él fue bien dulce conmigo, bien delicado, eso de regañarme de una forma brusca o violenta, mi papá nunca fue así, pero sí él no hablaba de ciertas cosas’.

Verbalización 5 de la P-1F: ...Mi papá no me expresaba el afecto de forma física ...Mi papá nunca ha venido a abrazarme, ejemplo, espontáneamente. A abrazarme, así un abrazo pegao’. Yo me acuerdo que, hasta los otros días yo fui a abrazarlo, yo no me acuerdo ni por qué, y él ahí todo trinco.

Según se ilustra en las verbalizaciones seleccionadas, la entrevistada describió a una figura de apego paterna que estaba físicamente presente, pero que afectivamente manifestaba gran inhibición y contención ante las movidas de cercanía que esta ejecutaba. Conjuntamente, el análisis de la entrevista también permitió notar la aplicación del mecanismo de la *idealización* descrito en la Categoría A.15. Acerca de esto, el propio Bowlby (1969) explicó que los estándares de perfección de las figuras parentales permiten contrastar dramáticamente el *self* (o el sentido del yo). Además, explicó que, en la medida en que un individuo avanza hacia un desarrollo en el que se concibe a sí mismo como inferior o emocionalmente abandonado, existe una tendencia a atribuir a las figuras de apego unos estándares de perfección que contrastarán con ese *self* (Bowlby, 1969; Severson & Goodman, 2018). Acorde con esto, las descripciones incluidas ilustran claramente la forma en que la entrevistada (P-1F) construyó una imagen del padre como una figura admirada y de poder, lo que ha fungido como un mecanismo que le desvía de aceptar la desvinculación emocional que realmente ha experimentado en esa relación. A

continuación, se presentarán algunas verbalizaciones que ilustran claramente la aplicación de este mecanismo de *idealización* (Categoría A.15) en el proceso de vinculación afectiva con su padre:

Verbalización 6 de la P-1F: ...yo como que tenía una cosa con mi papá de admirarlo muchísimo y me encantaba irme con él, que él me llevara los veranos a trabajar... Al ver que era una figura tan respetada por los demás. Y no solo por el puesto que él tenía. Él es abogado y dirigía una oficina, sino porque los empleados lo querían mucho y la gente lo valoraba, tú sabes.

Verbalización 7 de la P-1F: ‘...Pues yo tenía un orgullo de mi papá, pero una cosa brutaaaaal. Y me encantaba, e irme y verlo en el trabajo y, y decir que yo era la hija, tú sabes (*ríe*)’.

El análisis de las verbalizaciones permitió notar que -ante la ausencia de una conexión emocionalmente abierta y segura con esta figura de apego- la entrevistada alteraba el carácter de la relación centrándose en la exaltación de ciertas cualidades (Severson & Goodman, 2018). Esto fue notable a lo largo de la entrevista donde permaneció intacto el núcleo de imágenes en las que lo describió como “delicado”, “admirado” y “respetado”, pero jamás reconocido directamente por ella misma como emocionalmente ausente.

Al integrar las verbalizaciones que describen el proceso de vinculación afectiva con ambos padres, se observó claramente la evolución de la entrevistada hacia un modelo interno de apego inseguro. Aunque esta presentó narrativas de un padre que propició experiencias de vinculación afectiva cónsonas con un modelo interno de apego evitativo, y una madre con características de un modelo interno de apego ansioso, las cogniciones, guiones, emociones y conductas en torno al modelo interno de apego de la entrevistada permitieron notar que la categoría predominante fue

la A.3, correspondiente al *modelo interno de apego ansioso*. Este modelo interno de apego también se distingue por una marcada angustia observable incluso durante breves momentos de separación de las figuras de apego, lo que fue explorado durante la entrevista (Ainsworth et al., 1978; Bowlby, 1988). A continuación, se presentará un fragmento con narrativas ilustrativas de esta evolución de la entrevistada hacia un *modelo interno de apego ansioso*. Las verbalizaciones de la P-1F de la D- 01 también fueron identificadas bajo el pseudónimo de “P-1F” en los fragmentos de entrevista:

Fragmento 1

Investigadora: ¿Algún momento donde tú te hayas separado? Ya sea, algo más sencillo, la escuela, una actividad, una gira, eh, ¿algún momento de separación que venga a tu mente y cómo lo manejaron ustedes? o ¿cómo lo sentiste en ese momento?

P-1F: Ehhh, separación. Pues, fíjate, curioso que digas eso porque yo tenía pesadillas con eso. Siempre tenía una pesadilla en que yo estaba -repetida-, en que yo estaba, estaba como en un carro como si me estuviesen llevando o trayendo de la escuela. Yo estaba en la parte de atrás, pero al frente no había nadie guiando. Ni en la, en ninguno de los dos. Y eso era, eso era una pesadilla que me daba con frecuencia y me asustaba mucho.

Investigadora: ¿Era recurrente la pesadilla?

P-1F: Sí, de niña. El carro así solo, y yo asustá’.

Investigadora: Y tú ibas en la parte de atrás. Interesante...

P-1F:...Pero sí recuerdo eso. Ehhh. Así de separación. Por ejemplo, me hubiese gustado quizás que mi mamá o mi papá me buscasen a la escuela.

Investigadora: ¿No te recogían?

P-1F: No, siempre era o mi tía o mi abuelo.

Investigadora: Ahí, ahí es que sentías; esa separación quizás la puedes identificar en esa transición de la escuela a la casa. Ahí. Y no la sentías agradable. No era un momento en que.

P-1F: (*Interrumpe a la investigadora*) No, no, no. Incómodo. Incomodidad.

El fragmento anterior permitió identificar que el conjunto de reglas inconscientes durante las experiencias cotidianas de separación estuvo anclado a las emociones de temor y ansiedad. Asimismo, las representaciones mentales durante esas experiencias aludían a una marcada angustia de separación, reapareciendo mediante la imagen del carro sin conductor por vía de las pesadillas. En la siguiente sección, discutiré la calidad del apego que la participante mantenía con el resto de las figuras de apego mencionados en su historial.

D-01: Modelos internos de apego con otros cuidadores en la P-1F.

Las siguientes figuras de apego también formaron parte integral del proceso de crianza de la participante: 1) la abuela materna, 2) el abuelo materno y 3) la tía materna. La categoría predominante para distinguir el apego con su abuela materna lo fue la A.1, que corresponde al *modelo interno de apego seguro*. Según el análisis de datos realizado, la abuela materna se identificó como la figura que brindó señales consistentes de aceptación incondicional, confianza, protección y seguridad durante su infancia y niñez. Asimismo, esta abuela demostró clara apertura y comunicación afectiva de manera verbal y física. La siguiente verbalización ilustra el *modelo interno de apego seguro* (Categoría A.1) en la díada abuela-nieta:

Verbalización 8 de P-1F: Mi abuela...era bieeen cariñosa. Eh, ella siempre me decía (*su nombre en diminutivo*). Nunca me llamó de otra manera. Ella nunca me dice (*nombre real de participante*). Y entonces, pues ella siempre estaba pendiente a todo, a todas las facetas

de mi vida, que yo estuviera tranquila, eh, con mis preocupaciones en general. Pudieran ser, qué sé yo, de la escuela, o de lo que fuese. Ella, pues, bien, bien presente.

A continuación, se presenta un fragmento de entrevista que permite confirmar la existencia del *modelo interno de apego seguro* en el vínculo con la abuela materna y la pertinencia de esto a lo largo de su desarrollo. Aunque este fragmento fue categorizado como un *estilo de apego seguro* (Categoría B.1), pues se centra en la calidad en de la relación en la díada abuela-nieta ya en la adultez, el mismo permite destacar la estabilidad y la consistencia de esta figura afectiva a lo largo de su vida, lo que reafirma la consistencia del *modelo interno de apego seguro* (Categoría A.1) en esta relación:

Fragmento 2

P-1F: Porque tiene demencia...cuando la voy a visitar le cuento todos mis, mis problemas. Y ella me aconseja como si estuviera totalmente lúcida (*ríe*).

Investigadora: O sea, que aún con, con tu abuela que tiene demencia, sigues teniendo conversaciones y sigues buscando apoyo en ella.

P-1F: Sí...van a decir que la que está loca soy yo, porque claro, cada vez que voy, me pregunta lo mismo: ‘¿en qué tú trabajas?’...es como empezar de cero. Pero yo le cuento todo, como si ella fuera totalmente racional. Es que no puedo evitarlo. Me niego a no poder contarle.

Investigadora: ¿Y ella te aconseja?

P-1F: Y ella me aconseja.

Investigadora: ¿Y cómo te sientes cuando ella te da consejos y apoyo?

P-1F: Súper bien. Termina este súper consejo y vuelve: ‘¿y tú en qué trabajas?’

Según presentado en el fragmento anterior, la entrevistada detalló la presencia emocional y física de su abuela materna durante la niñez e infancia. Al mismo tiempo, reiteró que en la actualidad valora y recurre a esta figura de apego, lo que demuestra la contundencia del modelo interno de apego seguro del vínculo abuela-nieta.

Por otro lado, el análisis de contenido realizado permitió identificar narrativas cónsonas con una *pérdida ambigua de tipo II* (Categoría D.7). Del análisis se desprende que -aunque la participante disfrutó de la seguridad de este vínculo afectivo durante la mayor parte de su desarrollo- en el presente describió experimentar ciertas dificultades para lograr la conexión emocional en la relación debido al deterioro cognitivo causado por la demencia (Boss, et al., 2016; Huppertz, 2018). Por consiguiente, la entrevistada describió una experiencia emocional contradictoria. Por un lado, refirió sentir apoyo y comodidad, pero -a la misma vez- describió la negación de enfrentarse a la desconexión emocional que experimenta por causa del olvido. Acerca de esto, la literatura establece que, en la medida que la demencia progrese, la relación afectiva estará enmarcada en esta experiencia emocional paradójica, pues la figura de apego estará presente físicamente, pero emocionalmente ausente (“here but not here”) (Boss, et al., 2016). A pesar de lo anterior, la relación de apego con la abuela materna aparece consistentemente como una que brindó protección, calma, seguridad y confianza durante su infancia, niñez e incluso adultez.

En contraste con lo observado en el análisis de las narrativas en torno a la díada abuela-nieta, el abuelo materno fue descrito por la entrevistada como una figura que participó activamente de su crianza, pero detalló una conexión emocional enmarcada en la inhibición y el distanciamiento emocional. Por tanto, la categoría predominante al describir las verbalizaciones acerca del abuelo materno fue la correspondiente al *modelo de interno de apego evitativo*

(Categoría A.2). A continuación, presentaré algunas de las verbalizaciones que ilustran la calidad del vínculo con el abuelo materno:

Verbalización 9 de la P-1F: ...pues mi abuelo también fue una figura de autoridad. Ehhh, bastante estricto, por ejemplo, una vez yo me vestí de Gloria Trevi, con las medias rotas. Chacho, y me dio un regaño y me dijo: ‘¡las niñas no se visten así!’, ‘¡las niñas no hablan así!’. Ehhh, era bien estricto.

Verbalización 10 de la P-1F: ‘Mi abuelo, pues, bendito cuando él ya estaba mayor todavía venía a recogerme, él me recogió desde pequeña, pero tampoco me hablaba en el carro, era como que me daba un poco de, me daba vergüenza’.

Verbalización 11 de la P-1F: Yo quería mucho a mi abuelo, pero es que él era una figura de poder. No de poder, sino, estricto, de autoridad. Y yo, si me montaba en el carro de él, pues yo no me atrevía a hablar con él, o sea, me daba vergüenza. No sabía qué decirle, él tampoco me ponía tema. A veces, pues íbamos los dos solos y me daba mucha vergüenza.

Verbalización 12 de la P-1F: ‘Mi abuelo. Eh (*pausa*) un poquito también sequito’.

Las verbalizaciones presentadas ilustran que durante las interacciones cotidianas con el abuelo materno la entrevistada se sentía cohibida, con gran incomodidad y vergüenza. De la misma forma, este estilo rígido y contenido también fue notable durante ocasiones en que la entrevistada pretendió manifestar algunos de sus intereses o explorar su identidad (p. ej., identificarse con algún artista). En términos afectivos el abuelo materno fue descrito como “seco”, distante y silente. Todas estas descripciones son cónsonas con un modelo interno de apego evitativo donde la proximidad física o emocional genera incomodidad prevaleciendo los comportamientos de distanciamiento que evidencian la desactivación de los procesos de apego (Taylor et al., 2017). Al mismo tiempo, algunas de las verbalizaciones concernientes al abuelo

materno fueron ubicadas en la Categoría D. 10.1, correspondiente a la *socialización de género*. Esto se debió a que las descripciones acerca del abuelo también se centraban en reforzar las normas socioculturales predominantes patriarcales de lo que debía hacer y ser una niña, o en aspectos jerárquicos tales como el poder y la autoridad que este abuelo representaba para ella y para la familia.

Finalmente, la participante identificó a su tía materna como una figura de apego que formó parte integral de su proceso de crianza, pues esta también fungía como cuidadora cuando sus padres trabajaban en horarios extendidos. Según expuesto por la entrevistada, las interacciones con esta tía se distinguían por la crítica y el menosprecio. Aunque, esta no identificó abiertamente el vínculo como una relación de maltrato, el análisis de las verbalizaciones permitió observar claramente la existencia de acciones continuas (entiéndase un patrón) que fueron minando significativamente su estabilidad emocional. Por tanto, la categoría predominante al describir el vínculo con la tía lo fue la A.7, lo que corresponde al *maltrato durante la infancia, niñez o adolescencia*. A continuación, se presentan algunas de las verbalizaciones que ilustran la calidad del apego con la tía materna:

Verbalización 13 de la P-1F: Ella, no me gustaba cuando me venía a recoger. Siempre tenía como una nube negra, mala actitud ...y no se podía hablar en el carro, tú sabes, un silencio. Era como un momento de tensión para mí. Y me estresaba mucho que ella me viniera a recoger.

Verbalización 14 de la P-1F: Ella, ella me regañaba mucho, y entonces una vez recuerdo que íbamos en el carro -yo creo que estábamos en segundo grado- y la hija...mi prima, ella estudiaba también conmigo en la, en la escuela. Y yo era bien apegada a ella, y entonces yo le decía a mi prima: 'pídele permiso a tu mamá para que te deje quedarte conmigo en casa

de abuela', y, y jugar y eso. Entonces, ella me escuchó y dijo: '¡viste como tú eres!'.

Como, o sea, ¿qué ella quiso decir con eso? '¡Viste como tú eres!', como si yo estuviese haciendo algo terrible. Eh, entonces, por ella yo siempre me sentí rechazada.

Verbalización 15 de la P-1F: Ella, eh, por ella, yo puedo decir que, dentro de mi niñez, fue una figura por la que yo me sentí rechazada.

Verbalización 16 de la P-1F: ... 'yo me sentí rechazada. Incluso, cuando iba a, a la casa de ella, pues ella no me recibía con este: 'Ay, que qué bueno', o me ofrecía jugo o lo que fuese, como era mi abuela conmigo'.

A la luz de estas verbalizaciones la propia participante distinguió a su tía materna como una figura de apego de la que recibió un evidente rechazo. Además, al describir las experiencias de vinculación afectiva con esta, detalló ciertos conflictos que pusieron en duda su desempeño académico e integridad, lo que le generó gran angustia, ansiedad académica y pesadillas durante su niñez y adolescencia. A continuación, se presenta una verbalización ilustrativa que resume la calidad del vínculo con esta figura de apego. Esta descripción fue provista por la entrevistada cuando se le solicitó recordar algún evento de su infancia o niñez que hubiera sido sumamente estresante, triste o traumático:

Verbalización 17 de la P-1F: ... Como hasta la escuela intermedia estuve llorando por eso. Eso fue en primer grado. Y fue, que estábamos cogiendo una prueba importante -no sé de lo que era- yo estaba sentada en el pupitre, detrás estaba mi prima. Mi prima, que es la hija de mi tía, la que te hablé, y había un nene, y el nene me preguntó la contestación. Yo lo miré, y yo le dije que no le podía decir. Mi prima, alzó la mano, y le dijo a la maestra que yo le estaba diciendo la contestación a él. Yo estaba de candidata para ser estudiante del año, y la maestra se me acercó y me dijo: 'así no vas a ser nunca estudiante del año'.

Tú sabes, pa' mí eso era todo, porque esa era la vali, la validación que yo tenía, sobre todo con mis papás, y eso a mí, esa estupidez, me, me destrozó. Y uffffff, llorando hasta tarde.

El fragmento presentado permitió observar que -hasta cierto punto- la evolución del vínculo con su prima también reflejó las tensiones del vínculo con su tía materna. Del mismo modo, el desarrollo de la entrevista permitió notar que las intervenciones de su tía fueron continuas, sistemáticas y minaron su estabilidad emocional, aportando a una visión de sí misma como insuficiente, inadecuada e inferior. Esto se conjugó un apego materno ansioso que imponía controles, y un apego paterno evadía el afecto. Además, la participante reiteró que su ejecución académica sobresaliente era precisamente la cualidad que sus padres sí resaltaban. Esta explicó que la obtención de logros académicos sí propiciaba la expresión de orgullo, reconocimiento y validación por parte de sus figuras parentales. Es decir, que el afecto parecía estar condicionado, o dependía de la obtención de dichos logros. Por tanto, la ansiedad académica (p. ej., priorizar en ser la estudiante del año) que desde niña presentaba también aludía a ese *modelo interno de apego ansioso* (Categoría A.3). De esta forma -a nivel inconsciente- la entrevistada sentía que, en la medida que decayera su logro académico, perdería el afecto y la aprobación de sus padres, lo que le generaba gran angustia e inseguridad.

En la siguiente sección discutiré los modelos internos de apego identificados para el Participante-2 Masculino o P-2M de la D-01.

D-01: Modelos internos de apego con figuras parentales del P-2M.

En el caso del P-2M de la D-01, la entrevista de historial de apego permitió identificar las siguientes figuras significativas en su proceso de crianza: 1) la madre, 2) el padre, 3) las hermanas y 4) el hermano mayor. La categoría predominante para describir el vínculo afectivo con la madre lo fue la A.2, que corresponde al *modelo interno de apego evitativo*. Del análisis se

desprende que el participante identificó claramente eventos de su infancia temprana en los que se describió sí mismo como inadecuado, torpe e incómodo durante las interacciones con su madre. Al mismo tiempo, este reafirmó que las experiencias de vinculación afectiva con su madre tuvieron un carácter fundante en su autopercepción negativa. A continuación, se presenta una verbalización que ilustra la calidad de la relación de apego con su figura materna:

Verbalización 18 del P-2M: Eh, y no puedo precisar obviamente qué edad yo tenía, pero debo haber tenido como tres o cuatro años, como mucho. Lo primero que yo recuerdo es (*pausa larga conteniendo el llanto*) los gritos de mi mamá, eh, en mi sillita de esas (*ríe*), en mi sillita de esas chiquitas que se les ponen a los niños para que coman con los adultos, porque derramé un plato de *cornflakes*, y se me derramó encima (*pausa*). Mi recuerdo es que sentí el frío de la leche bajando por la camisetita (*pausa*) este, y mi mai gritándome por la torpeza ¿no? (*pausa*) de haber hecho eso. Ese es mi primer recuerdo.

Según se ilustra en la verbalización, el entrevistado aludió a un momento de su desarrollo temprano en el que se encontraba en pleno aprendizaje y exploración de sus destrezas motoras. Al mismo tiempo, relató tener los mismos recuerdos acerca de experiencias en las que observaba que su hermano mayor también era criticado e incluso golpeado por dejar caer objetos. Estos relatos fueron destacados en la entrevista como claras y vívidas descripciones de las primeras interacciones con su madre, lo que tiene gran pertinencia a la luz de la teoría de apego. Tal cual señalan Ainsworth y colaboradores (1978), los logros motores también son vitales en el desarrollo del apego, pues ofrecen información relevante que permite conocer si un infante o niño concibe a su cuidador como una base segura. Esto se debe a que la configuración del modelo interno de apego coincide con la etapa sensoriomotora descrita por Piaget (Ainsworth et al., 1978). En esta etapa el niño primeramente buscará sentir, tocar y hasta escalar a la madre o

cuidador para ganar mayor seguridad, lo que posteriormente le permitirá mayor independencia para explorar su entorno y alcanzar otros logros motores y socioemocionales. Es precisamente en ese contexto del desarrollo motor, que una díada infante-cuidador es capaz de lograr verdadera sincronía, reciprocidad y armonía en las señales (p. ej., sonidos, miradas, gestos), lo que también propicia el desarrollo de un modelo interno de apego seguro (Ainsworth et al., 1978). Sin embargo, las verbalizaciones analizadas permiten observar que esos recuerdos primarios representativos de las interacciones con su madre aluden a experiencias en las que se sintió incompetente en su proceso de desarrollo motor.

De manera complementaria a lo anterior, al analizar el resto de las verbalizaciones concernientes a la relación afectiva con su madre durante la niñez tardía y adolescencia, prevaleció igualmente la Categoría A.2 correspondiente al *modelo interno de apego evitativo*. A continuación, se presentan algunas verbalizaciones que ilustran la configuración de este modelo interno de apego:

Verbalización 19 del P-2M: Entonces mi recuerdo más viejo de mi madre es, bien, eh.

No sé si represivo es la palabra, pero bien fuerte. Eh (*pausa*) y aun en la adolescencia (*pausa*) la relación fue (*pausa*) poco afectiva digamos. Y recuerdo que en la adolescencia yo traté de ser más expresivo y eso, pero (*risa*) no funcionó. No es que hubiese violencia directa, física, pero sí yo me sentía como un niño en la (*pausa*), el desapego. Y eso todavía, lo siento como si fuese hoy.

Verbalización 20 del P-2M: Pero eso es algo que yo pienso aún hoy. A veces pienso ¿cómo sería eso de tener una madre? (*pausa*) que te de seguridad, que te haga sentir, como que, eh, con la que tu puedas hacer cualquier cosa, que lo que tú haces está bien hecho. Eso para mí es como un misterio este (*pausa*), porque mis recuerdos son la ausencia de eventos

que tienen que ver, por ejemplo, con la afectividad en todo el sentido de la palabra, o la afectividad física. Para mí eso es como (*pausa*).

Las verbalizaciones antes presentadas permiten discernir claramente esa ausencia de sintonía y de conexión emocional con la figura de apego materna. De manera congruente con estas descripciones, el P-2M detalló que durante la adolescencia realizó expresiones de afecto físico o verbal hacia su madre, pero estas no fueron reciprocadas. Al presente, describió que no tiene recuerdos de comunicación afectiva, ni de respuestas claras de aceptación y validación por parte de esta figura de apego. Además, estableció una clara relación entre esta ausencia de reciprocidad emocional y sus dificultades para conectarse emocionalmente y establecer relaciones sociales a lo largo de su vida, lo que alude a un estilo de apego evitativo (que se analizará en detalle más adelante).

A continuación, se presenta un intercambio entre la investigadora y el entrevistado que permite ilustrar consistencia entre el *modelo interno de apego evitativo* (Categoría A.2) y el *estilo de apego evitativo* (Categoría B.2) destacado por el propio participante. Las verbalizaciones del P-2M de la D-01 también fueron identificadas con el pseudónimo de “P-2M” en los fragmentos de entrevista:

Fragmento 3

P-2M: ...yo no tenía modo de iniciar conversaciones, y ese tipo de cosas. Era bastante retraído (*pausa*) patológicamente.

Investigadora: ¿Patológicamente? Usted lo ve.

P-2M: (*Interrumpe y ríe*) Sí.

Investigadora: ¿Usted lo ve desde ese punto? ¿Tenía mucha dificultad?

P-2M: Sí. Absoluto. Ninguna capacidad de iniciar una conversación.

Investigadora: ¿Y se mantuvo así?, o ha habido cambio.

P-2M: Hasta ayer (*ríe*). Obviamente ahora tengo un poco más de recursos y puedo iniciar una conversación y eso, más o menos dentro de la normalidad. Pero igual, no es algo con lo que yo me maneje cómodamente.

Investigadora: Okay, siempre, a lo largo de su vida le produjo incomodidad y al presente también.

P-2M: Sí, y además siempre me pareció raro, para mí es un misterio cómo la gente puede (*ríe*) iniciar conversaciones, si nunca se han visto, por ejemplo. A mí, yo veo escenas o presencio escenas y digo ‘guau, qué manera más interesante de vivir’.

El intercambio antes presentado es congruente con hallazgos de investigaciones previas sobre la evolución de un modelo interno evitativo hacia un estilo de apego evitativo. Según expone la literatura, cuando una persona presenta una evolución hacia esta marcada inhibición social en la adultez, es probable que el historial de desarrollo de su infancia y niñez incluya referencias que detallen serias limitaciones en las competencias y habilidades interpersonales (Bistricky et al., 2017). Además, el historial también podría develar algún tipo de trauma interpersonal en el que la persona se haya visto obligada consistentemente a contener su experiencia emocional afectándose así su capacidad de regulación emocional innata a través de las relaciones sociales (Bistricky et al., 2017). Esto último, fue destacado por el entrevistado, quien relató que a lo largo de su vida realizó intentos infructuosos por conectarse emocionalmente con su madre, pero esta respondía mediante la contención emocional, identificando estas experiencias como el momento de origen y el eje de sus dificultades interpersonales posteriores.

A continuación, se incluye otro fragmento que ilustra la relación entre las experiencias de evitación en la díada madre-hijo (categorizada bajo *modelo interno de apego evitativo*) y su inhibición social manifiesta posteriormente manifiesta en la adultez:

Fragmento 4

Investigadora: Cuando usted menciona que reaccionaba físicamente, ¿en algunos momentos usted intentó acercarse para expresarle cariño? [refiriéndose a la madre]

P-2M: Sí, para abrazarla, y había como, como que no. Igual me pasa a mí. O sea, yo aprendí eso, yo aprendí a no aceptar (*pausa*) abrazos, por ejemplo. Eso yo lo aprendí después de viejo. Para mí era prácticamente imposible. Eh (*pausa*).

Investigadora: El contacto afectivo físico.

P-2M: Sí, eh, totalmente. Era como una cosa, una barrera infranqueable (*pausa*), eso lo aprendí ya después, con mis hijas.

El fragmento presentado también fue ubicado dentro categoría D. 5.1 correspondiente a *la metáfora de estilo de apego*, pues la imagen de la “barrera infranqueable” implica que existe un límite o frontera rígida, invencible e insuperable con la que alude a esa inaccesibilidad emocional que también replicó, y que eventualmente fue marcando su evolución hacia un estilo de apego evitativo en la adultez.

La segunda figura de apego parental destacada por el P-2M de la D-01 lo fue el padre. A la luz del análisis de contenido revisado, se evidenció que la categoría predominante para describir la relación afectiva con su figura parental lo fue la A.2, también correspondiente a un *modelo interno de apego evitativo*. Del análisis de la entrevista se desprende que su padre tampoco realizaba manifestaciones verbales o físicas de afecto, lo que consideró una gran carencia durante su niñez e infancia. Sin embargo, detalló ciertas experiencias que significó como intentos de

conexión emocional a través de regalos o algún tipo de transacción material. A continuación, se presenta un fragmento de la entrevista individual que ilustra estos momentos de vinculación en la díada padre-hijo:

Fragmento 5

P-2M: Eso fue, tenía como seis o siete años...Y yo recuerdo caminar con mi viejo por esa avenida, y había una tienda de juguetes, y había un tren precioso, y nos paramos ahí a mirar el tren. Y mi viejo entró con mucha, mucha alegría al sitio y preguntó por el precio. Y le dijeron el precio, pero yo no lo escuché obviamente. Y no lo pudo comprar porque estaba muy caro (*pausa, mientras llora*)...El asunto es (*pausa*), que en ese momento lo que pensé fue, o sea, no lo vi como un problema. Lo que pensé fue, y estoy completamente seguro, aún hoy (*ríe*). Que si él hubiese tenido el dinero, compraba el tren, pero como no lo tenía, no lo pudo comprar.

Investigadora: Claro, y usted de su padre puede acoger ese sentido de quererle dar, aún en medio de la precariedad, ese gesto permaneció.

P-2M: Sí, sí es como, lo más importante en cómo se construye mi modo de ver la realidad, de ver el mundo. Esas cosas así, de mucho desprendimiento. A mí siempre me llamó la atención eso, eso de desprenderse de lo material.

Cabe destacar que el entrevistado describió su núcleo familiar como uno numeroso (con seis hermanos) y de clase media baja. Además, destacó a su padre como la figura incansable y trabajadora que proveía seguridad económica, pero que a la vez se mantenía emocionalmente centrado en su función de proveedor. A la luz de este relato, es posible discernir que las transacciones de bienes materiales que el entrevistado observaba durante su niñez, no fueron

comprendidas como meros intercambios que se daban en el vacío, sino que fueron cobrando un significado mediante el que se pretendía lograr una demostración concreta de afecto.

Acorde con esta narrativa, la literatura sobre bienes materiales señala que, para las familias que se vinculan en contextos sociales de precariedad económica, la adquisición de bienes materiales puede cobrar diversos significados (Goldsmith, et al., 2020). Por ejemplo, se ha observado la *socialización de consumo de control-restauración*, en la que los productos adquiridos tienden a comprenderse como una forma de recuperar la seguridad en un contexto social que les vulnerabiliza (Goldsmith, et al., 2020). Desde esta perspectiva, el desprendimiento material por parte de la figura paterna pareció ser comprendido por el entrevistado como una vía para solidificar el vínculo afectivo en unas circunstancias de precariedad económica que limitaban los espacios de conexión emocional. Dicho de otra forma, el afecto en la díada padre-hijo no se manifestaba clara o consistentemente a través del lenguaje o del contacto físico (p. ej., las caricias, los abrazos o las palabras de validación), pero sí a través de la presentación de bienes materiales y los significados enmarcados en dicho gesto.

A continuación, se presenta otra verbalización que ilustra el desprendimiento material como una vía para lograr la identificación y la sintonía emocional en la díada padre-hijo del P-2M de la D-01.

Verbalización 21 de P-2M: Pero yo recuerdo una vez que llegó, y trajo una cajita y me regaló. Sin ninguna razón, porque yo no cumplía años ni nada. Simplemente me trajo una cajita, con un uniforme de pelotero, y un libro dentro de la caja. Son dos cosas que se quedaron conmigo, el gusto así por los deportes, pero el énfasis así por el libro. Desde niño yo lo veía leyendo, entonces yo lo imitaba. Pero a mí me gustaban también los deportes. Entonces su solución fue esa: me regaló un uniforme y me regaló un libro. Y a mí eso, en

ese momento fue una alegría brutal, porque eran las dos cosas que más me gustaban en la vida. Y entonces, fue como un momento bien importante de mi vida, cuando era niño (*ríe*).”

Sin embargo, a pesar de que estos momentos de desprendimiento material fueron comprendidos eventualmente como experiencias de vinculación afectiva en la díada padre-hijo, el análisis de contenido permitió notar que la apertura emocional y la validación por parte de sus figuras parentales estuvo mayormente limitada. Las verbalizaciones concernientes a ambos padres revelan la clara presencia de un *modelo interno de apego evitativo* (Categoría A.2) donde prevaleció la contención de la afectividad, lo que eventualmente le condujo hacia una representación de sí mismo como inadecuado e incapaz de conectar socialmente con sus pares y con otras personas externas al núcleo familiar (según descrito anteriormente). Por consiguiente, el análisis reveló que el clima emocional predominante con estas figuras de apego primarias se caracterizó por un modelo interno de apego inseguro y evitativo. A continuación, se presenta una verbalización que resume lo anterior:

Verbalización 22 de P-2M: Es que yo no sé cómo decirlo. Yo puedo escribirlo, yo he escrito mucho de eso. Pero, no sé cómo decirlo. Eh, porque mi apreciación fue que, en términos afectivos, era bien (*pausa*) era un desierto. Entonces, yo infiero, infería que me (*pausa*) obviamente me querían porque si no, me hubiesen sacao’ de la casa (*ríe*). Pero lo infiero, no porque me lo hayan dicho, o porque me lo hayan demostrado de alguna manera particular. Lo del desapego (*pausa*) es tal que, y vuelvo y digo, fue mi percepción. A lo mejor, la realidad es otra, pero mi percepción fue esa.

Según presentado en las verbalizaciones previas, el desprendimiento material no le fue suficiente para evolucionar hacia un apego seguro, pues dichos gestos no fueron acompañados de

espacios de comunicación afectiva abierta y clara, sino que prevaleció la contención emocional y el silencio. De hecho, el modelo interno de apego evitativo fue metaforizado por el participante como un desierto y una barrera infranqueable (Categoría D. 5.1 correspondiente a *metáfora de estilo de apego evitativo*). Desde la perspectiva teórica de apego, estas metáforas constituyen un elemento importante, pues no son una mera abstracción intrapsíquica aislada del entorno o situación de vida del entrevistado. Contrario a esto, encierran importantes significados acerca de los dominios internos de imaginación, comunicación, cognición y emoción (Kopp, 2013). Además, proveen información importante acerca del yo (*self*) en relación con otros, tomando como referencias elementos del contexto externo en el que se desarrollan dichas interacciones (Kopp, 2013). En este caso, el P-2M de la D-01, aludió al desierto -un ecosistema carente de vegetación, lluvia y sombra- con lo que claramente ilustró su propio ecosistema familiar en el que experimentaba el desamparo, el desapego y la ausencia de espacios para cobijarse emocionalmente de las amenazas que enfrentaba en el mundo.

D-01: Modelos internos de apego con otros cuidadores en P-2M.

Aparte de las figuras parentales antes mencionadas, el análisis de contenido permitió identificar que el participante tampoco concibió a sus hermanos/as como figuras de apego seguro. Contrario a esto, en las verbalizaciones ilustrativas de su experiencia emocional al vincularse con estos, describió comportamientos variados de evitación y cercanía. Por un lado, el entrevistado mencionó que en ocasiones sus hermanas hacían manifestaciones de afecto mediante el contacto físico (p. ej., abrazos), pero a la misma vez detalló que no fue posible contar con el apoyo emocional consistente de ninguna de estas. También, describió que uno de sus hermanos fungió como una figura de identificación, pero este nivel de cercanía emocional prevaleció por un breve tiempo y luego se desvaneció. A tenor con estas descripciones, la

Categoría A.4, correspondiente al *modelo interno de apego desorganizado*, fue la que mejor permitió representar las características emocionales y relacionales en el vínculo afectivo entre el participante y sus hermanos. A continuación, se presentan algunas de las verbalizaciones que ilustran el modelo interno de apego desorganizado en el vínculo con sus hermanos/as.

Verbalización 23 de P-2M: La mayor de mis hermanas, en algún momento pude hablar con ella sobre asuntos, así como emocionales, amorosos, y ese tipo de cosas. Pero tampoco fue algo muy (*pausa*), no puedo decir que sea particularmente consistente. O sea, no siempre. No es alguien a quien busqué siempre para eso.

Verbalización 24 de P-2M: Bueno, en términos de cercanía, otro hermano... O sea, tendría como cinco o seis años más que yo. Eh, y eso en la niñez o adolescencia es mucho. Cuando yo tenía once, él tenía diecisiete. O sea, era casi universitario. Pero yo sí lo veía a él como modelo, porque él era deportista. Y dibujaba. Entonces yo, a veces, me gustaba estar con él porque lo veía dibujando, o iba a los juegos. Ese tipo de cosas. Eh, pero tampoco. Con el tiempo esa comunicación se difuminó.

Según se observa en las verbalizaciones, el entrevistado describió conductas e interacciones relacionales en las que -por periodos- sus hermanos se mostraban más cercanos emocional y físicamente, pero al cabo del tiempo esta cercanía se difuminaba. Esta experiencia emocional en el sub-sistema fraternal fue cónsona con lo observado en investigaciones sobre el apego desorganizado, donde adultos frecuentemente presentan narrativas en las que no se identifica una estrategia coherente de apego con sus cuidadores durante la infancia y niñez (DeKlyen & Greenberg, 2016). Asimismo, los datos del historial de apego en la infancia incluyeron indicadores emocionales cónsonos con los resultados internalizantes (en este caso inhibición social) asociados al apego inseguro (DeKlyen & Greenberg, 2016). A la misma vez,

las narrativas presentaron como característica central el haber estado físicamente rodeado de sus figuras de apego, pero -a la vez- sentirse emocionalmente vulnerable, inseguro y abandonado, lo que es un panorama relacional característico del apego desorganizado (DeKlyen & Greenberg, 2016).

Aparte de esta inconsistencia en el vínculo con sus hermanos, la exploración del historial de apego permitió identificar que el entrevistado sufrió violencia (verbal y psicológica) por parte del mayor de sus hermanos, por lo que las verbalizaciones concernientes a este vínculo emocional fueron categorizadas como experiencias de *maltrato durante la infancia, niñez o adolescencia* (Categoría A.7). Esto último llevó al participante a recurrir a la lectura como el mecanismo de regulación emocional y escape ante la violencia que experimentaba. Por lo tanto, estas verbalizaciones fueron ubicadas en la Categoría D.4 correspondiente a *otros mecanismos de regulación emocional*. A continuación, se presenta un intercambio entre la investigadora y el participante que ilustra la experiencia emocional en el vínculo con este hermano mayor:

Fragmento 6

P-2M: Mi hermano mayor era una persona muy violenta.

Investigadora: ¿Su hermano mayor era violento?

P-2M: (*pausa*) Sí.

Investigadora: ¿Y con usted también era violento?

P-2M: Conmigo, no con nadie más. Y con mi padre también fue violento.

Investigadora: ¿Alguna emoción que venga cuando recuerda esas experiencias de violencia que me describe?

P-2M: Aterrado. Aterrado (*pausa*). Sucio.

Investigadora: Y cuando ocurrían estos eventos, de violencia, ¿a quién usted recurría para tranquilizarse? ¿tenía a quién recurrir para tranquilizarse y protegerse?

P-2M: No. Hablaba con (*pausa*), con mi amigo imaginario (*ríe*), y entonces leía, y leía (*pausa*). Leer, leer.

El análisis de este fragmento, en conjunto con las verbalizaciones previamente discutidas, ilustran claramente que los momentos de conexión emocional con las figuras de apego del entrevistado fueron limitados, lo que también se conjugó con eventos de violencia en la relación de apego con su hermano mayor. Todo esto le llevó progresar hacia un desarrollo temprano enmarcado en la inseguridad al vincularse con diversas figuras de su sistema familiar. Además, el análisis de contenido permitió notar la ausencia de protección familiar en momentos críticos de amenazas experimentados durante su infancia, lo que afectó significativamente su capacidad para regularse emocionalmente a través de las relaciones sociales. Por consiguiente, el entrevistado recurrió mayormente al aislamiento mediante la lectura y a la imaginación como mecanismos principales para regularse emocionalmente. De esta forma, fue hallando un refugio emocional en su desarrollo intelectual, pero -a la vez- esta estrategia de afrontamiento fue limitando seriamente su experiencia de socialización resultando en una marcada inhibición social.

Acerca de lo anterior, Panksepp y Watt (2011) señalan que cuando los intentos de búsqueda de proximidad emocional y física no son reciprocados, el infante o niño puede moverse hacia un cierre conductual mediante el aislamiento, lo que puede desencadenar en estados depresivos e incluso disociativos. De esta forma, se logra minimizar la respuesta de pánico que genera el rechazo y la desconexión emocional. Sin embargo, señalan que esto no disminuye realmente el dolor psíquico interno, sino que prevalecen afectos negativos de manera prolongada

a través de estos estados. Benau (2017) también explica esto al afirmar que cuando la necesidad de ser visto, abrazado, reconocido y protegido no se satisface repetidamente, se experimenta lo que denominó como una “amenaza psicológica aniquiladora”, por lo que los infantes, niños (y eventualmente los adultos) tienden a suplantar este terror mediante estados de desconexión neurofisiológica que describe como “una muerte fingida” observándose estados de depresión crónica, despersonalización, y otras formas de disociación. En el caso del entrevistado, se observó esa desconexión a través de la imaginación y la lectura.

Del mismo modo, las verbalizaciones antes presentadas son cónsonas con hallazgos que plantean que la creación de los amigos imaginarios puede surgir como una respuesta adaptativa cuando se ha experimentado trauma en las relaciones de apego (en este caso maltrato) permitiéndole al individuo construir a través de su imaginación una figura de contención y acompañamiento en la que puede suplir algunas necesidades de seguridad (Collins, 2014; Somer et al., 2021). En estos trabajos se plantea que la creación de los amigos imaginarios puede comprenderse como una “adaptación resiliente” de los modelos internos de apego posibilitando mayor regulación emocional ante circunstancias de inseguridad, abandono, soledad, rechazo o violencia (Collins, 2014; Somer et al., 2021).

Es preciso destacar que el análisis del historial de apego en la infancia del P-2M de la D-01 también reveló que sus figuras parentales también se desarrollaron en contextos familiares caracterizados por el pobre apoyo emocional y el maltrato. Esto también fue congruente con aportes que sustentan que la violencia intrafamiliar previa puede convertirse en un factor de riesgo de violencia durante los procesos de crianza, pues las familias se enfrentan con sus propias historias de patrones conductuales y carencias afectivas (Toth & Manly, 2019). Por consiguiente, puede manifestarse una marcada dificultad parental para comprender el significado del

comportamiento de su prole, así como para fortalecer sus lazos emocionales y lograr la reciprocidad en las relaciones afectivas con ellos (Toth & Manly, 2019).

Por otro lado, toda la narrativa presentada por el P-2M reflejó algunos indicadores que aluden a un proceso de *socialización de género* (Categoría D.10.1), lo que también puede tener ciertas implicaciones para el desarrollo de los modelos internos de apego. Por ejemplo, la figura del padre fue presentada como una centrada en el rol de proveedor, y que buscaba vincularse mediante el desprendimiento material o económico, pero no necesariamente a través de la afectividad verbal o física. Acerca de esto, Pierrehumbert y colaboradores (2009) señalan que cuando se examinan los modelos internos de apego es vital tener en cuenta estas normas culturales. Estos investigadores destacan que en muchas sociedades los niños (varones) son socializados para contener sus emociones, lo que tiene el potencial de influenciar el estilo de parentalidad en las díadas padre-hijo (Fagot & Hagan, 1991; Sher-Censor & Oppenheim, 2004). De esta forma, los padres tienden a reproducir inconscientemente las interacciones estereotipadas de género limitando significativamente la capacidad de proveer y recibir respuestas emocionales en las interacciones con sus hijos varones. Este fenómeno ha sido validado en algunas investigaciones donde los niños varones han recibido más comentarios negativos que las niñas durante las interacciones con sus padres, y a la vez han sido abordados en menor medida que las niñas en torno a temas emocionales (Fagot & Hagan, 1991; Sher-Censor & Oppenheim, 2004). En otras palabras, la contención emocional se vuelve una norma impuesta por la socialización de género, lo que limita seriamente el proceso de vinculación afectiva en las díadas entre padres e hijos varones.

Tomando en consideración lo anterior, el análisis de los datos permitió ubicar algunas de las verbalizaciones concernientes a las interacciones entre el entrevistado y sus figuras parentales

en la Categoría D.10.1 correspondiente a *socialización de género*. A continuación, se presenta un intercambio entre la investigadora y el entrevistado que ilustra claramente la influencia de las creencias y normas socioculturales de género.

Fragmento 7

Investigadora: ...puede traer una imagen, alguna noción, o algo que, alguna narrativa, o algo que le lleve a pensar que usted fue apreciado, valorado, querido por alguna persona, ya sea del núcleo primario... ¿cómo usted sintió eso? Si me puede traer algo y ¿de parte de quién lo sintió?

P-2M: Las únicas cosas que yo recuerdo son cosas relacionadas con eventos de la escuela como concursos de cuentos, y concursos de poesía, ese tipo de cosas, de parte de mi pai'.

Investigadora: ¿Usted participaba en poesía?

P-2M: Sí, pero lo hacía también en secreto, no se lo decía a los demás compañeros pues, porque se supone que los muchachos, los niños, hombres, no escriban. 'La literatura es de nena' (*haciendo gesto de comillas con sus manos*), y ese tipo de cosas. Y a mí como me gustaba mucho, pues participaba en secreto. En par de ocasiones tuve la mala suerte de que gané o me dieron una medallita y eso, y pues entonces todo el mundo se enteró, y fue como (*ríe*) difícil pa' manejarlo. Pero, pues mi viejo, pues se alegraba y eso. Pero fuera de eso no. No había como un ejemplo de aprecio que no fuese ese tipo de cosas de que te ganaste algo, y 'ah, qué chévere' (*imitando*).

El fragmento previo ilustra claramente que esa experiencia primaria de exploración y comunicación de sus emociones a través de la escritura fue significada por su entorno social como un factor que ponía en duda su masculinidad, considerándole como un rol tradicionalmente asignado a las niñas. Por tal razón, cuando el entrevistado recibía reconocimiento y validación

por sus escritos, reflejaba incomodidad asumiendo como norma el hecho de que sus emociones debían permanecer contenidas o en secreto. Toda esta experiencia normativa social centrada en los roles tradicionales de género, en conjunto con la marcada evitación en el vínculo con sus figuras parentales, también contribuyó a la instauración del *modelo interno de apego evitativo* (Categoría A.2) en este participante.

En la siguiente sección se presentará el análisis de contenido de la entrevista de historial de apego en pareja, lo que permitirá observar la evolución de los modelos internos de apego en ambos integrantes de la Díada 01 en el trayecto hacia la adultez. Además, se discutirá la identificación de los estilos de apego tras el análisis de contenido realizado por los jueces y juezas, y se destacarán ciertos datos emergentes que aludieron al proceso vinculación afectiva entre los participantes y diversas figuras de apego en la adultez (tales como familiares y parejas previas). Finalmente, se discutirán los patrones interaccionales que caracterizan a la D-01.

D-01: Estilos de apego

D-01: Estilo de apego en la P-1F.

El análisis de contenido mediante confiabilidad entre jueces y juezas permitió identificar que la categoría predominante al describir la experiencia emocional de la P-1F en la relación de pareja lo fue la B.3, correspondiente al *estilo de apego ansioso en la adultez*. La categorización permitió concluir que las interacciones relacionales con figuras de apego de la participante se han caracterizado por una alta sensibilidad ante el distanciamiento emocional y físico, así como por un insistente deseo de cercanía y reciprocidad. Lo anterior, también ha sido notable durante experiencias de separación familiar y en otras relaciones de pareja que sostuvo durante su adultez temprana. Este hallazgo permitió seguir el tracto del modelo interno de apego y comprender su evolución hacia un estilo de apego ansioso previo al establecimiento de su relación de pareja

actual. A continuación, se presenta un fragmento de la entrevista categorizado como ilustrativo del *estilo de apego ansioso en la adultez* (Categoría B.3) en la P-1F:

Fragmento 8

Investigadora: Estuviste tres años allá [refiriéndose al extranjero].

P-1F: Cuatro años en total, sí. Sí, cuatro.

Investigadora: ...¿Y cómo fue entonces esa experiencia de separación?

P-1F: Ay, horrible. Horrible. De verdad que, la pasé mal. Yo tenía una idea de lo que iba a ser la independencia en otro país, bien distinta a lo que fue realmente. Me dio mucha nostalgia, yo quería regresar, mis papás acá diciéndome: ‘no, no te quites’, ‘termina’. O sea, ellos me apoyaron. Eh, y yo en crisis.

Según presentado, los momentos de separación familiar durante sus años de estudios en el extranjero generaron sentimientos de pérdida y soledad, lo que dificultó significativamente su proceso de ajuste a esa experiencia. Esta descripción es de vital importancia pues -desde la perspectiva de apego- esta frecuente separación del hogar de origen para emprender estudios universitarios, permite observar claramente la influencia del apego durante la adultez emergente (Lapsley et al., 2000; Lapsley & Woodbury, 2015). Esta transición se considera como análoga a la “situación extraña” presentada en el paradigma de evaluación del apego infantil pues el adulto emergente se enfrenta a lo siguiente: 1) separación de las figuras de apego, y 2) negociación constante de entornos físicos y sociales. Ante la exposición a un nuevo mundo relacional dinámico y cambiante, se evocarán los modelos internos que permitirán observar esa evolución hacia un estilo de apego en particular (Lapsley & Woodbury, 2015). En el caso de la entrevistada, esta manifestó constante incomodidad y alta ansiedad, por lo que en ocasiones

consideró seriamente la posibilidad de regresarse al país. Esta experiencia permite dar cuenta de una clara evolución hacia un *estilo de apego ansioso en la adultez*.

De manera similar a lo observado en el vínculo con sus figuras parentales, la participante relató interacciones en una relación de pareja previa que también permitieron confirmar este estilo de apego ansioso. Al narrar su experiencia emocional en esa relación, esta detalló haber cambiado sus planes de estudio en el extranjero para permanecer físicamente cerca de quien fuera su pareja en aquel momento. A continuación, se presenta un fragmento de entrevista categorizado como *estilo de apego ansioso en la adultez* (Categoría B.3) que permite observar la evolución antes descrita en el contexto de esta relación de pareja previa:

Fragmento 9

P-1F: Entonces creé un apego con él, que ya desde el principio yo sabía que no, que no era para mí, pero igual lo creé. Tú sabes, esos errores idiotas (*ríe*). Entonces, eh, nos hicimos novios y yo regresé. Tú sabes, yo me pude haber quedado allá porque yo estaba en la parte de la tesis doctoral, que entonces yo podía redactarla desde mi casa, eh, se la enviaba, al, al director de la tesis y, tú sabes, nos comunicábamos a través del correo electrónico, yo no tenía que estar per se allí en ese tiempo. Y yo dije: ‘ah pues voy a regresar para tener una relación con este muchacho’. Y yo creo que des (*pausa*), él fue una de las razones principales por las que yo regresé. No sé qué hubiese pasado si me hubiese quedado más tiempo. Así que, eso fue lo que, yo creo que esa es una de las razones principales, el que yo estaba pendiente a él, y regresé.

Investigadora: Y eso te convocó a volver acá.

P-1F: Sí.

Investigadora: Y finalmente volviste.

P-1F: Sí volví.

Investigadora: Volviste con, o sea, para estar con esa persona.

P-1F: Sí, y fue un desastre.

Estas descripciones son cónsonas con las definiciones del estilo apego ansioso en el que las ofertas de confianza y seguridad emocional parecen resultar insuficientes; por lo que se busca la cercanía física con las figuras de apego para lograr una experiencia emocional de mayor seguridad (Johnson, 2019).

De igual modo, al profundizar en el historial de apego en la relación de pareja actual, el análisis de contenido permitió identificar que el inicio de la relación también se enmarcó en un patrón de alta ansiedad por parte de la P-1F, lo que -según enfatizó la propia entrevistada- le llevó a recurrir al uso del alcohol. Esta práctica le permitió sobrellevar las tensiones iniciales en la relación, lo que fue categorizado por los jueces y juezas como un *mecanismo de regulación emocional* (Categoría D.4). Además, el análisis permitió notar que dicha ansiedad estuvo asociada a los siguientes temas centrales: los *aspectos culturales* (Categoría D. 10), y de *socialización de género* (Categoría D.10.1) que incidieron en la experiencia de conexión emocional entre la pareja. A continuación, se presentan algunas verbalizaciones que ilustran la presencia de estas categorías de análisis en el contexto de la relación entre la D-01:

Verbalización 25 de la P-1F: Porque evidentemente nosotros tenemos una diferencia de edad bastante grande. Y entonces yo le decía: diantre ‘¿aceptarán?, ¿me aceptarán siendo mucho más joven que él?’, porque sabemos que hay un cliché...Sabes, el hombre mayor, busca a la mujer joven. Eh, la prenda, ella, es esta, es esta ingenua, que, no sé. Es el, es el cliché.

Verbalización 26 de la P-1F: ... Este, yo estaba una época en la que tenía una cosa con el Proseco y al pobre, Dios mío, lo tenía bebiendo todo el Proseco... Tú te ríes [refiriéndose y mirando a su pareja], pero yo tomaba mucho alcohol cuando empecé con él porque me sentía culpable también de que, qué sé yo, que yo pensé que yo estaba haciendo algo mal porque era mayor que yo.

Verbalización 27 de la P-1F: También yo estaba, no hacía mucho, estaba compartiendo con un muchacho, y pues le dije que ya no, pues que no me interesaba realmente, pues me enamoré de él, tú sabes, una realidad, pero también me sentía un poquito, culpable por eso. Lo manejé mal, porque uno no se supone que maneje las cosas de esa forma, pero, fue mi mecanismo en ese momento [refiriéndose al consumo de alcohol] para lidiar con la situación.

Verbalización 28 de la P-1F: ...pero sí me importaba lo que pensara la familia, porque la familia no son los demás, eso no es lo mismo. Sabes, o sea, para mí, por ejemplo, la aceptación de mis padres...es, tú sabes, él lo sabe (*ríe*), mis papás son importantes.

Según presentado en estas verbalizaciones ilustrativas, el *estilo de apego ansioso* (Categoría B.3) de la P-1F se conjugó con otras ansiedades asociadas a las reglas culturales -no escritas- que establecen que la selección de una pareja romántica debe darse dentro de parámetros y características sociales bastante similares (Niccolai & Swauger, 2021). Por tanto, esta relación discrepante en edad desafiaba dichas normas socioculturales e implicaba ciertos retos para la integración y aceptación social, particularmente para la familia de la entrevistada. Por consiguiente, la narrativa de la participante en torno al inicio de la relación se distinguió por una marcada preocupación en torno a los estereotipos asociados a las relaciones discrepantes en edad, donde la díada compuesta por un hombre mayor-mujer joven frecuentemente está rodeada

de nociones y significados de un intercambio de estatus social (McClintock, 2014; Niccolai & Swauger, 2021). Tal cual se describe en la Verbalización 25, se presume que la mujer intercambia su belleza y juventud por el estatus social del hombre, concepción que exacerbó significativamente la ansiedad en su estilo de apego.

Toda esta preocupación en torno a la aceptación es un tema pertinente en las parejas discrepantes, pues alude a constantes valoraciones basadas en una cualidad específica (en este caso la edad) que pueden culminar por dejarles socialmente excluidos al categorizarles como “desviados” (Conley et al., 2013). Según se destaca en las verbalizaciones 25, 26, 27 y 28, durante el inicio de la relación, la entrevistada mantenía una notable *conciencia de estigma* prestando constante atención a las percepciones de los demás, en las normas sociales y globales (Pinel & Bosson, 2013). Desde la perspectiva de los procesos de apego, esta narrativa realmente ocultaba o enmascaraba el miedo al rechazo, pero particularmente al rechazo de sus padres. Esto último tiene gran pertinencia, pues la validación durante su niñez pareció estar ceñida a ciertas condiciones (refiérase a Verbalización 17). Por tanto, la entrada a esta nueva relación de pareja evocó el modelo interno de apego ansioso y la colocó nuevamente frente a la necesidad de saber si su decisión le permitiría ser aprobada, aceptada y amada por sus padres. En síntesis, toda esta sensibilidad en torno al rechazo social, e incluso el uso de estrategias de regulación emocional observadas (p. ej., el consumo de alcohol) para afrontar el panorama relacional descrito, son indicadores cónsonos con un estilo de apego ansioso (Johnson, 2019).

Es preciso destacar que investigaciones previas han argumentado que los miembros de parejas con un estilo de apego ansioso tienden más a recurrir al consumo de alcohol para enfrentar la hiperactivación de la respuesta de angustia que surge por miedo al rechazo y a la desconexión emocional (Goldstein et al., 2019; Levitt & Leonard, 2015). Sin embargo, en este

caso, las verbalizaciones claramente evidencian una marcada preocupación en torno al rechazo familiar y social (y no directamente de su pareja) como un aspecto que incidía sobre su capacidad para sentirse cómoda y tranquila en su nueva relación. De manera que, el uso del alcohol le permitió afrontar los estados emocionales de hipervigilancia que caracterizaron su ingreso a una relación que la exponía al riesgo de enfrentar este tipo de exclusión.

Otras narrativas que correspondieron a las categorías de *aspectos culturales* (Categoría D.10), y de *socialización de género* (Categoría D.10.1) se identificaron en las descripciones de los primeros encuentros entre la pareja. Según identificado por los jueces y juezas, ambos integrantes de la díada describieron ceñirse a una socialización tradicional de género donde los hombres típicamente se presentan como más activos o con mayor iniciativa, mientras que las mujeres deben permanecer más receptivas e incluso evitativas (p. ej., recibiendo invitaciones, acercamientos, entre otros) (Jackson et al., 2012; Ross & Hall, 2020). A continuación, se presenta un intercambio de la entrevista en pareja que ilustra la identificación de este patrón de interacción inicial:

Fragmento 10

P-2M: Entonces, yo le estoy hablando y ella hace (*ríe, dramatiza y vira el rostro*).

Investigadora: (*Ríe*).

P-2M: Okay (*ríe*), está bien. Pues na', yo expliqué y me fui, a leer, a leer un libro (*ríe*).

P-1F: Sí, sí la verdad fue que (*pausa*).

P-2M: Lo que yo pensé fue, 'vaya, mira esta, tú sabes, pues está bien, mala mía.'

P-1F: Como que, '¿qué se cree?'

P-2M: Sí (*ríe*).

P-1F: Pero, es que, ajá, no quería que pensara que yo estaba ahí ‘ahhhh’, tú sabes, yo también quería parecer interesante o algo así (*rie*).

P-2M: (*Rie*).

Investigadora: (*Rie*)

P-1F: (*Rie a carcajadas*).

P-2M: Antipática esta [refiriéndose a su pareja].

P-1F: Es verdad. Este, fui medio ácida, pero es porque no quería que él pensara que, no sé.

En el fragmento ilustra las narrativas y guiones que reflejan la socialización tradicional de género durante los acercamientos iniciales entre parejas. En concreto, estas reglas establecen unas normas que propician que se conforme un patrón inicial donde los hombres suelen mostrarse como más proactivos mientras que las mujeres deben ser más evitativas y no deben demostrar activamente su interés o disposición (Ross & Hall, 2020). Estos guiones pueden concebirse como instrucciones de lo que se considera socialmente apropiado e influyen aquello que se realiza o se evita en el inicio de una relación (Jackson et al., 2012; Ross & Hall, 2020). Por consiguiente, el análisis permitió notar que esto, lejos de responder a un estilo de apego evitativo en la P-1F correspondió a esta *socialización de género* (Categoría D.10.1) tradicional. A continuación, se presenta otro fragmento de la entrevista en pareja que también ilustra este aspecto:

Fragmento 11

P-1F: ...Ajá. Y yo, y yo, y yo me puse en la cabeza, o sea esto no es una, esto no es un *date*, es como un encuentro entre amigos. Que, de hecho, me iba a poner un traje y dije: ‘no, me voy a poner un mahón’, ‘o sea, voy a ir tirá, pa que no piense que (*pausa*)’. Y

entonces, él llegó, también con esa mentalidad, porque lo hablamos después, que no era un *date*.

P-2M: Sí.

P-1F: Pero entonces cuando él se sentó, yo dije: ‘diablo, esto es un *dateeee*’.

(*Todos ríen*)

Según presentado en el fragmento anterior, aunque la P-1F claramente pretendía profundizar el vínculo con el P-2M, a la vez buscaba evadir los elementos que revelaran explícitamente su interés romántico. Asimismo, se negaba a aceptar el hecho de que la invitación a la primera salida había venido de su parte, por lo que prefirió nombrarle un ‘encuentro entre amigos’. Mediante esta estrategia la entrevistada minimizaba su interés e iniciativa, pues claramente se encontraba en pleno reto a las normas sociales y culturales.

No en pese a esa evasión inicial durante el periodo del cortejo, el análisis de contenido permitió confirmar que la entrevistada (P-1F) prevalece en un *estilo de apego ansioso* (Categoría B.3) donde predominan las movidas de *búsqueda de cercanía* (Categoría C.2), lo que fue más notable una vez iniciada la convivencia entre la pareja. Acerca de este tema, la entrevistada reiteró que -desde el inicio de la convivencia- ha asumido un estilo insistente mediante que toma múltiples manifestaciones entre las que destacó su exigencia en torno al cumplimiento eficaz de las tareas del hogar. Ambos integrantes de la pareja reconocen que la preocupación y ansiedad en torno a este tema suele detonar patrones conflictivos en la relación. A continuación, se presentan algunas verbalizaciones que ilustran el *estilo de apego ansioso* de la P-1F:

Verbalización 29 de la P-1F: Es que yo soy bien *pushi*, esa es la realidad. Y, eh, como yo soy ansiosa, a mí me gusta que las cosas se hagan cuando yo quiero, en el momento en que yo quiero, y de la forma en que yo quiero (*ríe*). O sea, eso es una realidad. Eh, entonces, a

veces yo lo presiono a él, porque hay algo que me preocupa le digo ‘chico, pero hay que hacer esto’ y le caigo encima, y entonces él, tú sabes, de momento reacciona, y como él reacciona así, entonces yo me siento ofendida...

Verbalización 30 del P-2M: Ah, sí, porque como ella muy bien dice, que es *pushi* ...por el hecho de, de que, de que uno de sus rasgos de carácter es, es que planifica y es, y es, este insistente, pues puede ser molesto, pero a la misma vez, es importante.

Verbalización 31 de la P-1F: Esa es una, que yo estoy ahí constantemente diciéndole ‘ah tengo que hacer esto, tengo que hacer eso’, y a él, pues eso no le encanta, pero pues, y ahora acabas de decir que eso no lo ves como problemático, y eso mismo yo te voy a decir cuando tú me digas que no te lo diga (*rie*).

Las verbalizaciones presentadas fueron categorizadas por los jueces y juezas como ilustrativas del *estilo de apego ansioso* (Categoría B.3) de la P-1F. Este análisis fue cónsono con lo planteado en la literatura que especifica que los miembros de las díadas con este estilo de apego suelen reportar que su pareja invierte menos esfuerzo en las tareas del hogar, y se preocupan de que su compañero abandone dicho aspecto de la convivencia (Badr & Acitelli, 2008). Según exponen Badr y Acitelli (2008), para las personas con un apego ansioso, el cumplimiento de las tareas domésticas rutinarias por parte de su pareja parece encerrar un importante mensaje emocional de amor, cuidado y reciprocidad. Por tanto, cuando notan un marcado abandono en dicho aspecto, sienten que ha habido una desconexión emocional. En términos de la teoría de apego, este descuido hace que emerjan los modelos internos de apego ansioso caracterizados por el miedo al abandono, lo que se exterioriza mediante una conducta insistente (Badr & Acitelli, 2008).

Por otro lado, es importante destacar la identificación de determinadas circunstancias en que la P-1F presentó narrativas cónsonas con una desactivación de los procesos de apego, lo que parece emerger cuando su pareja (P-2M) enfrenta algún problema que amenace su salud física. A continuación, se presentan varias verbalizaciones que permiten ilustrar la manera en que se manifiesta este patrón:

Verbalización 32 de la P-1F: Pues a él le dio una crisis hipertensiva brutal, estuvo a punto de, pues de morirse...yo reaccioné de una forma, yo no sé si fue, de una forma, pues, todo el mundo reacciona diferente. Ehhh, bien fría, de, pues ir a lo que tenía que hacer. Yo guie hasta el hospital, llegué allí, y me estacioné, volví. Lo vi, y dije 'está respirando, okay', porque no es la primera vez.

Verbalización 33 de la P-1F: Sí, y la forma en que me he dado cuenta es que, cuando estamos en el hospital, yo bloqueo. Yo no estoy ahí 'ahhhh'. Yo como que no puedo reaccionar, por más que digo 'diantre y si pasa esto', por más que intento, no puedo reaccionar en ese momento, porque me da como una, cosa de protegerme de sufrir en exceso.

Verbalización 34 de la P-1F: El miércoles, eh, fue el miércoles por la noche que yo caí en cuenta de lo que pudo haber pasado. Eh, entonces no lloré tampoco, pero me dio como un miedo, de momento, que dije, o sea él se pudo haber muerto, así 'buuum' y ya, y se acabó todo, y entonces, vi las cositas de él alrededor de la sala, que si el control del televisor donde lo dejó, los zapatos y me dio como una, yo dije: 'Dios mío si este hombre pudo haber muerto y, y lo que queda es eso. Eso es lo que dejó'. Y me dio un miedo, pero una cosa, que yo no se lo dije...

Cabe destacar que -aunque los jueces categorizaron estas verbalizaciones como cónsonas con las descripciones del *estilo de apego evitativo* (Categoría B.2), es posible discernir que estas más bien reflejan un estado disociativo que le permite a la participante responder a la emergencia de salud, y a la vez protegerse de la oleada emocional que le genera el enfrentarse a la posible pérdida de su pareja. Lo anterior puede comprenderse a la luz de la teoría de apego y de los aportes recientes de la teoría polivagal que han detallado los mecanismos neurofisiológicos de los estados disociativos (Porges, 2011; Porges & Dana, 2018). Tal cual la entrevistada describió, ante eventos de estrés extremo -como la inminencia de daño o la posible muerte de la pareja- el sistema simpático entra en función no encontrando posibilidad de pelear o escapar (o de generar una respuesta *fight or flight*), lo que provoca que el sistema dorsal vagal parasimpático tome el control. Esto resulta en un notable estado de parálisis o congelamiento (*freeze*) y desconexión emocional que tiene una función autoprotectiva y adaptativa. En estos casos la literatura detalla que las personas pueden sentirse entumecidas, mareadas, desconectadas de la experiencia física reflejando poca o ninguna reacción (Porges & Dana, 2018). En el caso de la P-1F, esta apalabró la misma experiencia al describir sentirse “fría” o “congelada” y sin posibilidad de demostrar su miedo y angustia.

En la siguiente sección se presentarán los hallazgos del análisis de contenido entre jueces y juezas que permitió identificar estilo de apego que caracteriza al P-2M de la D-01.

D-01: Estilo de apego P-2M.

El análisis de contenido permitió identificar que la categoría predominante al describir la experiencia emocional del P-2M en la relación de pareja lo fue la B.2, correspondiente a *un estilo de apego evitativo*. Esto pudo observarse claramente en las narrativas descriptivas de los conflictos en la relación donde se identificaron movidas de *distanciamiento o retirada* (Categoría

C.3) mediante las que el evaluado inicialmente evade la intimidad emocional y física. A continuación, se presenta un fragmento de la entrevista en pareja que permite ilustrar este patrón en el P-2M:

Fragmento 12

P-2M: Yo cuando, cuando hay conflicto, yo lo que hago es que me, me alejo un momento, porque no tiene sentido. Digo, esa es mi o...

P-1F: (*Interrumpe*) Sí, él se va.

P-2M: Mi opinión, o sea. No tiene sentido porque si estas molesto, no, no, no estás razonando bien, no, no es, es como una competencia. Entonces, yo mejor me retiro y, entonces pues.

P-1F: ...Si hay algo grande, una discusión grande, a lo mejor el que se va primero es él, siempre.

P-2M: Sí, sí, yo siempre, siempre me voy.

P-1F: Pero si son boberías, pues yo, viro los ojos y sigo caminando. Sí, se va, se va. Te vas del apartamento. Lo has hecho.

P-2M: ¿En este apartamento?

P-1F: Sí. No te acuerdas que yo te miré y te dije: 'oye tiraste la puerta bien duro cuando te fuiste'.

P-2M: Ah (*ríe*). Tienes razón (*ríe*). Sí.

Según presentado el fragmento anterior, estas movidas de *distanciamiento o retirada* (Categoría C.3) son totalmente cónsonas con un estilo de *apego evitativo* (Categoría B.2) donde el conflicto o los reclamos de la pareja generan una fuerte incomodidad, por lo que el P-2M intenta mantener la sensación de independencia y control retirándose completamente de la

discusión, aislándose y disminuyendo las respuestas de apoyo (Feeney & Karantzas, 2017). Asimismo, el lenguaje no verbal (p. ej., tirar la puerta al salir) puede considerarse como una respuesta que refleja su necesidad de escapar de los reclamos de su pareja (Bernecker et al., 2019). Sin embargo, a lo largo de la entrevista, ambos integrantes de la D-01 reiteraron que actualmente las retiradas del P-2M suelen ser más breves y tienen una finalidad de autorregulación, lo que les permite desescalar el conflicto.

Estas estrategias de autorregulación emocional son centrales para promover cambios en los ciclos conflictivos en la pareja. Por ejemplo, Fitzgerald (2017) plantea que aplicar la técnica de retirada para un *time-out* puede ayudar a aumentar el control sobre el patrón conflictivo cuando existe demasiada reactividad. Sin embargo, recomienda mantener el enfoque sistémico propiciando que ambos integrantes de la pareja puedan acordar una estrategia coherente para llevarlo a cabo (p. ej., pautar un tiempo y actividades de autorregulación que no sean nocivas o amenazantes para la relación). Asimismo, recomienda la utilización de una señal o frase que permita a los integrantes de la pareja conocer que entrarán en dicho acuerdo de ‘pausa al conflicto’ de modo que se pueda retomar la conversación más adelante. Esto ayuda a minimizar la incertidumbre durante la retirada, pues -de lo contrario- podrían escalar las emociones de pérdida y abandono. En este caso, aunque la D-01 no ha logrado articular este tipo de acuerdo, el pronto regreso del P-2M por lograr la reconciliación con su pareja, refleja un compromiso constructivo por restaurar la armonía en la relación (Johnson, 2019).

De manera cónsona con estas movidas de retirada, el análisis de contenido mediante confiabilidad entre jueces y juezas permitió identificar el uso del humor como una *estrategia de regulación emocional* (Categoría D.4) integrada como parte de los patrones conductuales del estilo apego evitativo. El uso del humor entre parejas puede cobrar distintos matices según la

calidad de la relación, y la teoría de apego presenta una explicación que proporciona un marco para examinar la función que cumple su aplicación (Miczo et al., 2009). Por ejemplo, el uso del chiste genera incongruencias que pueden tener un fin genuinamente lúdico, o que más bien podrían provocar consternación, invalidación, ataques, distancia, entre otros efectos (Miczo et al., 2009). Entre las formas de humor que se han observado según el estilo de apego se encuentran el humor afiliativo y el agresivo (Besser et al., 2012; Miczo et al., 2009; Ross & Hall, 2020). El humor afiliativo se ha observado en personas con un estilo de apego seguro, demostrando utilizarlo con el propósito de minimizar la tensión para crear mayor cohesión y hacer las interacciones más agradables. En contraste, el humor agresivo ha sido observado en personas con un estilo de apego evitativo como una estrategia que pretende crear distancia y minimizar el riesgo que pueda ser percibido en la interacción, lo que suele crear mayor tensión e incomodidad en la interacción. Este segundo tipo de humor fue identificado en diversos momentos de la entrevista, e incluso fue descrito por la pareja como una de las interacciones incómodas en el inicio de la relación. A continuación, se presenta un fragmento que ilustra el uso del humor y los chistes durante una de las citas iniciales de la D-01:

Fragmento 13

P-1F: Sí, y entonces él estaba medio, yo no sé si era (*pausa*).

P-M2: ¡Yo estaba nervioso!

P-1F: Y estuvo hablando como argentino.

Investigadora: ¿Cómo?

P-1F: (*Ríe*).

P-2M: Tiempo, tiempo. Es que como estaba nervioso.

Investigadora: Ajá.

P-2M: Pues para separarme un poco la situación, pues me puse a hacer chistes.

P-1F: Ajáááá.

P-2M: Y como es ‘Juan Pan’ (*nombre del restaurante*), que eso es argentino, pues.

Investigadora: Sí.

P-1F: Pues, ajá, y yo: ‘ay Dios mío’.

P-2M: (*Ríe a carcajada*).

P-1F: Porque él seguía, y seguía, y yo, pero ‘¿vas a dejar de hablar en argentino en algún momento de la conversación?’

P-2M: (*Ríe*)

Investigadora: Se fue como en personaje.

P-1F: Sí.

Según se observa en el fragmento anterior, el uso del humor se empleó como una estrategia de regulación emocional, que le permitió hacer frente a la incomodidad de la interacción logrando cierta distancia de la misma (Miczo et al., 2009). Esto también fue observado por los jueces y juezas durante las interacciones con la investigadora, donde el P-2M utilizó el humor para responder a las preguntas iniciales que le generaban cierta incomodidad, lo que fue desalentado por su pareja. Asimismo, la pareja detalló otros eventos en los que el P-2M ha utilizado el humor en interacciones familiares, desembocando esto en algunas tensiones en la relación de pareja. Por consiguiente, este patrón fue categorizado como un *mecanismo de regulación emocional* (Categoría D.4) que le permite responder a situaciones que considera conflictivas, amenazantes o peligrosas. El siguiente fragmento permite ilustrar el uso del humor y el chiste como una estrategia de regulación emocional que también fue modelada por su padre:

Verbalización 35 de P-2M: [Refiriéndose a su padre] Le gustaba mucho hacer chistes.

Pero él era muy (*pausa*) le gustaba hacer chistes, le gustaba reírse, le gustaba, como ser el centro de la fiesta. Pero no de una manera abrumadora, sino de vez en cuando. Y contaba chistes. Yo sé que la pasó mal en muchas ocasiones (*pausa*). Bueno, mi viejo nació en el 1918. Cuando mi viejo era un niño, era la Gran Depresión. Y ese gesto de, hacer un chiste, yo siempre lo relaciono con algo de sobrevivencia. Esos son, yo diría básicamente, esos son los, la herencia que yo tengo de mi viejo. No hay nada material, pero para mí es como, un regalo enorme, y a veces funciona, y a veces no funciona (*ríe*). Pero yo creo que son como mecanismos de defensa ante la realidad, no es que estoy diciendo que la realidad siempre sea bueno (*pausa*), ante la realidad uno se presenta con esos instrumentos y uno brega con esa intención.

El fragmento anterior permite ilustrar el uso del chiste como un recurso para modificar el modo en que se enfrentan a situaciones peligrosas o amenazantes (p. ej., la precariedad económica) como lo puede ser el entablar nuevas relaciones para el entrevistado. Asimismo, este describió el chiste como una forma de vinculación con este aspecto tan característico de su padre. Acorde con esto, los aportes de la teoría psicoanalítica (también integrados en la teoría de apego) permiten observar que esta estrategia funge como un mecanismo del inconsciente descubriendo una actitud y posición frente al sufrimiento (Freud, 1905, 1927). Tal cual señala el propio Freud (1927), para el P-2M, el humor funciona como un freno inconsciente ante el padecimiento, y como una vía alterna ante el dolor de sentirse socialmente inadecuado.

A pesar de las *movidas de distanciamiento o retirada* (Categoría C.3) cónsonas con un *estilo de apego evitativo* (Categoría B.2), el análisis de la entrevista de historial de apego en pareja refleja indicadores de una evolución hacia un estilo de apego seguro en el P-2M. Tal cual

se ha señalado a lo largo de este trabajo, el apego está sujeto a cambios y a influencias de nuevas relaciones (Birnbaum et al., 2013; Waters et al., 2002). De hecho, transiciones tales como el inicio de la paternidad (un factor destacado por el entrevistado) suelen contribuir a cambios significativos en las orientaciones del apego (Fraley, 2019). Esta evolución ha sido explicada en varios modelos tales como el de “fortalecimiento de seguridad en el apego” (*attachment security enhancement model*) e incluso el propio EFT (Fraley, 2019; Johnson, 2019). En estos se plantea que las inseguridades en torno al apego pueden mitigarse cuando se repiten interacciones mediante las que se trasmite un mensaje emocional claro que reafirma la existencia de un vínculo seguro (Arriaga et al., 2014; Arriaga et al., 2018). En el caso de las personas con un estilo evitativo, el juego, la diversión y el respeto a la autonomía son aspectos que han evidenciado fomentar dicha evolución hacia un apego seguro (Arriaga et al., 2018).

En congruencia con lo anterior, las narrativas del P-2M reflejaron patrones cognitivos, emocionales y conductuales cónsonos con esta evolución hacia un *estilo de apego seguro* (Categoría B.1) en el contexto de los siguientes tres vínculos afectivos: 1) la relación con sus hijas, 2) la relación con su psicólogo y 3) la relación con su pareja. A continuación, se presenta un intercambio entre la investigadora y el P-2M que ilustra esta evolución en el vínculo con sus hijas:

Fragmento 14

P-2M: ...Yo diría que mis hijas me salvaron la vida. Me, me cambiaron el modo de ver todo (*pausa*). Y no viví siempre con ellas porque me divorcié...Entonces, con mis hijas yo aprendí a demostrar afecto, a decir ‘te quiero’ 47 veces porque me salía decirlo, a hablarles, a decirles cómo me sentía, lo mucho que (*pausa*) o sea, las cosas que yo, pienso que todo, en este caso, que toda niña debe escuchar, pues eso fue lo que hice. Yo creo que

quizás, para (*pausa*). Entonces, como no las veía todos los días, pues cuando, los veranos eran espectaculares. Y como, que hacía mi vida, lo que a mí me causó felicidad, el uso del humor en la literatura, permitirles hacer cosas. Se supone que las niñas no hagan esto, pues si lo quieren hacer, pues ‘dale vamos a hacerlo’, ‘yo lo hago contigo’. Ese tipo de cosas, como yo (*pausa*) lo que yo (*suspira*) sentía me hizo falta cuando niño, bueno pues ahí eso es lo que tienen.... Este, y aún hoy, como que le llama la atención a, por ejemplo, a, mi esposa, a mi compañera, y a gente amigos míos, gente que me conoce, cómo interaccionamos los tres cuando estamos juntos, mis hijas y yo, porque (*pausa*). Una observación, siempre estamos riendo, o yo digo una frase y entonces empezamos a hacer una canción improvisada y los tres cantamos. Pa’ mí eso es (*pausa*) mis hijas son (*pausa*) lo más grande que me haya pasado. Entonces, me hacen bien feliz. Estar con mis hijas. Es como janguear.

Investigadora: ¿Y usted se siente completamente cómodo? Lo disfruta, esa expresividad.

P-2M: Sí...con ellas yo puedo hacer lo que quiero. Ser payaso, leer, estar en silencio leyendo, buscar música, aprendernos canciones, ese tipo de cosas. Yo pienso que, de hecho, eso solamente lo puedo hacer con mis hijas. Yo me siento perfectamente libre...

Según se observa en el intercambio previo, el entrevistado describió interacciones en las que se demuestra la manifestación del afecto (verbal y físico). Asimismo, detalló que mantiene una relación de confianza, apoyo, empatía y aceptación incondicional, lo que es cónsono con un *estilo de apego seguro* (Categoría B.1). De la misma forma, durante la entrevista detalló que el contacto físico y el apoyo emocional recibido por parte de sus hijas le genera verdadero disfrute y tranquilidad, lo que confirma la existencia de un apego capaz de facilitar su regulación

emocional en el contexto de estas relaciones (Categoría B.1.2 correspondiente a *regulación emocional*).

Otras experiencias de regulación emocional también fueron identificadas cuando el entrevistado describió las interacciones con su psicólogo, vínculo que expresó valorar y al que ha recurrido en diversos momentos críticos durante su vida. A continuación, se presenta un fragmento ilustrativo que detalla la calidad de un *estilo de apego seguro* (Categoría B.1) en la díada paciente-psicoterapeuta:

Fragmento 15

Investigadora: ...entonces el psicólogo en ese momento [refiriéndose a un momento crítico], usted se sintió acompañado en ese tiempo ¿Cómo lo sintió?

P-2M: Lo sentí que tenía con quién hablar sobre (*pausa*). Y fíjate, lo considero como si (*pausa*), yo podría decir que, como un amigo, aunque no es un amigo, obviamente. Es un profesional, que ese es su trabajo escucharme (*ríe*), pero en el caso de él, que me lo he encontrado, que sé yo, como cuatro veces por ahí, me siento muy cómodo hablando con él. Es una persona muy inteligente, muy buena gente, simpático. Y le gusta también hacer sus chistecitos, de vez en cuando. Una vez fui, de hecho, cuando no me sentía mal, pero fui a saludarlo. Este, y le recomendé también a par de personas que puedan hablar con él, y ha sido muy bueno. Obviamente, como debería ser en todos los casos. Uno debería buscar con quién está cómodo. Este, sí, pero sí fue en momentos así de depresión bien fuerte, eh, a quien recurrí fue al psicólogo.

Según ilustrado en el fragmento, el P-2M describió las implicaciones de la relación terapéutica en momentos críticos, entre los que destacó una depresión tras una ruptura de pareja (en otra relación), y la separación de sus hijas por proceso migratorio de estas. En ambos casos,

especificó que el apoyo de su psicólogo fue lo que -en parte- le permitió sobrellevar estas experiencias. En torno a esto, el propio Bowlby (1988) detalló que la relación terapéutica puede proporcionar al paciente una base segura para explorar sus representaciones mentales, cogniciones y emociones en torno a sí mismo y a sus relaciones. De esta forma, la díada paciente-psicoterapeuta tienen el potencial de contribuir a la reevaluación de los modelos internos de apego, lo que tendrá implicaciones sobre otros vínculos (Skourteli & Lennie, 2013). En caso del entrevistado, se refleja que el terapeuta tuvo la capacidad de crear un entorno de contención y retroalimentación del material afectivo que emergió ante importantes transiciones (Skourteli & Lennie, 2013). Asimismo, la presencia sólida de su terapeuta le proporcionó seguridad y confianza, fungiendo como una base segura en medio de otros cambios relacionales que enfrentaba (Holmes & Slade, 2017).

Por todo lo expuesto, aunque el entrevistado realizó verbalizaciones cónsonas con un *modelo interno de apego evitativo* (Categoría A.2) al describir su infancia, y con un *estilo de apego evitativo* (Categoría B.2) al describir sus vínculos en la adultez, también presenta claros indicadores de una evolución hacia un *estilo de apego seguro en la adultez* (Categoría B.1) como resultado de la influencia relacional en estos tres vínculos (sus hijas, su psicólogo y su actual pareja).

En la siguiente sección, se presentarán algunas verbalizaciones que reflejan esta evolución en el contexto de la relación de pareja. Además, se discutirá el ciclo o patrón de interacción que emerge entre ambos integrantes de la D-01 cuando atraviesan algún conflicto.

D-01: Patrón de interacción en la relación de pareja**Una evolución hacia un estilo de apego seguro.**

Para comprender el patrón de interacción identificado en cada pareja es indispensable recurrir a los aportes del modelo EFT que fundamentan este trabajo investigativo. En estos se establece que las interacciones en la relación de pareja en la adultez pueden ofrecer un maravilloso escenario para propiciar cambios significativos en los procesos de apego (Johnson, 2019; Levy & Johnson, 2019). Por ende, es necesario observar las interacciones que se producen tanto en circunstancias ordinarias, como en situaciones extraordinarias o críticas (p. ej., una enfermedad o una pérdida) que requieren la colaboración de la pareja. De esta forma, se obtiene información crucial acerca de las dimensiones relacionadas a los estilos de apego, su consistencia o su evolución (Levy & Johnson, 2019). A la luz de este modelo, la entrevista de historial de apego en pareja exploró estos contextos (ordinarios y extraordinarios) que permitieron observar si los integrantes de las díadas presentan narrativas -con cogniciones, emociones y conductas- que se asemejan o difieren de las observadas en modelos internos de apego.

Acorde con lo planteado por Johnson (2019), se mantuvo un enfoque sistémico y se consideraron las realidades transaccionales entre las parejas prestando especial atención a la forma en que se redefinían constante y recíprocamente en el contexto de la relación. En este análisis también se observó la capacidad de regulación emocional y la forma en que los entrevistados acceden y modifican sus emociones para lograr mayor adaptabilidad a las situaciones y retos que enfrentan (Bowlby, 1988; Johnson, 2019; Steinberg, 2005). Utilizando la propia metáfora que incorpora el modelo EFT para ilustrar los patrones de interacción, es posible afirmar que se analizó a cada individuo o “bailarín” y a la “danza” que articulan en conjunto como parte de un sistema dinámico que se construye de una nueva experiencia relacional.

En el caso de la D-01, el análisis de contenido permitió observar una narrativa que refleja aspectos evolutivos en los que se observan experiencias relacionales cónsonas con un *estilo de apego seguro* (Categoría B.1). No obstante, simultáneamente se identificó que, durante momentos de conflicto, prevalece el estilo de apego ansioso de parte de la P-1F, y el estilo de apego evitativo del P-2M detallados en las secciones previas. Esto sugiere que estos cambios hacia un apego seguro todavía se están consolidando. A continuación, se incluyen verbalizaciones que ilustran este aspecto evolutivo en esta pareja:

Verbalización 36 del P-2M: Porque yo, tenía mucho, ese, ese, esa sensación de que no, de sentirme ahoga'o, como que, no, no puedes ser de este modo, y no poder hacer estas ciertas cosas, verdad, me he sentido, bien, bien libre de, de ser como yo soy. Y eso, me, me, me pareció bien, bien bueno. Y otra cosa es...Ehmm, aunque suena como raro, pero, la posibilidad de ser respetuoso, sin ser juzgado, que eso, no sé si se entiende, pero es como que, que yo tenía estas ganas de ser una persona (*pausa*) como siempre he querido, verdad, bien respetuoso, verdad, que si somos amigos, pues, pues que chévere porque a mí me parece que la amistad es una cosa bien buena...Y, pero no sentí como que tenía que, que ir más allá de la amistad ni nada, simplemente me sentí bien, me sentí como bien cómodo. Me sentí tan cómodo que entonces dije 'ah bueno pues, a lo mejor podemos ser otra cosa', no necesariamente amigos verdad. Entonces, nada una sensación bien, sentirme tranquilo.

Verbalización 37 de la P-1F: Sí, bueno, me dijiste que si, que si quería ser tu novia. Y eso me gustó, porque hoy en día, nadie te pregunta eso. Eh, queda como en un limbo... me sentía bien respetada y que alguien realmente me quería conocer a mí, eh, sin pretensiones de otras cosas. Sin entrampamientos, de que voy a dar eso, para pedir algo a cambio, o sea, nada que ver, y eso me gustó, porque me pareció bien genuino, y, él era bien transparente,

o sea, él me dijo quién era, las cosas que le habían pasado. Eh, no sentía que había secretos... siempre hubo honestidad. Entonces eso, y, tú sabes sen, sentirme cómoda, y luego pasar a, a lo otro. Eh, tú sabes, por el hecho de que, de que, me pidió realmente que tuviésemos algo formal, pues eso me, me dio mucha confianza, porque sabía que no me quería coger de tonta y, qué sé yo, aprovecharse de mí o algo, o sea, que realmente tenía un interés de, de formalizar...

Según se observa en ambas verbalizaciones los entrevistados describieron interacciones en las que expresan abiertamente sus intereses y vulnerabilidades (p. ej., temores en torno al ingreso a una relación, posible rechazo a sus aficiones) manifestando gran apertura, aceptación, confianza y empatía, lo que es totalmente cónsono con un *estilo de apego seguro* (Categoría B.1). Además, se observa en el contenido de las verbalizaciones un elemento central que alude al compromiso para ingresar y permanecer en la relación. Este aspecto relevante en las relaciones de apego en pareja, pues (aunque el compromiso no asegura que se suplan las necesidades afectivas) la literatura sí ha demostrado cierta interrelación en la que el compromiso y el apego seguro se construyen mutuamente, lo que se observó claramente en esta pareja (Duemmler & Kobak, 2001). En el caso de la P-1F, fue la confianza acerca de la disponibilidad para el compromiso por parte de su pareja lo que propició un entorno de mayor seguridad emocional, mientras que en el caso del P-2M, fue precisamente ese refugio seguro basado en la aceptación, lo que sentó las bases para que este asumiera un compromiso.

Otro aspecto que permite observar la evolución hacia un estilo de apego seguro en las interacciones en la D-01 fue identificado por los jueces en las siguientes situaciones críticas: momentos de alto estrés laboral de la P-1F, el fallecimiento de un familiar de la P-1F y una reciente crisis de salud física del P-2M. Además, la pareja identificó otro momento crítico

cuando se enfrentaron a las condiciones sociales derivadas en el País tras el paso Huracán María ocurrido en el año 2017. En este periodo crítico ambos miembros de la pareja expresaron haber experimentado apoyo mutuo. A continuación, se incluye una verbalización de la entrevista en pareja que fue categorizada por los jueces y juezas como una *verbalización memorable* (Categoría D.12) del *estilo de apego seguro* (Categoría B.1):

Verbalización 38 de la P-1F: ...en ese periodo mi abuelo murió, este, pues en unas condiciones de vida fatales, y me acuerdo que en el funeral, bendito él [refiriéndose a su pareja] cargó al ataúd, el ataúd tenía la bandera norteamericana y (*ríe*) yo creo que jamás pensaste que ibas a cargar un ataúd. Así que mi abuelo es vet, es, es veterano, pero él era independentista, lo que pasa es que, pues tenía su, todo pago. El protocolo era poner la bandera...tú no puedes estar si no le pones la bandera, o sea no pue, tú no puedes estar si no le pones la bandera, y él, él (*nombre de su pareja*) es socialista...y él con todo y eso fue y cargó eso ahí con la bandera, y yo dije ‘diantre eso es amor’.

Esta verbalización memorable acerca de apoyo articulado entre los miembros de esta pareja durante un duelo es sumamente pertinente, pues gran parte del trabajo conceptual de Bowlby giró en torno a estos procesos de apego durante las separaciones y pérdidas físicas (Bowlby, 1969, 1988). Trabajos más recientes en torno al duelo en adultos reafirman que los individuos con un apego seguro se caracterizan por la búsqueda emocional de apoyo de forma útil durante estas pérdidas físicas (Levi-Belz & Lev-Ari, 2019). Asimismo, en estos se ha demostrado que el estilo de apego seguro se asocia positivamente con el apoyo social percibido y con la auto-revelación, lo que facilita el afrontamiento de los procesos emocionales de duelo. Acorde con esta observación, la verbalización memorable presentada también fue considerada en el análisis como una evidencia de *regulación emocional* (Categoría B.1.2), pues se observó que

la presencia y el apoyo de su esposo le permitió modificar el modo en que experimentaba la pérdida logrando mayor tranquilidad y solidificándose en vínculo entre ambos.

A continuación, se presentarán otras verbalizaciones que reflejan el apoyo y el acompañamiento emocional entre los integrantes de la D-01 en momentos críticos, lo que también fue categorizado bajo el *estilo de apego seguro* (Categoría B.1):

Verbalización 39 de la P-1F: ...Yo sé que puedo contar con él [refiriéndose a su pareja], eh, también sé que puedo contar con él, eh, (*pausa*). Y esto me da mucho estrés (*llora*). Este semestre ha sido el peor semestre de mi vida, porque (*suspiro profundo*), pues una persona que está a cargo de, de, del departamento en el que trabajo, y, y siento que me maltrata (*mientras llora*)...Y ha sido bien difícil, pero, él, gracias a Dios él ha estado conmigo en todo ese proceso, pero todo el tiempo, o sea, no hay queja que no, que no escuche, entonces, pues, pues sí, tengo que agradecerle, porque has sido, tú lo sabes, ha sido (*pausa*) bien duro...Sí, y de hecho él viene por la noche cansado y, de dar clase y yo, se, se las zumbo un: ‘¡Mira me hizo estoooo!’ Y él, está ahí. No hay ni una vez que me ha dicho ‘no, no quiero hablar de eso ahora’. O sea, siempre ha estado dispuesto, a pesar de que yo sé que está cansado y drenado, para apoyarme en ese proceso.

Verbalización 40 del P-2M: [refiriéndose al Huracán María] ...Y, y fue (*pausa*) estuvimos sin luz par de tiempo...Y eso fue como, como, i, importante, pienso yo, porque la, era un momento bien duro pa’, pa’ to’ el mundo obviamente, pero lo pasamos relativamente bien, sin, sin demasiado problema, no había mucha tensión, eh, y eso fue chévere, eso fue bueno. ... Y cuando ella [refiriéndose a su pareja] me dice que está aburrida, yo siempre digo, ‘pero léete esto’, qué se yo, y en ese, en ese momento, que no había mucho que hacer, este.

Era como pues, vamos a leer, a hablar, este, alguna película si, si tenía la computadora cargada.

Verbalización 41 del P-2M: ... como ella es, insistente con, con los temas, pues eso es bueno para mí, porque, por ejemplo, es la primera vez que yo me tomo, que yo me tomo la pastilla para la presión durante cinco días consecutivos...Yo no recuerdo en mi vida, jamás, desde que me recetaron una pastilla para la presión, eh, haberme tomado la pastilla cinco días consecutivos...Sí, porque, ella, porque sí, porque tiene la razón. O sea, es como una, además, es como una a, es, un poco irresponsable, bastante irresponsable no cuidarme de este modo ¿no?

Según presentado en las verbalizaciones, se observa un claro apoyo y reciprocidad entre los integrantes de la D-01. Además, del análisis de la entrevista se desprende que la lectura ha fungido como *otro mecanismo de regulación emocional* (Categoría D.10) entre los integrantes de la pareja. Esta práctica se ha tornado para ambos en una estrategia de afrontamiento ante situaciones incómodas o peligrosas. Se destaca además que esto fue inicialmente propuesto por el P-2M de la diada, y fue incorporado exitosamente por la P-1F. De esta forma, se evidencia que aspectos tales como la autorregulación ya han cobrado un carácter diádico reflejándose lo que Finkel y colaboradores (2016) denominaron como *integración*, donde las prácticas individuales se van incorporando a la trayectoria de la relación.

Al mismo tiempo, el análisis de contenido también permitió observar el elemento de la dependencia constructiva, un aspecto central en la evolución hacia un estilo de apego seguro en las relaciones (Johnson, 2012, 2019). Este cambio se observa cuando las personas con modelos internos de apego inseguro presentan experiencias más adaptativas, de modo que su potencial para establecer interacciones positivas poco a poco aumenta (Johnson, 2019). En este caso, las

verbalizaciones presentadas y el desarrollo de la entrevista permiten observar que la pareja ha logrado un compromiso empático y respuestas más flexibles ante situaciones críticas en el contexto de su relación, lo que también ha tenido impacto sobre otras relaciones familiares.

Finalmente, otro aspecto que reafirma una evolución hacia un estilo de apego seguro se observó en los cambios implementados por el P-2M para lograr una mejor salud física, lo que fue categorizado en el análisis como indicador de mayor *bienestar general* (Categoría B 1.4). Según descrito por el propio entrevistado, fue el seguimiento, la estructura y la insistencia por parte de su pareja, lo que propició que iniciara su tratamiento médico, aspecto que habían permanecido en evasión prácticamente durante toda su vida. Estas movidas también permiten apreciar esa clara evolución hacia un estilo de apego seguro.

Habiendo descrito este aspecto evolutivo del apego observado en ambos miembros de la díada, en la siguiente sección, se discutirán los detalles del patrón de interacción o la danza que caracteriza a esta pareja.

D-01: Un baile de salsa, tango, género y cultura.

Al analizar los *patrones de interacción* en las relaciones de pareja desde la perspectiva sistémica incorporada en el modelo EFT, es relevante pensar en los cambios en las orientaciones de apego en términos de la rigidez y la flexibilidad del sistema (Johnson, 2012, 2019). Esto es particularmente importante, pues “la salud” en términos sistémicos se manifiesta mediante la apertura y la flexibilidad que denota que los modelos internos, sus representaciones, conductas y emociones están abiertos a revisión ante nuevos contextos y experiencias relacionales en apego seguro (Johnson, 2019). Esto último se ha ido concretando en el curso de la relación en la D-01, no sin antes generar una experiencia emocional caracterizada por una gran incomodidad en el P-

2M identificado con un estilo de apego evitativo. A continuación, se presenta un fragmento que permite ilustrar las primeras movidas en términos del apego entre la D-01:

Fragmento 16

P-1F: ...le dije: ‘vamos al Viejo San Juan’. Y nos fuimos pal’ Viejo San Juan...y allí estuvimos tomándonos un vinito, bailamos y todo.

P-2M: Bailamos y todo, y yo que no bailo.

Investigadora: ¿Y qué bailaron?

P-2M: Salsa.

P-1F: Una salsa.

Investigadora: ...allí en la Factoría.

P-1F: (*interrumpe*) Ajá, exacto.

P-2M: ¡Qué vergüenza! Creo que debo haber estado borracho (*ríe a carcajadas*).

Investigadora: (*Ríe*).

P-1F: (*Ríe*) Y entonces.

Investigadora: ¿Usted no baila? (*dirigiéndose al entrevistado*)

P-1F: No.

P-2M: Bueno, ahora, ahora.

Investigadora: Con ella bailó.

P-2M: Ahora, ahora, clases de tango.

Investigadora: ¡Guaooo!

P-2M: Pero, para mí bailar es como un (*pausa*), tú sabes, es como atravesar un límite que jamás.

P-1F: Sí, sí.

P-2M: Había atravesado.

La relación de esta pareja con el baile (como metáfora de sincronización) también es pertinente para comprender la evolución en términos del apego. El baile suele ser una vía que los miembros de la diada utilizan para jugar y lograr mayor sintonía afectiva, pues les provee un espacio para conocer las expresiones corporales que se articulan entre ellos (Jaramillo & Panhofer, 2021). El baile también facilita una cantidad de procesos tales como la autoconciencia corporal y la atención a las expresiones corporales del otro (p. ej., tacto, gestos y miradas) articulándose toda una reciprocidad que puede reflejar la rigidez o la flexibilidad del sistema (Bräuninger, 2014). Tal cual se observa en las diadas infante-cuidador en sus juegos lúdicos, el contacto físico que se articula durante el baile posibilita espacios de desconexión, reconexión, individualidad, integración y fusión corporal y emocional, lo que también puede revelar importante información acerca de la calidad del vínculo afectivo en adultos (Jaramillo & Panhofer, 2021; Johnson, 2019). El baile implica el ejercicio de sentir al otro, o lograr verdadera comprensión emocional mediante la sincronización corporal, lo que puede ayudar a consolidar un vínculo (Bräuninger, 2014; Jaramillo & Panhofer, 2021).

A tenor con todo esto, a través del baile la pareja parece haber hallado un espacio abierto para jugar y explorarse. En el caso del P-2M toda esta convocatoria por vía del baile evocó emociones de vergüenza y una profunda incomodidad, con lo que claramente aludió a una *su estilo de apego evitativo* (Categoría B.2) en varios momentos de la entrevista. Sin embargo, su progreso en el movimiento corporal por vía del tango refleja que la pareja ha ido logrando mayor sintonía emocional, lo que también se ha encarnado mediante su relación con los cuerpos y el baile. En palabras del propio P-2M, ‘ha atravesado un límite que jamás pensó’, por lo que actualmente participan de clases de tango.

A pesar de la notable evolución y flexibilidad observada en esta díada, de la entrevista se desprende que prevalecen ciertos conflictos en la relación y que -según explican- estos ocurren con una frecuencia de dos o tres veces por semana y se centran en los siguientes temas o aspectos: 1) preocupación en torno al cumplimiento de las tareas del hogar, 2) percepciones y opiniones distintas atribuidas a la discrepancia en la edad, 3) pobre atención a la condición de salud física crónica (o autocuidado) por parte del P-2M. En el análisis, se identificó que durante estos desacuerdos emergen los estilos de apego inseguros en la pareja, por lo que los “pasos de baile” o las movidas en torno los procesos de apego en esta pareja correspondieron a las siguientes: 1) *Perseguir* (Categoría C.4) por parte de la P-1F, y 2) *Distanciamiento o retirada* (Categoría C.3) por parte del P-2M. Por consiguiente, el conjunto de interacciones observado entre la pareja permitió identificar el siguiente baile o patrón de interacción entre ellos: *Patrón de interacción perseguir- retirar* (Categoría C.6).

A continuación, se incluyen algunas verbalizaciones categorizadas como ilustrativas de los *Conflictos* (Categoría C.1) que detonan este patrón:

Verbalización 42 del P-2M: Yo no sé lo que voy a hacer por la tarde, eh yo dormía en el piso, y a mí eso me, no me importaba, o sea, eso, eh, hay algo dañado en la, en la cocina, pues, esa no es la prioridad, la prioridad es no sé qué cosa, porque yo la verdad porque la verdad yo nunca sabía qué es prioritario. Ese tipo de cosa causaba mucho, mucho conflicto...

Verbalización 43 de la P-1F: ...Eh, entonces, a veces yo lo presiono a él, porque hay algo que me preocupa le digo ‘chico, pero hay que hacer esto’ y le caigo encima, y entonces él, tú sabes, de momento reacciona, y como el reacciona así, entonces yo me siento ofendida...

Verbalización 44 del P-2M: ...Los conflictos yo creo que vienen como, como resultado de, de historias de vida diferentes, o sea, yo nací en el sesenta, eh, tenía seis hermanos, o sea. Pero yo no sé a mí, a mí me parece que la, las, los problemas son, son resueltos rápido.

Verbalización 45 de la P-1F: Pero, lo que sí que me acabo de acordar, al, para él no es un conflicto, pero para mí sí es conflicto. Volvemos al tema de la, de la presión alta, eh, yo he estado con él, eh, no me mires así, ¿puedo decir?...para mí es un problema, porque yo siento que no te cuidas lo suficiente.

Los tipos de conflictos ilustrados en estas verbalizaciones permiten realizar algunas observaciones en torno a los roles de género y la influencia sociocultural sobre la experiencia de conexión emocional y el apoyo mutuo que se articula en una relación de pareja. Acerca de esto, la terapia familiar feminista ha alertado que -en múltiples ocasiones- los conflictos entre una pareja (tales como la distribución en torno a las tareas del hogar, el cuidado de la salud física de los integrantes del sistema) encubren problemas de género y poder que se traducen inconscientemente en las dimensiones más íntimas de la relación (Fitzgerald, 2017). Esto no pasa desapercibido para el lente de la teoría de apego del modelo EFT, que también considera la evidente influencia del macrosistema para las díadas, destacando que esto usualmente se traduce en uno de los patrones más frecuentes en las relaciones de pareja (*patrón de interacción perseguir-retirar*) (Johnson, 2012, 2019). Por consiguiente, las intervenciones basadas en el apego también buscan precisamente romper con estos roles tradicionales de género que puedan estar limitando la conexión entre la díada promoviendo la mutualidad, la interdependencia y la reciprocidad en todos los aspectos, lo que permanece en total consonancia con los postulados centrales de la terapia familiar feminista (Johnson, 2012).

Tal cual se observa en la D-01, el análisis entre jueces y juezas permitió observar una mujer (P-1F) que reflejaba una notable ansiedad en torno al cuidado de la salud de su pareja, y que además demanda el cumplimiento de las tareas del hogar. Mientras tanto, el hombre (P-2M) se identificó a sí mismo con serias dificultades para planificar, evadiendo las tareas del hogar y el cuidado de su propia salud, por lo que estos fragmentos fueron categorizados como parte del *patrón de interacción perseguir-retirar* en la relación de pareja (Categoría C.6). Acorde con lo señalado previamente, esta interacción también parece responder a todo un aprendizaje sociocultural, pero esto no fue identificado clara y abiertamente por la pareja.

Por otro lado, en esta pareja también se observó gran ansiedad por parte de la P-1F en torno al tema de salud física de su pareja, lo que cobra mayor pertinencia en el contexto de una relación discrepante en edad. Acorde con lo presentado en otras investigaciones sobre parejas discrepantes en edad, la salud física puede tener impacto sobre la satisfacción en la relación marital pues suele ser una temática que reaparece como un recordatorio de que se encuentran en etapas del desarrollo distintas (Hagedoorn et al., 2002; Zak et al., 2001). En los casos donde la mujer es más joven -se encuentra activa y en una carrera profesional- esto puede ser emocionalmente abrumador, lo que puede escalar los conflictos, generar sobrecarga y mayor ansiedad. A continuación, se presenta un intercambio entre la investigadora y la P-1F que fue categorizado como el *estilo de apego ansioso* (Categoría B.3), y que a la vez ilustra los conflictos en torno a la salud física del P-2M que estimulan el *patrón de interacción perseguir-retirar* (Categoría C.6).

Fragmento 17

Investigadora: ...El que él no se cuida a ti te hace sentir ansiosa, preocupada.

P-1F: Eso a mí me afecta.

Investigadora: Y te afecta. El pensar el que le podría pasar algo, pensar en que lo podrías perder.

P-1F: Sí, y la forma en que me he dado cuenta es que, cuando estamos en el hospital, yo bloqueo.

Según presentado a través de este fragmento, la sobrecarga de la P-1F también está anclada a un intenso miedo ante la posibilidad de perder a su pareja lo que -desde los lentes de la teoría de apego- es realmente el factor subyacente o la raíz de los constantes conflictos en torno a la salud física del P-2M. Esto viene acompañado de una oleada de emociones y cogniciones relacionadas al abandono, la pérdida y la impotencia que la entrevistada comenzó a atisbar durante la entrevista. Según explicó, esto le produce una respuesta de congelamiento (*freeze*) que cobra una función de autoprotectiva, lo que se manifiesta específicamente cuando enfrentan alguna una crisis de salud del P-2M. Sin embargo, en la cotidianidad, los conflictos típicamente se manifiestan mediante una marcada insistencia, crítica y seguimiento (p. ej., presionar a su pareja para que se tome la pastilla o que complete alguna tarea del hogar), mientras que el P-2M persiste en el distanciamiento emocional e incluso físico (evitación), lo que corresponde al *patrón de interacción perseguir-retirar* (Categoría C.6).

A continuación, se presentan tres verbalizaciones identificadas mediante el análisis de contenido entre jueces y juezas que ilustran claramente este patrón:

Verbalización 46 la P-1F: ... Eh, entonces, a veces yo lo presiono a él, porque hay algo que me preocupa le digo 'chico, pero hay que hacer esto' y la caigo encima, y entonces él, tú sabes, de momento reacciona, y como el reacciona así, entonces yo me siento ofendida, y, pero él, hace algo muy bueno, que es que él se retira.

Verbalización 47 del P-2M: ‘Yo cuando, cuando hay conflicto, yo lo que hago es que me, me alejo un momento, porque no tiene sentido.’

Verbalización 48 de la P-1F: Sí, sí, sí, sí. Sí, como queriendo resolverlo en el momento, ahí a primera instancia, ‘pero por qué me dijiste eso’, o sea, quiero ¡ya!, pero no él, él, y eso he aprendido de él, pues que me ha enseñado a que hay que esperar a veces, y tomar un tipo de, de aire y regresar, uno más fresco, y entonces dialogar. Es que me cuesta.

En la siguiente sesión se presentarán algunas metáforas que permiten ilustrar claramente la experiencia emocional de los integrantes de la D-01 en el contexto de la relación.

D-01: Metáforas alusivas a los procesos de apego

Aunque en este trabajo investigativo no estuvo dirigido a la realización de intervenciones, desde la perspectiva sistémica, la convocatoria a que cada miembro de la díada elaborara imágenes acerca de su experiencia en la relación es un potente modo para evocar emociones y generar cambios a nivel intrapersonal e interpersonal (Kopp, 2013). Esto se debe a que aspectos tales como los conflictos pueden ser expresados y comprendidos en una forma más creativa representando la experiencia -propia o del otro- en forma mucho más dinámica; lo que puede evocar otras movidas en el sistema. Según Kopp (2013) una metáfora puede utilizarse para lograr variedad de objetivos tales como el describir o representar la experiencia interna, la interacción entre miembros de un sistema, o la interacción ocurrente alrededor del sistema. En este caso, la pregunta iba dirigida a explorar la danza o el patrón de interacción entre las díadas, lo que produjo respuestas en distintos niveles. A continuación, se presenta el fragmento de entrevista en pareja en la que la P-1F elaboró una metáfora para describir la forma en que se relaciona con su pareja:

Fragmento 18

P-1F: Es, es como flotar en el mar, no en un río, en el mar, porque, eh, me siento bien, pero no sé qué va a venir. Eh, esta cuestión im, de lo impredecible, de, de que estoy aquí, me siento bien a gusto flotando, pero tengo que estar alerta, eh, eh, porque si no, me, me puedo hundir, eh, eh, o sea, si no, hago lo que, no sé, como si no hago lo que tengo que hacer, eh, eh, si no cuida, eh, eh, la relación o, es, es eso. Me siento bien, súper tranquila, pero alerta de cuidar que no (*hace gesto con ruido*), me vaya pa' dentro.

Investigadora: Estas fluyendo, pero no, no desconectada de todo lo que está pasando alrededor.

P-1F: Exacto.

Investigadora: Estas ahí fluyendo, pero pendiente.

P-1F: Exacto.

Investigadora: Okay. Y, y cuando piensas en la relación, eso mismo es lo que sientes, ¿así lo sientes?

P-1F: Sí.

P-2M: Es una imagen poderosa.

Investigadora: Mjm, mjm. También por todo lo expansivo del...

P-1F: Sí, sí del futuro del, de, sabes, me siento bien a gusto, pero ¿qué puede venir? de momento un golpe súbito, este, eh.

P-2M: Un tsunami.

P-1F: En el futuro voy a estar o él no va a estar, o, o tú sabes, muchas cosas que pueden pasar.

Investigadora: Ese mar abierto de posibilidades.

P-1F: Exacto.

Investigadora: Pero aun así, puedes descansar.

P-1F: Exacto.

Investigadora: Estas ahí, relajada, fluyendo.

P-1F: Mjm, sí. Yo me lo imagino así, como un agua bien, bien cristalina. Ah, que no me preocupa lo que haya en el fondo, tú sabes, pero, como, no me da miedo ese mar, pero, estoy pendiente porque no me quiero hundir.

En el fragmento anterior se observa el modo en que la investigadora enfatizó en las interpretaciones dirigidas a profundizar en la experiencia interna de la entrevistada, mientras el P-2M complementó añadiendo otras imágenes con significados acerca de lo que ocurre en el sistema. En este caso, la entrevistada reflejó en su imagen cierta calma y seguridad, lo que fue representado mediante la imagen de ella misma flotando y fluyendo en un agua cristalina. Simultáneamente incluyó el elemento del hundimiento en la inmensidad del mar, y le acompañó de emociones tales como el miedo, la imprevisibilidad y la incertidumbre. Según se ha destacado en secciones previas, con esta metáfora la entrevistada prácticamente dibujó sobre un lienzo la ansiedad que le produce la posibilidad de perder a su pareja, lo que claramente es un elemento le haría sentir emocionalmente abrumada y totalmente insegura. Esto fue comprendido por los jueces y juezas como una *metáfora estilo de apego ansioso* (Categoría D. 5.1). Acorde con esto, en otro momento de la entrevista, la participante presentó otra metáfora del conflicto en la que describió que frecuentemente le responde a su pareja ‘como una escopeta’ aludiendo a su reactividad en torno a las tareas o responsabilidades del hogar, lo que también permite dar cuenta de su estilo de apego ansioso.

En el caso del P-2M, este elaboró una imagen que fue categorizada por los jueces y juezas como una metáfora ilustrativa de una evolución hacia un *estilo de apego seguro* (Categoría B.1).

A continuación, se presenta el fragmento de entrevista que ilustra esto:

Fragmento 19

P-2M: ...suena como raro, pero yo, yo lo visualizo como (*pausa*) como estar en, en una librería.

Investigadora: Ajá.

P-2M: Donde hay café, y, y en un sitio en donde yo me puedo sentar, a leer, a tomarme un cafecito, lloviendo, y estoy tranquilo, como tranquilidad. Estoy en el lugar que quiero estar y estoy tranquilo. Eso, eso sería como, como la, la idea, la imagen digamos.

Investigadora: Y en esa imagen, lo que usted siente cuando la piensa es tranquilidad, comodidad.

P-2M: Más que tranquilidad, es como es, estoy en un lugar en el que quiero estar, rodeado de las cosas que siempre me, me, me han gustado, verdad, libros, café, la lluvia, que pa' mí eso es lo más grande, yo soy, esa es mi religión.

P-1F: A él le encanta, a mí no.

P-2M: (*Ríe*)

Investigadora: (*Ríe*)

P-2M: Sí, pero es, tiene que ver también con eso, con estar en el lugar que quiero estar, pero tranquilo. No hay, no me siento ansioso. Estoy en el paraíso, aquí, este, este es el lugar en el que quiero estar.

P-1F: Guau (*Ríe*).

P-2M: No Café Paraíso.

P-1F: No.

P-2M: (*Ríe*).

Investigadora: Guau, de verdad, qué maravilla esa imagen que usted ha traído con esa calidez, de ese, ese escenario, del cafecito y la lluvia, los libros.

P-2M: Los libros.

Investigadora: Que son importantes entre ustedes.

Según presentado en el fragmento previo, el entrevistado elaboró una metáfora en la que predomina la exploración intelectual mediante la lectura como el mecanismo central de regulación emocional. Este destacó emociones tales como la tranquilidad y calma. Al mismo tiempo, incorporó a varios elementos tales como la religión y el paraíso aludiendo a la relación como un espacio de tipo sagrado en el que encuentra paz y plenitud. Se observó que en la construcción de esta metáfora el entrevistado retomó aspectos profundizados en la entrevista individual (donde identificó la lectura como una forma de escape y principal mecanismo de regulación emocional). No obstante, ahora estableció un paralelo entre la lectura y la relación de pareja como ese lugar en el que puede hallar refugio y protección, por lo que este fragmento fue categorizado como una *metáfora de estilo de apego seguro* (Categoría D.11).

La imagen elaborada puede considerarse representativa de un cambio significativo en las orientaciones de apego del entrevistado, quien describió gran inhibición y aislamiento social a lo largo de su desarrollo. No obstante, esta metáfora también permitió reflexionar acerca de la función evitativa que preserva la lectura para el entrevistado, y la forma en que esto puede resurgir en otras instancias de la relación.

Otro aspecto que refleja esta evolución hacia un apego más seguro en el P-2M, lo es su iniciativa para buscar la reconexión con la pareja luego de los conflictos. Desde la perspectiva de

apego, el elemento que escala los ciclos de ansiedad, críticas, reclamos, etc. que manifiesta la P-1F es el pánico primigenio ante la posibilidad de que el vínculo afectivo se pierda, particularmente por la muerte física del P-2M. En este caso, los entrevistados describieron que, tras cada conflicto la pareja logra rápida reconexión siendo el P-2M -identificado con un estilo de apego evitativo- el que realiza las movidas iniciales para lograr la reconciliación. Este aspecto es uno crucial ya que es precisamente la dificultad para reparar y reconectar tras la escalada en los ciclos conflictivos, lo que realmente podría provocar que la pareja prevalezca en movidas de distanciamiento hasta culminar en total desconexión emocional y física (Johnson & Brubacher, 2016). A continuación, se presenta un fragmento de la entrevista que fue categorizado como representativo de la *reconciliación* (Categoría C.5) y que ilustra lo anterior:

Fragmento 20

Investigadora: ¿Cómo usted logra acercarse luego de un conflicto?

P-2M: Bueno, con, me acerco con, con, con (*pausa*). Eh, no sé la palabra.

P-1F: Bueno, me abrazas.

P-2M: Por eso, pero es como. Exacto sí (*pausa*) como, como con humildad qué sé yo, de 'mala mía' (*imitando*).

P-1F: Exacto.

Investigadora: Con humildad.

P-1F: Sí, esa es la actitud de él, bendito siempre.

P-2M: No porque fijate, yo lo que pienso es que como, obvio, yo soy hombre (*ríe*), este, y los, nosotros, o sea los hombres, tienen como esta, todo esta trama en la cabeza, que está como patas arriba, que es como disparatada, ¿no? este, como que, eso me da como, como, tristeza no es la palabra, es como que, que no debería ser así, entonces me, me da como

una, una ansiedad de, de ir y decir, tú sabes, como ir en otra actitud, más, más suave, más bajito, más como que, más, como que, tú sabes, como ir más bajito.

P-1F: Sí, el viene, el viene, y sí diría humildad, es la palabra, él viene me abraza, este, me pide perdón, me dice que me quiere, o sea, todas las cosas que uno quiere escuchar después de una pelea.

Investigadora: Y usualmente, y usualmente ese es como el patrón, es que él es el, el que primero se acerca.

P-1F: Sí, sí, si ¿verdad? Yo he venido también a veces a disculparme, pero han sido.

P-2M: Pocas.

P-1F: Pocas, sí. Es la realidad.

En el fragmento previo se identifica que, tras la escalada en el patrón o la danza (*perseguir-retirar*) es el P-2M quien toma la iniciativa concretando acciones dirigidas a retomar la comunicación y el contacto físico tras el distanciamiento, lo que fue categorizado por los jueces y juezas como parte de la *reconciliación* (Categoría C.5). Interesantemente, aunque en otros aspectos (tales como el cuidado de la salud y la distribución de las tareas del hogar) los entrevistados no identificaron abiertamente la influencia de la socialización de género, el P-2M expresó total reconocimiento de la influencia e impacto de este aspecto en el proceso de reconciliación. Por consiguiente, describió tomar pasos activos para prevenir que esto prolongue la desconexión emocional en la relación. Por tanto, este fragmento de la entrevista también fue categorizado en el análisis como *socialización de género* (Categoría 10.1), pues ilustra claramente la conciencia del P-2M acerca de las creencias sociales predominantes y las expectativas de lo que debe ser o hacer un hombre con sus emociones y con su vida afectiva en pareja.

Según presentado, es precisamente esa conciencia acerca de la socialización tradicional de género, la que propicia la humildad en el P-2M, una de las cualidades más importantes durante el proceso de reconciliación en las relaciones de pareja. Según establecen Wang y colaboradores (2017), la humildad consiste en poseer una visión precisa de uno mismo, incluyendo las limitaciones, lo que estimula actitudes y comportamientos orientados a una mayor empatía, confianza y cooperación, etc. Es precisamente esto lo que permite la atención de aspectos que requieren mayor desarrollo o mejoría en la relación de pareja. Asimismo, la humildad en las relaciones de pareja se ha correlacionado negativamente con la defensividad, lo que facilita que las relaciones de apego puedan fortalecerse mediante la reparación relacional y el perdón (Farrell et al., 2015; Wang et al., 2017). La humildad se considera una virtud relacional pues permite valorar y priorizar al vínculo afectivo interrumpiendo los patrones evitativos para que la reconexión entre la pareja pueda concretarse (Wang et al., 2017).

El fragmento ilustrativo de la reconciliación mediada por la humildad permitió observar que, en la medida que un miembro de la pareja (en este caso el P-2M) demuestra esta cualidad, y reconoce la influencia de la socialización de género sobre su capacidad para abrirse emocionalmente, es que puede accionar. Tal cual quedó actuado en la propia entrevista, esto produce un efecto inmediato en la P-1F, articulándose otra danza y otra narrativa en la que median las palabras y los toques con los que se dejan saber que son importantes el uno para el otro concretándose así la reconciliación.

Con el propósito de facilitar la comprensión en torno a los procesos de apego identificados en la D-01 se incluyen tres diagramas -Figuras 2, 3 y 4- que presentan una síntesis de los hallazgos antes discutidos. Además, se incluye una figura -Figura 5- que resume las metáforas

alusivas a los procesos de apego desarrolladas por los participantes durante la entrevista en pareja.

Figura 2

Día 01: Diagrama de verbalizaciones ilustrativas de modelos internos (MI) de apego en P-1F

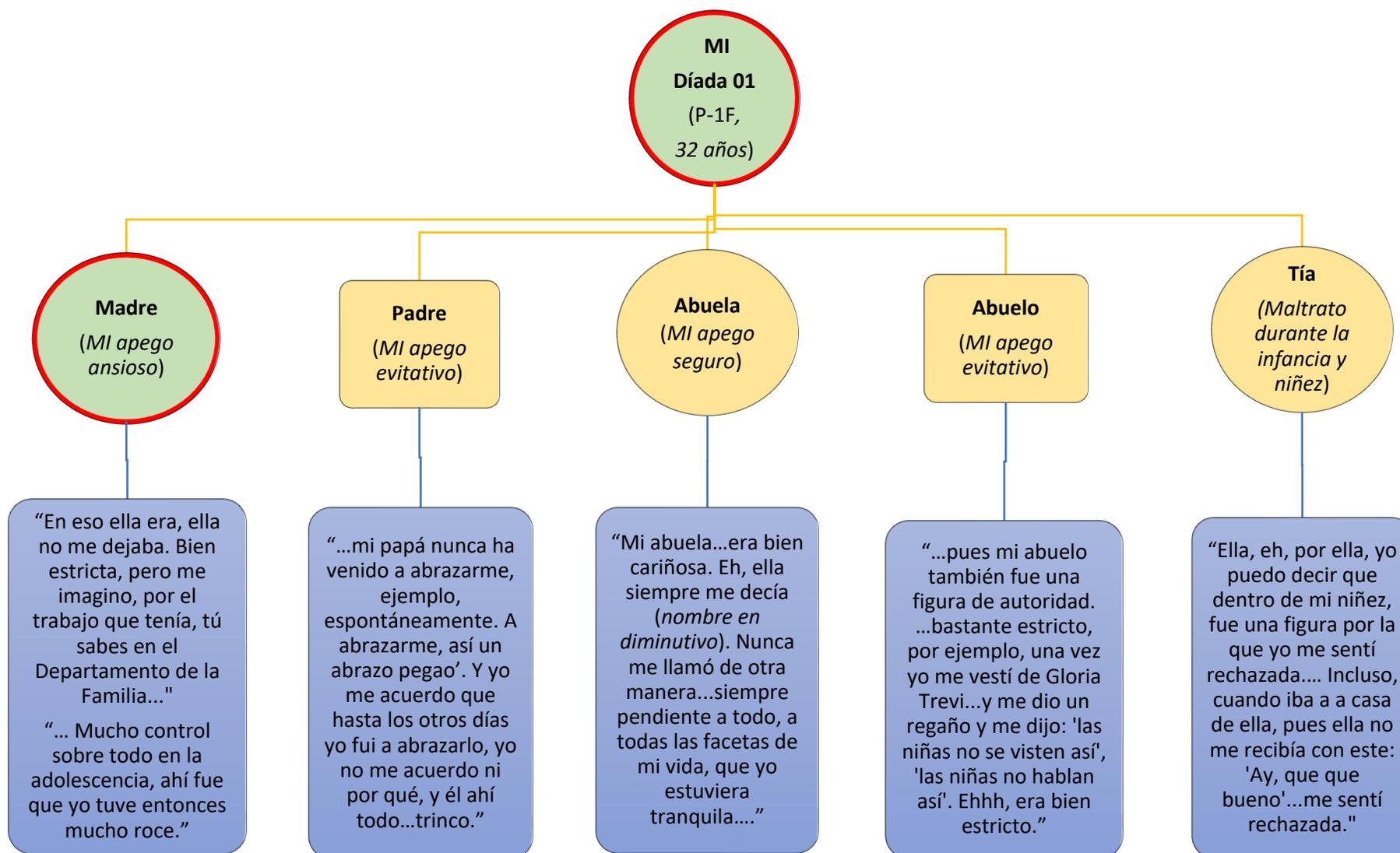


Figura 3

Diada 01: Diagrama de verbalizaciones ilustrativas de modelos internos (MI) de apego en P-2M

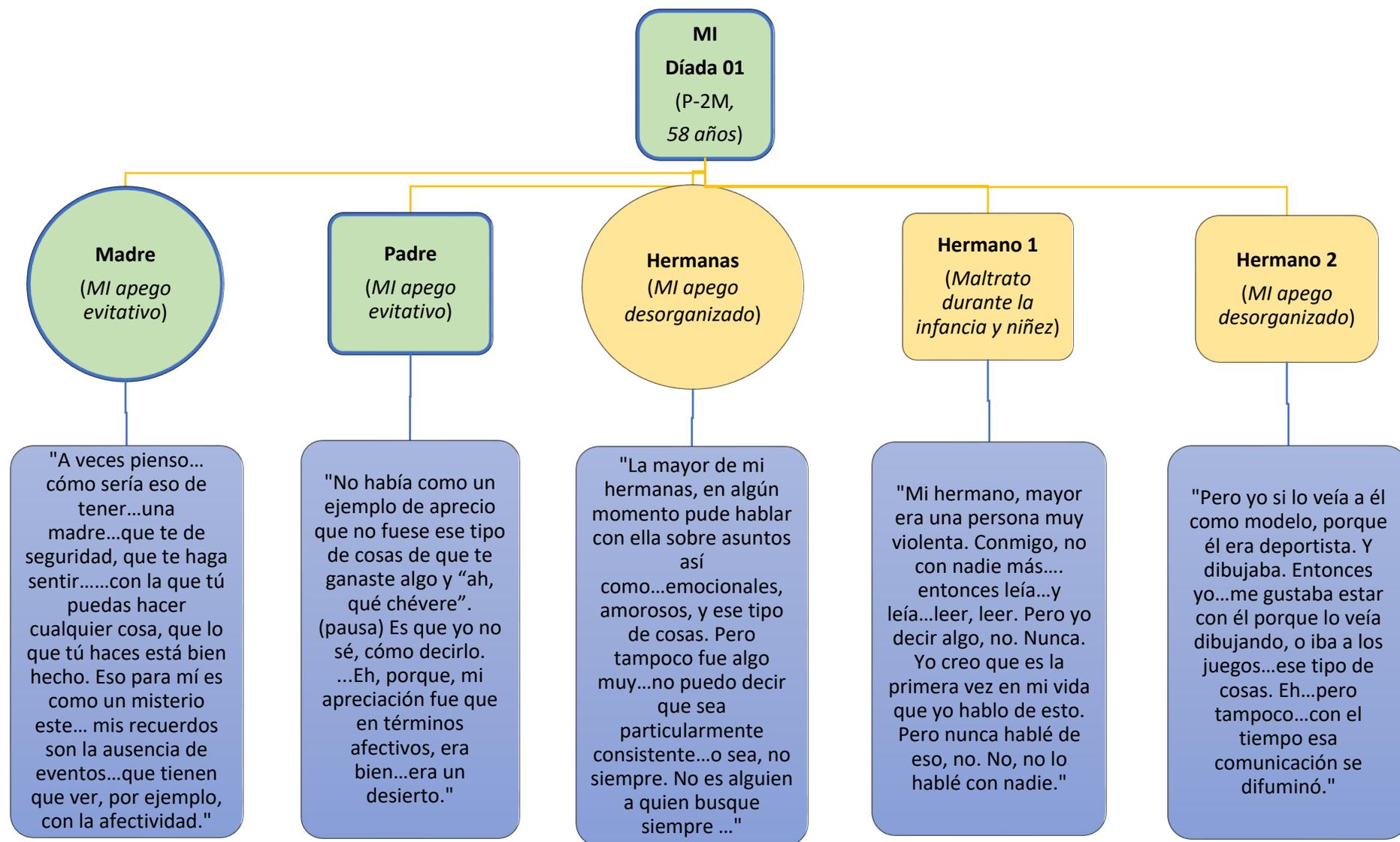


Figura 4

Diada 01: Verbalizaciones ilustrativas de estilos de apego (EA) y patrones de interacción (PI)

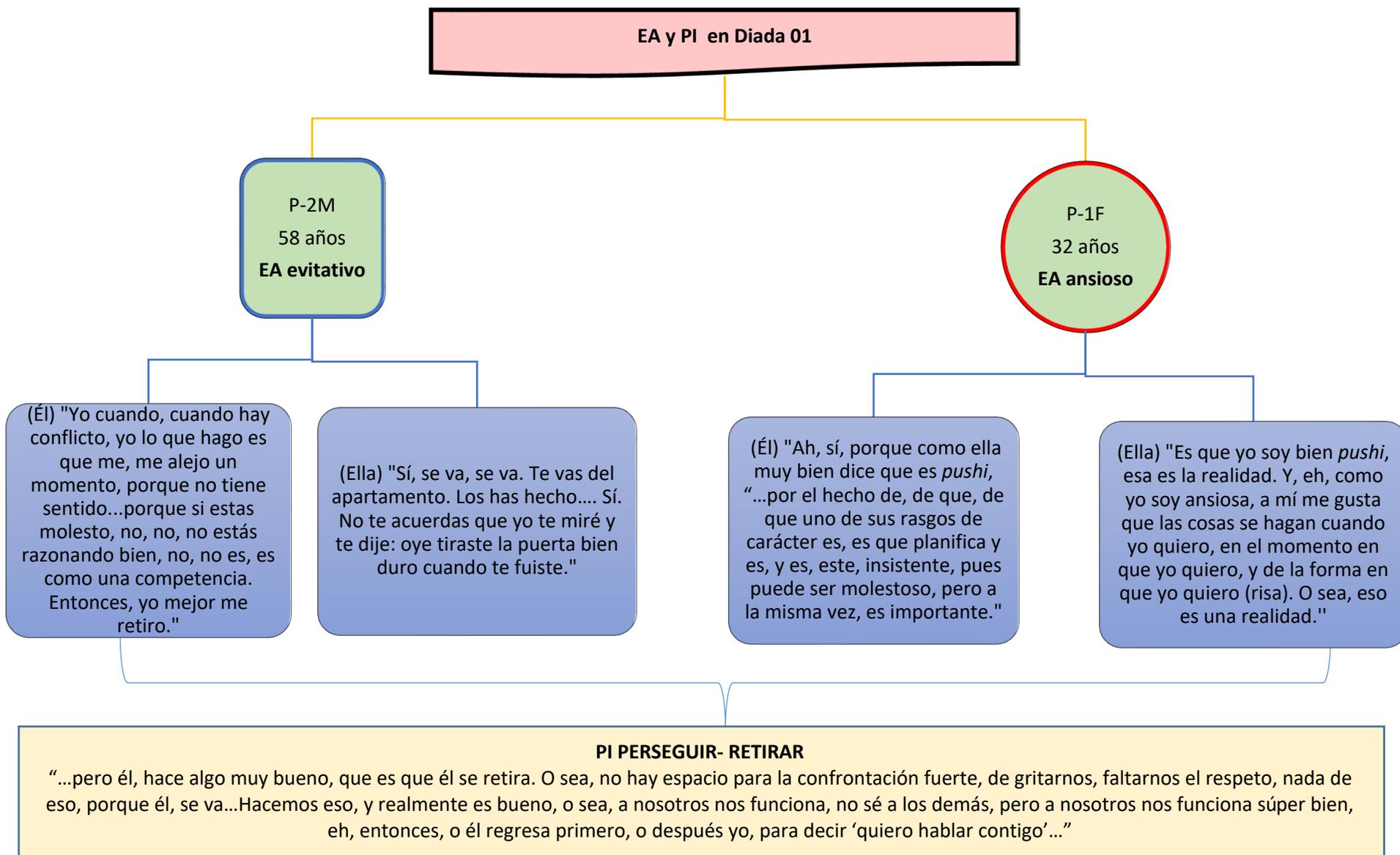
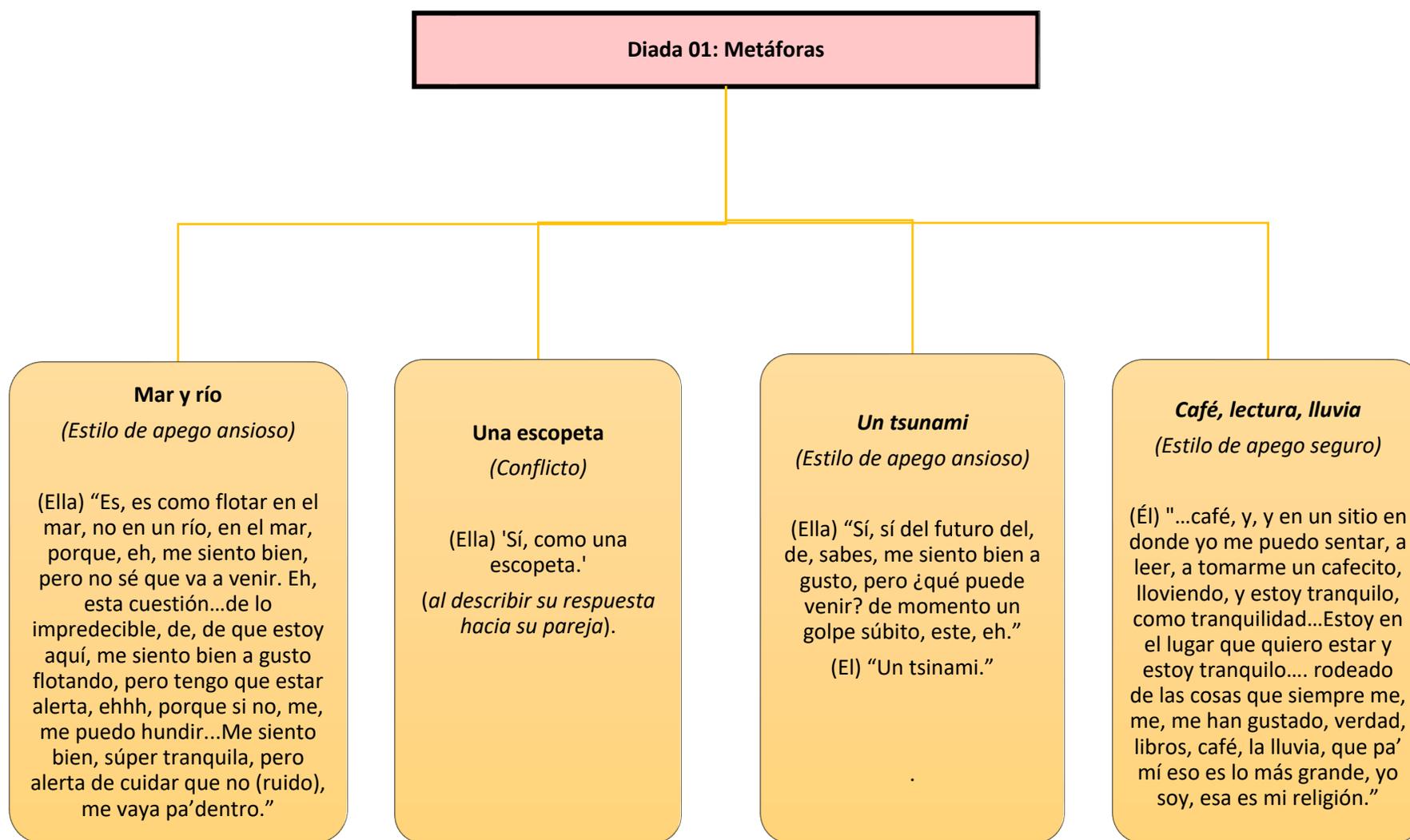


Figura 5

Diada 01: Metáforas alusivas a los procesos de apego



En la secuencia de diagramas presentados, las figuras de apego masculinas fueron identificadas mediante *formas cuadradas* y las femeninas mediante *formas circulares*. La Figura 2 resume los modelos internos de apego con las figuras significativas identificadas mediante el historial de la Participante-1F. Se observó una congruencia del modelo interno de apego instaurado en el vínculo con su madre, donde prevalecieron las narrativas consistentes con un modelo interno de apego ansioso. Esta congruencia fue resaltada mediante las líneas *en color rojo* que destacan el vínculo madre-hija. En la Figura 3 se observa que el Participante-2M reflejó una clara trayectoria hacia un modelo interno de apego evitativo que se fue conformando mediante las interacciones con ambas figuras parentales (madre y padre). Esta consistencia fue resaltada mediante líneas *en color azul* que destacan las díadas padre-hijo y madre-hijo.

La Figura 4 presenta verbalizaciones ilustrativas seleccionadas por los jueces y juezas que confirman la prevalencia de la Participante-1F en el estilo de apego ansioso, y del Participante-2M en el estilo de apego evitativo en la adultez. Además, la Figura 4 incluye una verbalización que ilustra el patrón de interacción o danza (*perseguir-retirar*) que emerge durante los conflictos en la relación de pareja. Finalmente, la Figura 5, presenta las metáforas que los entrevistados utilizaron para representar de manera más creativa su experiencia emocional en la relación de pareja, lo que permitió categorizar los procesos de apego a los que aludieron mediante de la presentación de estas imágenes.

A continuación, se discutirán los resultados de la escala de autoinforme ECR-R para observar las congruencias e incongruencias con los hallazgos del análisis de contenido de las entrevistas de historial de apego.

D-01: Puntuaciones obtenidas en el ECR-R

Los integrantes de la D-01 completaron la versión corta traducida y validada del ECR-R de Zambrano y colaboradores (2009) que evalúa las diferencias individuales con respecto a las orientaciones de ansiedad y evitación en el apego. En el caso de la P-1F, los resultados obtenidos reflejan una ansiedad estimada de 1.77, lo que corresponde a una *ansiedad baja* al compararla con el promedio obtenido en una muestra de adultos casados ($M=3.26$, $SD=1.15$). Asimismo, la participante obtuvo una evitación estimada de 1.08, lo que corresponde a una *evitación baja* al compararla con el promedio obtenido en una muestra de adultos casados ($M=2.86$, $SD=1.26$). Estas puntuaciones fueron cónsonas con el prototipo de *estilo de apego seguro*. No obstante, al compararla consigo misma, se observó que la *ansiedad estimada* fue más alta que la evitación estimada.

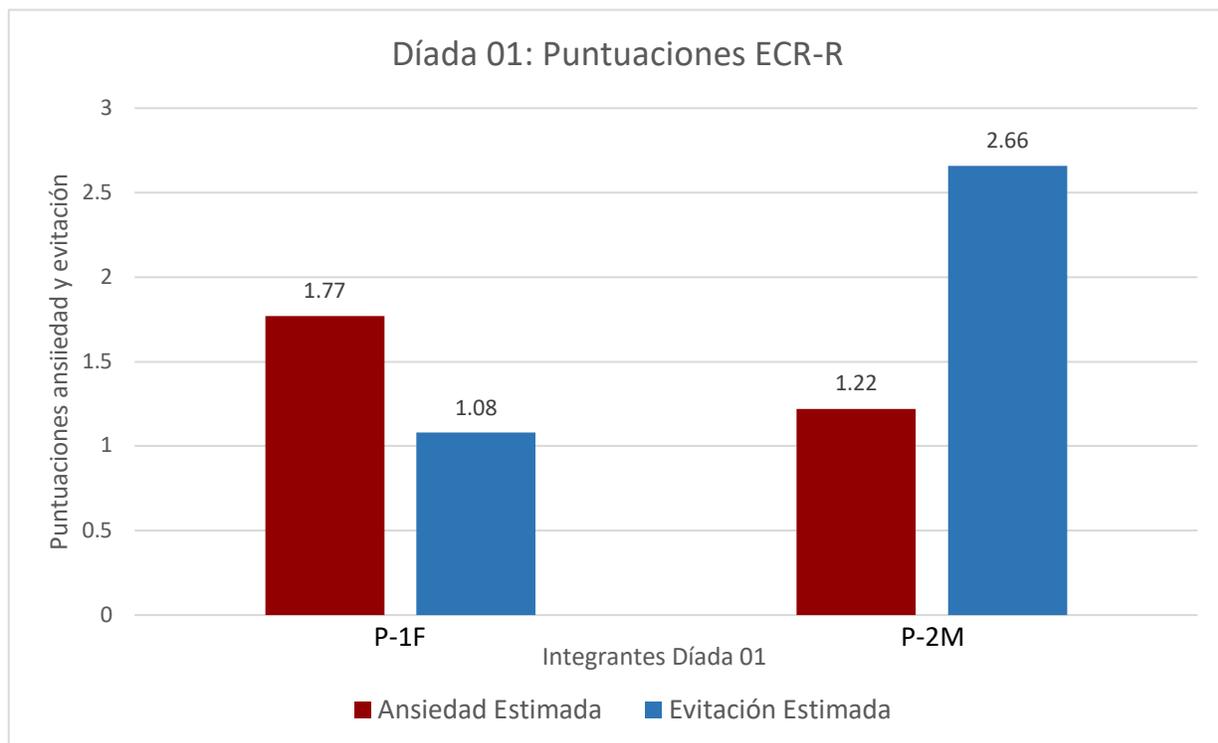
En el caso del P-2M, los resultados obtenidos reflejan una ansiedad estimada de 1.22, lo que corresponde a una *ansiedad baja* al compararle con el promedio obtenido en una muestra de adultos casados ($M=3.26$, $SD=1.15$). Asimismo, el participante obtuvo una evitación estimada de 2.66, lo que corresponde a una *evitación baja* al compararla con el promedio obtenido en una muestra de adultos casados ($M=2.86$, $SD=1.26$). Por consiguiente, estos resultados indican que el P-2M también autoinformó características cónsonas con el prototipo de un *estilo de apego seguro*. No obstante, al compararle consigo mismo, se observó que este obtuvo una puntuación más alta en la escala de *evitación estimada* que en la escala de *ansiedad estimada*.

En resumen, al observar las orientaciones de apego de manera individual (y no en comparación a la muestra), las puntuaciones de las escalas fueron cónsonas con los resultados del análisis de contenido mediante confiabilidad entre jueces y juezas, donde se identificó una narrativa en la que prevalece la ansiedad en la P-1F y la evitación en el P-2M. Se observa una

tendencia en la P-1F hacia el cuadrante de alta ansiedad y baja evitación, lo que corresponde a un *estilo de apego ansioso*. Al mismo tiempo, se observa una marcada tendencia del P-2M hacia el cuadrante de alta evitación y baja ansiedad, lo que corresponde a un *estilo de apego evitativo*. Estas orientaciones fueron resumidas en las Figuras 6 y 7. Debe tenerse en cuenta que, la evitación estimada en el P-2M fue baja en comparación con la media de una muestra de adultos de Estados Unidos. No obstante, este resultado debe tomarse con cautela ya que no existen normas para la población puertorriqueña. Por consiguiente, el patrón observado en las puntuaciones de las escalas del ECR-R -aunque no fue estadísticamente significativo- puede considerarse como confirmatorio del análisis de contenido donde se determinó que la D-01 conforma uno de los patrones frecuentemente identificados en la literatura: P-1F con *estilo de apego ansioso* y P-2M con un *estilo de apego evitativo*.

Figura 6

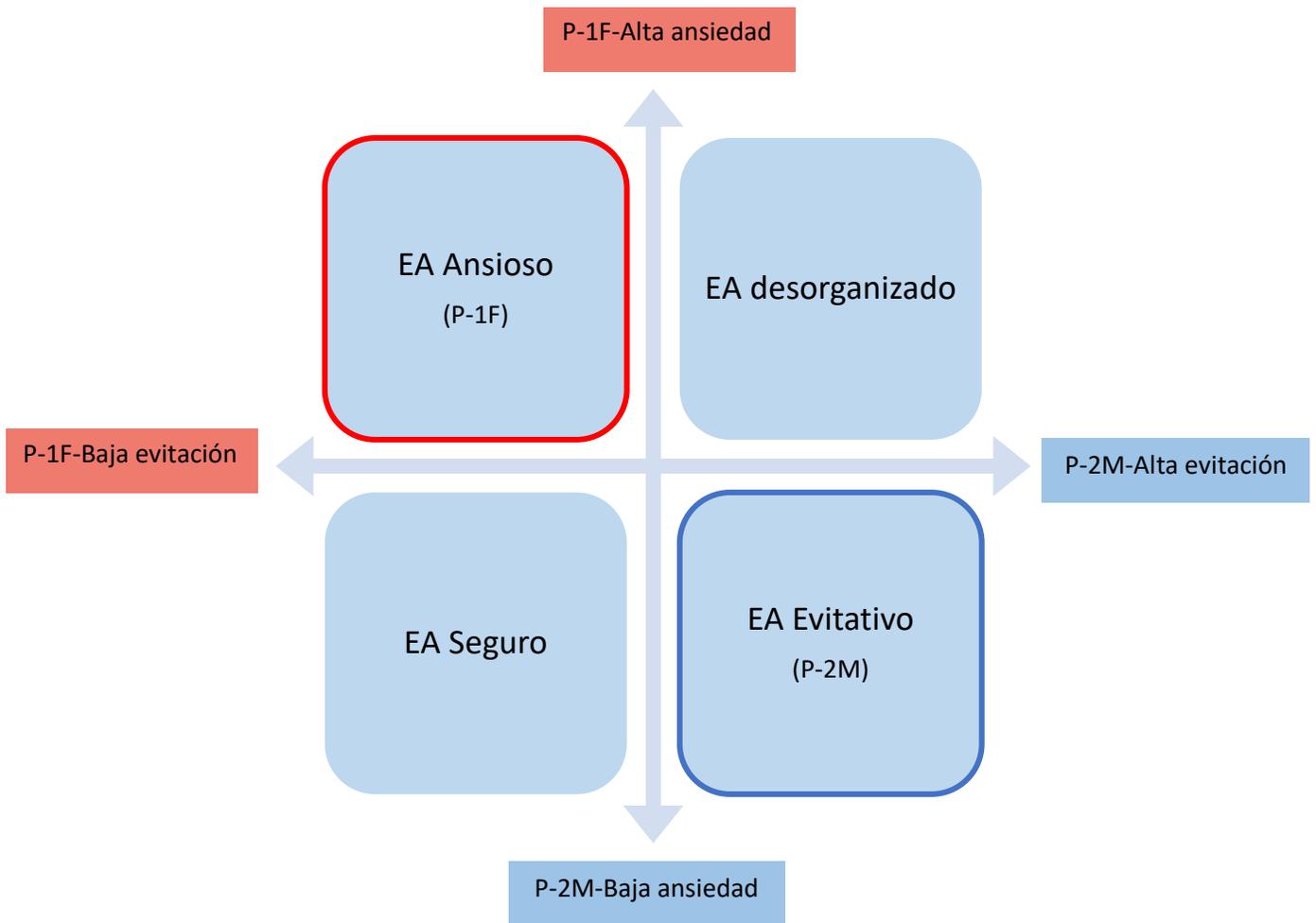
Díada 01: Ansiedad y evitación estimadas



Se observa en la Figura 6 que en la D-01 la puntuación obtenida en la escala de ansiedad por la P-1F fue mayor que la obtenida en la escala de evitación, mientras que en el P-2M la puntuación obtenida en la escala de evitación fue mayor que la obtenida en la escala de ansiedad.

Figura 7

Díada 01: Orientaciones de apego según puntuaciones obtenidas en el ECR-R



Se observa en la Figura 7 que la orientación de apego de la P-1F se ubica en el cuadrante de alta ansiedad y baja evitación -enmarcado en color rojo- lo que es cónsono con un *estilo de apego ansioso*; mientras que la orientación de apego del P-2M se ubica en el cuadrante de alta

evitación y baja ansiedad -enmarcado en color azul- lo que es cónsono con un *estilo de apego evitativo*.

A continuación, se presentarán los hallazgos correspondientes al análisis de contenido de las entrevistas de historial de apego -individuales y en pareja- realizadas a los miembros de la segunda pareja o díada.

Díada 02: Datos sociodemográficos

La Díada 02 (D-02) estuvo conformada por una mujer -del género expresado femenino- a quien denominaremos Participante-3 Fémica (P-3F) de 25 años, y por un hombre -del género expresado masculino- a quien denominaremos Participante-4 Masculino (P-4M) de 33 años. Ambos se identificaron como heterosexuales y de etnia puertorriqueña. La P-3F completó un grado académico de bachillerato, trabaja a tiempo parcial y su ingreso anual se encuentra en el rango de los \$5,000 o menos. El P-4M tiene un grado académico de maestría, trabaja a tiempo completo y su ingreso anual se encuentra en el rango de los \$25,001 a los \$40,000. Ambos cuentan con las protecciones de seguro de salud. La pareja indicó residir en una zona urbana y están próximos a cumplir cuatro años de relación en convivencia activa y presencial.

D-02: Modelos internos de apego

D-02: Modelos internos de apego con figuras parentales y otros cuidadores de P-3F.

En el caso de la P-3F de la D-02, las verbalizaciones ilustrativas permitieron identificar que las figuras de apego presentes durante su proceso de crianza fueron las siguientes: 1) su hermana gemela, 2) la madre, 3) el padre y 4) un tío materno. Este último fungió como el padre adoptivo de su madre en el sistema familiar, por lo que fue reconocido por la entrevistada como su abuelo materno. Al explorar el nivel de cercanía y la calidad de los diversos vínculos afectivos, la entrevistada detalló haber sido más cercana a su hermana gemela, siendo esta la persona a la que

recurría constantemente para recibir afecto, clarificar sus dudas e inquietudes durante su niñez y a lo largo de su desarrollo. Al profundizar en este aspecto, la participante enfatizó que, aunque su madre estuvo presente en todos los aspectos de su crianza, le percibió como emocionalmente inestable e inmersa en los conflictos de pareja. Por tanto, las narrativas en torno a las figuras de apego más cercanas reflejan que esta experimentó mayor apoyo, apertura, confianza y cercanía en la relación con su hermana gemela. Acorde con esto, la Categoría A.1, correspondiente al *modelo interno de apego seguro* fue la predominante en el análisis de las narrativas presentadas en torno a su hermana gemela. A continuación, se presenta un fragmento de entrevista, que incluye verbalizaciones ilustrativas de la calidad del vínculo con su hermana gemela. Las verbalizaciones realizadas por la Participante-3 Fémica también fueron identificadas bajo el pseudónimo de “P-3F” en los fragmentos de las entrevistas.

Fragmento 1

Investigadora: ...Durante tu infancia y niñez ¿a quién te consideras eras más cercana?

P-3F: A mi hermana.

Investigadora: A tu hermana gemela.

P-3F: Sí, toda la vida. Sigue así.

Investigadora: Okay. O sea, que, si tú tenías una duda de algo, si tenías una inquietud, si te sentías preocupada por algo, a quien tú recurrías.

P-3F: (*Interrumpe*) Siempre, a ella.

Investigadora: ¿Y eso fue así siempre, o en algún momento eso fue diferente?

P-3F: Pues, este, creo que el vínculo siempre fue fuerte, pero, pues ella, cuando fuimos, cuando comenzamos la universidad ella se fue para Mayagüez, yo me quedé aquí en Río Piedras, este lo cual nos obligó a separarnos un poco y la dinámica cambió bastante. Y ahí

fue que establecimos por fin nuestras diferencias, porque toda la vida estudiamos en el mismo salón, en una escuela bien pequeña, mismo salón, compartimos el mismo cuarto hasta los diecisiete años. Ah, no teníamos una noción de, de nuestra individualidad, mentalidad.

Investigadora: Son gemelas.

P-3F: Gemelas idénticas.

Investigadora: Gemelas idénticas también.

P-3F: Idénticas, y eso se reforzó mucho en mi casa. El hecho de que, si éramos gemelas, teníamos que tener ese vínculo, teníamos que este... Así que eso también fue reforzado mucho en mi casa, este. Y en todos los lugares, nosotros nos veíamos más como gemelas que como personas individuales.

La narrativa presentada por la participante reafirma los planteamientos de Ainsworth (1991), quien -como resultado de múltiples investigaciones- planteó que la inaccesibilidad de las figuras de apego parentales puede favorecer el que se recurra a los hermanos en busca de seguridad, consuelo y apoyo. Asimismo, esta destacó que el apego entre hermanos puede facilitarse por vía de las interacciones lúdicas y otras experiencias compartidas que generan confianza y bienestar. Esto puede propiciar que la relación entre hermanos paulatinamente pueda instaurarse como un apego suplementario al parental. De hecho, esto fue validado a través la replicación de los estudios de “La situación extraña” en los que se observó a hermanos y hermanas demostrar confianza mutua, apoyo y reciprocidad desde sus edades preescolares (Ainsworth, 1991).

Habiendo descrito las condiciones para el desarrollo de esta relación de apego con la hermana gemela, se presentarán algunas verbalizaciones que ilustran la calidad del apego en la díada madre-hija:

Verbalización 1 de la P-3F: ...Dos palabras que yo veo siempre, que yo asocio siempre con mi mamá, es la sobreprotección y el, el apego, mi mamá es bien apegada a nosotras, extremadamente apegada, y ella se proyecta mucho en nosotras, y creo que fue que, ella pasó una niñez bien horrible. Este, ella fue adoptada. Este, luego de pasar años, este, en un entorno familiar sumamente tóxico y maltratante...Ella ya creció con muchas inseguridades, mucho trauma, que no fue atendido, entonces, eh, la crío y la adoptó su tía, la hermana de su papá biológico; la que yo conozco como mi abuela...Lo que veo sí constante en mi mamá fue, eh, el apego y el, el verla en constante sufrimiento, es eso. El apego con nosotras, el verla en constante sufrimiento y como ella, como que es, como que nos tira esa carga de su felicidad a nosotras...

Verbalización 2 de la P-3F: Era bien visible, era bien visible. Eh, mucho enojo y muchas lágrimas. Eh, y especialmente toda esa represalia, todo, de que tenía ira en contra de mi papá, porque también es muy rencorosa con mi papá ...No, no, ella no sabe bien manejar sus emociones era o, súper feliz o demasiado triste. Eh, sigue siendo así, pero creo que lo ha aprendido a manejar un poquito más.

Verbalización 3 de la P-3F: Y ella ha sido bien verbal en 'si a ustedes les pasa algo yo me voy a morir' (*imitando a su madre*). Sabes, ella te dice así...Así ella lo expresa, como que 'ustedes no entienden que si a ustedes les pasa algo, yo no voy a poder seguir viviendo' (*imitando a su madre*).

Según descrito, la inestabilidad emocional del conflicto entre sus figuras parentales se conjugó con otros aspectos del historial de apego de la madre, lo que fue nombrado como ‘trauma’ por la propia entrevistada. Todo esto fue derivando en una relación de apego materno en la que predominó el miedo, la ansiedad y sobreprotección propiciada por la hiperactivación de los procesos de apego. Simultáneamente, la entrevistada detalló que su figura de apego materna presentó conductas erráticas donde se mostraba distante e incapaz de regularse emocionalmente. Por consiguiente, la categoría predominante al analizar las narrativas en la díada madre-hija fue la A.4, correspondiente al *modelo interno de apego desorganizado*. Se observó que las narrativas en torno a la vinculación con esta figura materna reflejan patrones complejos y contradictorios donde había variabilidad en la disposición emocional de esta, lo que fue cónsono con este estilo de apego (Daniel, 2015). Asimismo, la entrevistada explicó que percibió a su madre como incapaz de proporcionarle suficiente seguridad en situaciones que le provocaban ansiedad, a la vez que se mostraba demasiado abrumada y desamparada como para ser su base segura (Daniel, 2015).

Por otro lado, el análisis realizado permitió captar que, en la medida que la madre permanecía emocionalmente inaccesible o inmersa en los conflictos del sub-sistema parental, más se solidificaba el vínculo con su hermana gemela. Todo esto produjo mayor integración en el sub-sistema fraternal creándose así una relación que posteriormente consideró como fusionada (ver Fragmento 1). La participante detalló además que las similitudes y la fusión con su hermana gemela fueron estimuladas por sus propios padres.

Desde la perspectiva de apego, los patrones interaccionales antes descritos han sido señalados en investigaciones previas donde se incluye la teoría de relaciones objetales aludiendo a ese momento evolutivo en que el infante comienza a relacionar el yo con objetos externos

(Tancredy, 2004). Tancredy (2004) plantea que, en la medida que la relación de apego con un hermano gemelo se vuelve más reconfortante y tranquilizadora, puede transformarse en un ‘sustituto auto-creado del entorno materno’ transfiriendo esa relación objetal de la madre al hermano o hermana. Por tanto, en la medida que la díada entre gemelos se afianza más, las madres tienden a distanciarse. Sin embargo (tal y como se refleja en el Fragmento 1) esto puede derivar otras consecuencias ya que el proceso de diferenciación y desarrollo de identidad propia puede verse afectado, pues la integración entre la díada limita las diferencias entre el yo y el objeto (en este caso la hermana) (Tancredy, 2004). En el caso de la entrevistada, este conflicto se observó marcadamente durante el ingreso a la vida académica universitaria donde se concretó la primera separación física prolongada de su hermana gemela. Fue en este periodo de su vida que detalló haber comenzado a concebirse como una persona separada de esta figura de apego fraternal. A pesar de lo anterior, durante el primer tiempo de vida (infancia y niñez) las narrativas emergentes confirman la presencia de un *modelo interno de apego seguro* (Categoría A.1) en el vínculo en vínculo con su hermana.

En el caso de la díada padre-hija, el análisis de contenido permitió identificar que la categoría predominante al evaluar las narrativas concernientes a este vínculo afectivo fue la correspondiente al *modelo interno de apego evitativo* (Categoría A.2). Según detalló la P-3F, las interacciones con su figura parental se caracterizaron por una marcada inhibición y contención emocional, así como por la ausencia de respuestas claras de seguridad y protección. Al mismo tiempo, se observaron patrones interaccionales enmarcados en aspectos de la *socialización de género* (Categoría D. 10.1) donde se emitían constantes críticas mediante las que se buscaba reforzar las normas socioculturales predominantes de lo que se esperaba de una niña. A continuación, se presentan algunas verbalizaciones ilustrativas de estas dos categorías:

Verbalización 4 de la P-3F: Todavía me acuerdo de un momento en el que yo estaba saliendo de la piscina, yo era bien niña... Fue la primera vez que yo me había puesto un traje de baño de dos piezas, y tal vez fue la primera vez que él me vio como una, como una nena más grande...Y yo estaba como que bien insegura porque como que ‘¿qué él me quiere ver?’ Y como que me dijo: ‘ya estás grande’, ‘ya estás grande’ (*pausa*) pero como sexualizándome...Como una niña, eso fue como, eso siempre me marcó, y, y, y él siempre fue así, él siempre ha sido bien frío, bien crítico. Así, lo veo, esa es tal vez una instancia que lo representa para mí.

Verbalización 5 de la P-3F: ... Esa relación de, de hombre conservador en un *household* de mu, mujeres, que todas son tan así, mucho más, muchísimo más liberales que él, pero, siempre fue él, él nos vio desde esa óptica, desde una óptica bien conservadora, como nos, como cada vez que nos veía enseñar, y haciendo esto era pues ‘tápate’, o ‘no me gusta esto’ o, ‘te van a ver de cierta manera’, o ‘por qué no eres así’.

Verbalización 6 de la P-3F: Tú le decías ‘te amo’ a mi papá y era como que ‘okay’ (*ríe*), ‘okay, está bien’. Él como que no podía, no podía devolver, este, exacto, ser recíproco, para nada, porque siempre ha tenido problemas con expresar eso. Obviamente el reaccionaba a nuestro afecto, que siempre fue un montón, porque nosotras éramos locas con nuestro papá. Todavía yo soy loca con mi papá, pero él reaccionaba mucho al, a ese cariño que nosotros le dábamos, pero de él no venía. De él, no, no nada.

Tal cual se presenta en las verbalizaciones previas, las narrativas representativas de las interacciones con el padre incluyeron anécdotas en las que predominaban las críticas y las exigencias de cumplimiento de las normas y creencias sociales predominantes en torno a los

roles género (p. ej., la mujer no debe mostrar el cuerpo), lo que también fue categorizado como una narrativa que refleja aspectos de *socialización de género* (Categoría D.10.1).

Otro ángulo importante en las narrativas en torno a la díada padre-hija, se observó en la conexión entre las orientaciones de apego descritas y las normas socioculturales que establecen que el padre es la base económica segura. Por tanto, al profundizar en el historial de apego con el padre, la entrevistada lo describió como distante y centrado en su rol de proveedor, por lo que comenzó a elaborar temas asociados a la administración del negocio familiar. Este hallazgo no compite con los planteamientos iniciales de Bowlby, quien puntualizó que aspectos sociales tienen el potencial de influenciar los modelos internos de apego por lo que deben tomarse en consideración (Zelekha & Yaakobi, 2020). A la misma vez, la entrevistada reiteró que (al igual que su madre) el conflicto entre la pareja parental limitó significativamente el proceso de vinculación afectiva en la díada padre-hija. A continuación, se presentan algunas verbalizaciones que ilustran lo anterior:

Verbalización 7 de la P-3F: Mis papás son dueños de un negocio, una farmacia de la comunidad, así que siempre tuvimos una niñez cómoda, bien cómoda, no tuvimos que pasar casi ningún tipo de trabajo, fuera de lo académico. Esteee, porque siempre teníamos, siempre había algo que, alguien que nos atendiera todos lo, los quehaceres de la casa, este, nada, bien vivíamos en un entorno súper cómodo, pero con mucho conflicto familiar porque mis papás tenían una relación bien, bien *rocky*, bien, esteee, difícil.

Verbalización 8 de la P-3F: ...yo sé también él [refiriéndose a su padre] carga con la responsabilidad de la casa y, mi mamá lo hace sentir bien culpable de por qué su relación, este, eh, no funciona. Cuando en realidad es responsabilidad de ambos... él carga mucho

con eso, yo sabía que mientras más callado él se ha vuelto, mientras más él se encerraba en su, en su boquete, más de, más deprimido yo sabía que estaba.

Verbalización 9 de la P-3F: Mi papá estaba con otra persona. Este, pero por las obligaciones familiares, pues sintieron la presión de, de seguir juntos, se casaron, por querer cumplir con, con sus papás, con la imagen... Este, y fueron muchas presiones sociales, lo que lo, los, más o menos, los obligaron a, a, a estar en ese matrimonio y ...nunca supieron cómo separarse.

Las verbalizaciones presentadas sugieren que el compromiso social por la preservación de la relación marital entre sus padres acarrió gran insatisfacción para los integrantes del sistema familiar, y a la vez exacerbó la desactivación de los procesos de apego del padre tornándose así en una persona cada vez más evitativa. De hecho, al evocar las memorias primarias con el padre, la entrevistada se refirió a este como “encerrado” y “deprimido”. Lo anterior permitió a la entrevistada reflexionar acerca de las implicaciones que puede tener para el desarrollo afectivo la preservación de un vínculo en pareja en el que predomina la inseguridad y la desconexión emocional. Por consiguiente, parte de estos fragmentos también fueron categorizados como *aspectos culturales* (Categoría D. 10), pues se reitera que la pareja parental prevaleció en su relación en cumplimiento de la norma social que establece que el matrimonio debe sostenerse para siempre, aun cuando no se logre una atención constructiva de los conflictos.

En contraste con los apegos parentales inseguros, la entrevistada identificó un tío materno como otra figura de apego significativa durante su infancia y niñez. Este fungió como figura sustitutiva del abuelo biológico, quien -según detalló- cortó lazos afectivos con el sistema familiar. De la entrevista se desprende que este tío demostró afecto, apoyo y validación acogiéndole como una nieta. Por tanto, las verbalizaciones predominantes en torno a esta figura

de apego fueron cónsonas con un *modelo interno de apego seguro* (Categoría A.1). Sin embargo, durante sus años de escuela intermedia, la entrevistada se enfrentó al fallecimiento de este, lo que tuvo serias implicaciones para su desarrollo emocional. A continuación, se presentan algunas verbalizaciones que ilustran la calidad de este vínculo y el proceso emocional derivado de esta pérdida física de esta figura de apego:

Fragmento 2

P-3F: Sí, todas, todas las (*pausa*) todas pudimos disfrutar mucho a mi abuelo.

Investigadora: ¿Y esa una relación cercana contigo?

P-3F: Sí, bien cercana, bien cercana. Sí, y fue pues, tal vez, la única que conocimos de abuelo, porque mi abuelo de parte de padre se fue bien temprano de la casa, una persona bien problemática. Así que lo que, sabes, la persona que represen (*pausa*), la otra persona paternal en mi vida pues era mi abuelo, y cuando murió, pues también fue la primera muerte que yo experimenté. Que eso siempre fue como bien, bien duro.

Investigadora: ... ¿Cómo te sentías en, en ese momento con esa pérdida? ¿Puedes regresar a ese momento?

P-3F: Sí, súper. Sumamente afligida, de hecho, fue la, las primeras veces que comencé a tener ataques de pánico, o desmayos por ataques de pánico fue, fue cuando murió mi abuelo... Todavía me acuerdo, todavía me acuerdo, que fue en el momento que yo vi a mi abuelo. ... En el momento llegué a la casa de mi abuelo, después que lo declararan muerto, me acuerdo que, yo llegué a su casa y yo lo primero que hice fue desplomarme... Cuando me levanté tuve un ataque de pánico y yo no sabía lo que me estaba pasando. Fue la primera vez que me, que me ocurrió.

La respuesta de la P-3F de la D-02 al enfrentarse a esta pérdida puede considerarse crucial para el entendimiento de sus modelos internos de apego, pues (como se detalló en la revisión de literatura) gran parte del trabajo conceptual de apego enfatiza en los patrones (cognitivos, conductuales, emocionales) observables durante pérdidas físicas en las etapas tempranas de vida (Bowlby, 1969, 1988). En este caso la entrevistada describió que, tras esta pérdida, surgieron mayores dificultades de regulación emocional, e incluso señaló ese momento de su vida como el inicio de sintomatología cónsona con ataques de pánico. Las narrativas de la entrevistada fueron congruentes con lo propuesto por Bowlby (1969, 1988), y más recientemente por Gürdal y colaboradores (2018), quienes han evidenciado que las pérdidas de las figuras de apego seguro pueden evolucionar hacia síntomas depresivos y otras psicopatologías en la adultez. Esto se debe -en parte- a que el proceso de separación e individualización saludable sólo puede experimentarse en presencia de figuras de apego seguro que participen consistentemente y fase por fase durante el primer tiempo de vida (Gürdal et al., 2018). Por consiguiente, esta pérdida -en medio del panorama afectivo y relacional descrito por la entrevistada- vino a reafirmar su necesidad de ese apego seguro, lo que fue más notable durante el inicio de su vida académica universitaria. A continuación, se incluye un fragmento que ilustra la evolución hacia estados depresivos y ansiosos detallada por la entrevistada:

Fragmento 3

P-3F: ...caí bien, bien en mi depresión. Cuando caí en una depresión súper aguda, pues, cualquier cosa ...era un *trigger*. Sabes, era, o sea, cualquier, problema que yo tenía, estresor, sabes, era una cosa que me lo activaba y tenía una ansiedad constante, ataques de ansiedad, desmayos, siempre, yo no sabía cómo manejar mis emociones, desde ese

entonces, yo supe que yo (*ríe*), no, no, no...Sabía que tenía como un *emotional imbalance*, porque después de ese momento, yo no, yo no, yo no supe bregar.

Investigadora: Y este, este tiempo de, depresión aguda que me describes, ¿más o menos cuándo fue?

P-3F: ...Cuando empecé a sentirlo bien fuerte. ...yo siempre supe que tuve tendencias depresivas, obviamente lo entendí no mucho después en mi adultez temprana, y (*pausa*) pero siempre tuve tendencias depresivas, pero cuando caí bien fuerte fue cuando entré a universidad, cuando estuve sola.

Investigadora: Ahí.

P-3F: Que no tenía ningún tipo de, de *comfort* de o, o algún tipo de, de distractor, ni, ni ese sentimiento de seguridad que me daban mis papás, y mi casa. Cuando vi, cuando esta, cuando de verdad estuve sola, pues ahí fue que. Sabes no estaba mi hermana gemela, pues todas esas cosas, me, me agudizaron la depresión.

Según se ha descrito previamente en este trabajo, la observación de la separación de las figuras de apego durante el ingreso a la vida académica universitaria revela información medular acerca de los procesos de apego. Por ende, se considera una transición análoga a “la situación extraña” presentada en el paradigma de evaluación del apego infantil (Lapsley & Woodbury, 2015). En el caso de la P-3F de la D-02, esta transición representó la separación del entorno físico en el que convivía con sus padres, y la vez esto implicó la separación física de su hermana gemela. Al profundizar en esta experiencia, las narrativas permitieron observar que la entrevistada experimentó sentimientos de soledad, pérdida, desesperanza y frustración, lo que le también detonó estos estados depresivos. A continuación, se presenta una verbalización que ilustra lo anterior:

Verbalización 10 de la P-3F: ...no nos prepararon para nada...lo vi en, en cómo yo atendía mi apartamento, es, estaba súper desatendido, eh, no tenía ningún tipo de, de ru, de, de, no sé, de rutina, ni de organización. Este, y esto me deprimió muchísimo, porque no llegar a un sitio que estaba limpio, entonces, no tener a nadie que me hiciera las cosas, tenía estas, de esta, este *pending feeling* de que yo tenía que atender este su, este lugar sola.... todas esas cosas se, se acumularon, y, y me deprimieron un montón.

Según presentado, fue durante esta negociación de todo ese nuevo entorno físico y social que la entrevistada presentó serias dificultades de ajuste. Esto último, es un aspecto que en la actualidad genera frecuentes conflictos en la relación de pareja actual (lo que se discutirá más adelante). Aparte de esto, la participante reiteró que, tras la separación de sus figuras de apego para iniciar sus estudios universitarios, experimentó gran inseguridad en torno a estos vínculos afectivos primarios, incluida la relación con su hermana gemela. Asimismo, estableció una relación entre la inseguridad experimentada con sus figuras de apego y sus dificultades para establecer relaciones interpersonales, particularmente con figuras masculinas. A continuación, se presentarán algunas verbalizaciones que ilustran este marcado temor en proceso de vinculación afectiva:

Verbalización 11 de la P-3F: Siempre siento que he sido influenciada por alguien, por una necesidad bien impulsiva de complacer a, a la agente. Y eso me hace dudar de todas las relaciones que yo tengo. De todas, absolutamente de todas. Hasta con mi hermana gemela, que es la menos que dudo, pero a veces siento que, que, no sé, que tal vez la estoy abrumando, que tal vez, no sé, que esto...Estoy haciendo cosas por complacerla a ella más que a mí, sí que yo, eso sí que siempre ha...o sea, yo, yo, o sea, eso siempre me ha

dirigido. O sea, la necesidad imperante del de complacer la gente, siempre me ha, ha dirigido toda mi vida.

Verbalización 12 de la P-3F: Aún lo siento porque, mis papás rechazan todas las, todas las decisiones que, que nosotros tomamos que no sean *accurate* o, o, o cómo se dice, este, cómo se dice, aceptada por ellos...Se sintió el concepto rechazo cada vez que teníamos alguna idea sobre nuestra vida, lo que queríamos hacer, de hecho, yo, yo empecé la universidad, este, haciendo algo que no quería hacer porque mis papás querían que lo hiciera. Lo, lo típico que hace un, un joven cuando no sabe qué hacer con su vida y tienen esa presión constante de sus papás pues de afuera, así fueron, y, y, no apoyaron mucho nuestros talentos...

Verbalización 13 de la P-3F: Yo siempre, yo siempre tengo, siempre, eh, presumo que todos los hombres que yo conozco son machistas, que todos van a tener algún tipo de, de, de conservadurismo que, que va a atentar con mi libertad y mi dignidad. Eso, eso yo siempre pongo eso por encima, o sea, sabes, yo siempre presumo que todos los hombres siempre son así.

A la luz del historial de apego en la infancia antes resumido, fue posible seguir el tracto de las relaciones de apego en la infancia hasta la adultez emergente. Asimismo, fue posible examinar la forma en que la P-3F ha respondido a distintas pérdidas y separaciones en las que evocó los modelos internos de apego inseguro. Por tanto, el análisis permitió concluir que las narrativas reflejan indicadores cónsonos con un *modelo interno de apego desorganizado* (Categoría A.4) donde prevalece el miedo a sus figuras de apego y se presentan simultáneamente indicadores de ansiedad y evitación (Rholes et al., 2016). Sin embargo, las narrativas reflejan una tendencia a una hiperactivación de los procesos de apego prevaleciendo

mayor la ansiedad (aunque se manifiestan ambas orientaciones de ansiedad y evitación de manera contundente). El panorama afectivo de la entrevistada fue congruente con lo planteado en investigaciones sobre apegos inseguros donde se explica que el cuadro de alta ansiedad y alta evitación frecuentemente se combina con niveles más bajos en las de satisfacción con el apoyo social y más altos de depresión (Dagnino et al., 2017). Es decir, que -tal cual propuso Bowlby (1988)- toda esta desorganización observada en la P-3F parece incluir indicadores cónsonos con el desarrollo de una psicopatología depresiva. Esto último se observará en detalle cuando se describan las interacciones en la relación de pareja.

En la siguiente sección se discutirá el historial de apego en la infancia correspondiente al P-4M de la D-02.

D-02: Modelos internos de apego con figuras parentales y otros cuidadores de P-4M.

En el caso del P-4M, las verbalizaciones ilustrativas permitieron identificar que las figuras de apego presentes durante su proceso de crianza fueron las siguientes: 1) el padre, 2) la madre, 3) la abuela paterna 4) los primos. Al explorar el nivel de cercanía y la calidad de los diversos vínculos afectivos, el entrevistado detalló haber sido más cercano a su padre. Aunque reiteró mantener una relación bastante cercana ambos padres, estableció una distinción entre la figura materna como la encargada de la disciplina y el padre como la figura de apego que demostraba mayor comunicación afectiva (verbal y física). Del análisis se desprende que las interacciones con ambos padres estuvieron basadas en la aceptación, la confianza y el apoyo en momentos ordinarios y extraordinarios. Por consiguiente, al concluir el análisis la categoría predominante para describir la calidad del apego con ambas figuras parentales fue la A.1 correspondiente al *modelo interno de apego seguro*. A continuación, se incluye un fragmento de entrevista que ilustra claramente la calidad del apego con el padre:

Fragmento 4

P-4M: Papi me llevo al cine metro a ver *Jurassic Park*. Eso fue un verano...para mí fue bien impresionante por los efectos especiales y eso, y yo decía como que ‘¡diantre como que está!’... Y yo era pequeñito, y yo me acuerdo que, papi me llevó y yo quedé tan en *shock*, que papi me dijo ‘¿te quieres quedar a verla otra vez?’ ¡Y se quedó a doble tanda conmigo y la vio otra vez conmigo! (*ríe*).

Investigadora: ¡Dos veces la vieron!

P-4M: Y no tan solo eso, la semana después, me llevó otra vez, y lo hicimos, dos tandas corridas otra vez a verla de lo mucho que a me había impactado esa película, y se quedó conmigo y la vio las cuatro veces.

Investigadora: ¡Cuatro veces! (*ríe*)

P-4M: (*Ríe*) Sí, sí, pero es una memoria que tengo de él, de papi estar conmigo todo el día en el cine, como que viendo esa película y los dos disfrutándolo un montón.

Según presentado por el P-4M, las verbalizaciones representativas de la relación de apego paterno destacan el tiempo de calidad y de conexión mediante el disfrute de intereses y experiencias que reforzaron el sentido de unidad en la díada padre-hijo. Esto también se reflejó al presentar las anécdotas representativas de la relación madre-hijo. Tal cual se observó en el Fragmento 4, el entrevistado evocó memorias que le produjeron emociones de alegría, disfrute y satisfacción en el proceso de vinculación afectiva con ella. A continuación, se incluye un fragmento representativo de la calidad del apego en la díada madre-hijo:

Verbalización 13 del P-4M: Yo vengo de una familia que no éramos pobres, pero éramos como que clase media. Y yo estudiaba en escuelas privadas, porque mis papás se sacrificaban mucho para que yo estudiara en una escuela buena, porque hay escuelas

privadas que había gente con mucho más dinero que nosotros, que iban to' tiempo a Disney, y yo no podía. Y yo me acuerdo que, yo le decía a mis papás que yo no entendía por qué yo no podía ir, porque todas estas personas con estas historias. Y, yo le decía '¿pero por qué?', y, y yo pensaba que yo nunca iba a poder ir a Disney. Esa prima de la que hemos hablado...a Ella le ofrecieron un viaje para Disney a Orlando a tocar flauta en algo...mami y yo fuimos con ella y mi tía, y esa fue la primera vez que fui a Disney. Y me acuerdo que fue bien mágico, como que mami fue conmigo, se montó en todo conmigo, me dijo que '¡viste como que yo te había dicho que esto se iba a dar!', y eso es una memoria bien linda que yo tengo con ella.

Aparte de esto, a través del historial de apego en la infancia se exploraron las narrativas emergentes durante experiencias de separación, situaciones extrañas y momentos críticos. De esta forma también fue posible conocer el apoyo mutuo articulado entre las díadas padre-hijo, madre-hijo. Se identificaron los siguientes tres momentos que permitieron confirmar la existencia del *modelo interno de apego seguro* (Categoría A.1): 1) separación durante el inicio de la vida escolar, 2) una pérdida de una mascota y 3) separación por motivo de estudios universitarios. A continuación, se presentarán dos verbalizaciones ilustrativas de estos primeros dos momentos de separación:

Verbalización 14 del P-4M. ...cuando yo tenía como cuatro años en el Pre-kínder que papi me dejó...yo miré a papi así, un poco triste y preocupado y le dije, le pregunté que si iba a regresar. Como que, cuando él me dejó en la escuela, yo le pregunté: '¿tú vas a regresar?', y como que él me dijo que 'seguro', que él iba a regresar y que me iba a recoger por la tarde, y que, pues yo, pues me tranquilicé y pues me fui (*ríe*).

Verbalización 15 del P-4M: El conejo se llamaba Lobito (*carcajadas*)...tú sabes que a mí me tomó mucho tiempo darme cuenta de lo irónico que era eso... Aho, yo estaba súper triste, yo lloré un montón, yo adoraba ese conejo, porque a mí siempre me han encantado los animales... papi fue el que me recibió, es que papi era el que, creo que papi fue el que me llevó a casa...fue el que recibió como que, vio la situación conmigo, y mamita no estaba, so' como que, pues papi fue quien estuvo ahí conmigo.

Estas verbalizaciones permiten confirmar que el entrevistado recibió señales conductuales y emocionales que le permitieron entender que sus figuras de apego estaban accesibles y disponibles, aunque ocurrieran separaciones físicas momentáneas. Esta accesibilidad también prevaleció durante los momentos críticos de pérdida, en los también recibió apoyo y acompañamiento, lo que claramente alude a un *modelo interno de apego seguro* (Ainsworth et al., 1978).

Por otro lado, al profundizar acerca de estas experiencias de separación en la infancia, el P-4M también aludió a la separación de sus padres para completar sus estudios universitarios en el extranjero. Tal y como se ha destacado durante en el análisis de las entrevistas previas, las narrativas concernientes al proceso de ajuste durante el ingreso a la vida universitaria permiten ilustrar la forma en que el adulto emergente evoca los modelos internos de apego (Lapsley et al., 2000; Lapsley & Woodbury, 2015). En el caso del P-4M, este detalló experiencias que reflejan una clara evolución de un *modelo interno de apego seguro* (Categoría A.1) hacia un *estilo de apego seguro* (predominando la Categoría B.1), lo que también se evidenció en otros momentos críticos (p. ej., una ruptura amorosa). A continuación, se presentan algunas verbalizaciones ilustrativas de esta evolución durante su adultez emergente:

Verbalización 16 del P-4M: La primera vez que yo realmente estuve bien separado de mis padres, fue cuando yo me fui de intercambio en bachillerato, que me fui a vivir en España cuando yo estaba en cuarto año de universidad, y ahí estuve casi siete meses fuera de Puerto Rico... So, yo estaba como que cumpliendo uno de mis sueños... Yo estaba bien envuelto en mis clases, en viajar con mis panas, disfrutándome toda la vida por allá, yo le saqué el jugo a ese viaje (*ríe*). Sabes, que yo no sentí ningún tipo de ansiedad de separación, ni nada de ese tipo de cosas. Yo estaba súper feliz, cuando vino mami pues, aunque no la extrañaba activamente, cuando la vi, pues me trajo mucha felicidad verla, e igual le enseñé todas las cosas que había en la ciudad y las compartí con ella, fui a comer. Sí, normal, como cuando uno extraña a sus papás.

Verbalización 17 del P-4M: ...yo siempre he recurrido a mis papás... Yo tengo amigos, o sea también, obviamente, he tenido amistades que han estado en diferentes momentos de mi vida... pero dentro de mi familia, yo siempre he recurrido a mis papás, porque también cuando me dejé de la novia anterior, que fue una relación bien larga, yo me acuerdo que yo llegué a casa y me eché a llorar y papi estaba allí, como que papi me consoló... También, pues como te digo, tengo amistades que me han apoyado mucho yo saqué amistades bien fuertes, *so*, tengo como que esos grupos, este, más de universidad, y ese tipo de cosa... tengo muchas personas que puedo decir, son amigos de verdad que puedo que puedo contar ellos en cualquier situación seria... en ese sentido, pues estoy como que bendecido.

Según ilustrado en las verbalizaciones previas, ambos padres han permanecido de manera consistente como figuras de apego seguro en la entrada a la adultez articulándose una dependencia constructiva y facilitando el desarrollo de estas destrezas interpersonales en otras

relaciones (Lapsley et al., 2000; Lapsley & Woodbury, 2015). Todo esto le ha permitido articular una buena red de apoyo social en el trayecto a la adultez, lo que también es congruente con un estilo de apego seguro (Lapsley et al., 2000).

Aparte de las figuras de apego parentales, el entrevistado también detalló interacciones cónsonas con un *modelo interno de apego seguro* (Categoría A.1) con otras figuras del sistema familiar entre las que destacó a su abuela paterna y sus primos. A continuación, se incluyen verbalizaciones que permiten ilustrar la calidad del apego en estos vínculos:

Verbalización 18 del P-4M: ...Tengo una relación bien cercana con mis primos de parte de padre. Como que mi prima y mi primo de parte de padre son como si fueran mis hermanos de cierta forma. Sabes, yo los quiero un montón... particularmente los que son de parte de padre son dos, que son hermanos... Sí, yo vivía en casa con mis papás, pero, o sea, estaba con ellos to' el tiempo.

Verbalización 19 del P-4M: ...pasaba tiempo con mi abuela ...Mi abuela paterna, pues porque como te dije, ella vivía en Santurce también, y con ella era con quien yo me quedaba, después de la escuela, cuando yo cogía la guagua de la escuela a casa de abuela, pues me quedaba con ella hasta que mis papás salieran del trabajo y me pudieran buscar. Entonces, memorias pues tengo muchísimas, porque yo todas las tardes y todos los veranos me quedaba en casa de abuela...A mí me encanta la pasta de guayaba (*rie*), y es porque mi abuela, y esto va a sonar bien extraño, ella me hacía unos sándwiches...Ella cogía pan sobao', que es como el dulcecito suave, le echaba mantequilla, le ponía como lascas de queso del país, de este blanco...Es algo que yo asocio mucho con ella. De estar viendo que como que muñequitos ahí en casa de ella cuando chiquito, y ella dándome esos sándwiches (*rie*).

Según se presenta en estas verbalizaciones previas, aunque el entrevistado indicó ser hijo único, la calidad del vínculo afectivo con los primos fue una de tipo fraternal en la que se estableció un claro apoyo mutuo y confianza que- según indicó- ha prevalecido en la adultez. Esto es congruente con los planteamientos iniciales de la teoría de apego que establecen que las figuras fraternales también pueden contribuir efectivamente al desarrollo de los modelos internos de apego, lo que ha sido evidenciado en investigaciones con hermanos (Ainsworth, 1991). Al mismo tiempo, las narrativas sobre la abuela paterna permitieron examinar esas experiencias de nutrición (física y afectiva) que estimularon el vínculo seguro con esta evocando emociones de calma, satisfacción y bienestar (Ainsworth et al., 1978).

En síntesis, los datos emergentes de la entrevista de historial de apego en la infancia del P-4M permitieron confirmar la presencia consistente de figuras que brindaron señales claras de disposición, protección, calma, apoyo y reciprocidad lo que fue cónsono *con un modelo interno de apego seguro* (Categoría A.1). Se observó que el entrevistado se expresó con gran certeza acerca de la presencia y acompañamiento de sus figuras de apego durante su infancia y niñez, e incluso expresó que en la actualidad cuenta con la disposición de estos. Estas narrativas son congruentes con las descripciones de un *estilo de apego seguro* (Categoría B.1) lo que se discutirá más adelante.

D-02: Estilos de apego

D-02: Estilo de apego en la P-3F.

El análisis de contenido mediante confiabilidad entre jueces y juezas permitió identificar que la categoría predominante al describir la experiencia emocional de la P-3F en la relación de pareja lo fue la B.4, correspondiente al *estilo de apego desorganizado o irresuelto*. La categorización permitió concluir que durante las interacciones con su pareja predominan los

comportamientos variados y contradictorios reflejando indicadores de ansiedad y evitación simultáneamente. Asimismo, de la entrevista se desprende que sus relaciones de pareja previas también se han caracterizado por el miedo al compromiso, lo que permitió observar el aspecto evolutivo del modelo interno de apego desorganizado manifiesto mediante un marcado temor a las figuras de apego (Rholes et al., 2016). A continuación, se presentan algunas verbalizaciones que permiten ilustrar el *estilo de apego desorganizado* (Categoría B.4) en una relación de pareja previa en la adultez:

Verbalización 20 de la P-3F: Hubo una, una vez que este muchacho me estaba demostrando interés, y yo no lo capté como eso. Yo estaba tan acostumbrada a que pues, era sexo y ya y me acuerdo que tuvimos conversación. Digo cuando tuvimos la conversación de, de pues, de momento se fue cuando, cuando él ya vio que no había ningún tipo de interés de mi parte. Me acuerdo que él me dijo eso como que yo: ‘mira yo intenté, y yo no sé cómo tú no captaste que yo, que tú, que tú me gustabas un montón, que yo quería intentar’. Y yo decía, ‘en verdad no’, nunca pienso que alguien me quiere de esa manera. Y esa fue mi respuesta y en verdad fue genuina, fue como...en verdad yo nunca pensaba que alguien me quisiera de esa manera. Y fue obviamente fue bien reflejado por mi autoestima, pero, pero siempre ha sido casual y siempre ha sido bien superficial...Porque en verdad yo no sé si es como una reacción involuntaria por protegerme porque hasta entrando a esta relación actual, me acuerdo que, yo puse un montón de resistencia.

Esta descripción es cónsona con el miedo al rechazo subyacente del estilo de apego ansioso en el que constantemente la persona se cuestiona si es suficientemente buena o digna como para ser amada (Johnson, 2012, 2019). Sin embargo, en el caso de la entrevistada esta también se

distanciaba y evadía el compromiso relacional, lo que simultáneamente aludió a la evitación propia de apegos desorganizados. A continuación, se presentará un fragmento de la entrevista en pareja que ilustra el *estilo de apego desorganizado* (Categoría B.4) de la P-3F en el inicio a la relación de la relación de pareja actual:

Fragmento 5

P-4M: Este, eso fueeee, como en noviembre fue que tuvimos una relación ya física, además de la amistad. Eso fue como en noviembre, para maaayooo fue. ... Éramos amigos con privilegios, pero ya yo te había dado copia de la llave del *apartment* y eso. Porque yo vivía al lado de la Alianza y este, ella vivía con *housemates* y eso, a veces.

P-3F: Pero teníamos algo abierto. O sea, no era nada, no era nada.

P-4M: Sí, habían otras personas, yo vi a otras personas, como que no. Éramos panas literalmente, que simplemente nos acostábamos.

P-3F: Mjm.

P-4M: ...Yo creo que fui yo, el que te dije a ti como que me interesaba, como que, algo más serio. Como que, creo que estábamos en el *apartment*, después de que nos habíamos acostado...y yo te lo mencioné: 'mira, como que, tú me gustas de verdad'. Y, como que me expresé de esa forma y yo creo que tú como que accediste. Como que te sentías más o menos igual.

P-3F: Yo no me acuerdo de nada de esto.

(*Ríen todos*)

P-4M: Sí. Yo tampoco me acuerdo súper bien. Pero me acuerdo de eso, un poquito. Como que, después de estar en la cama, y como que hablar de eso, y tú como que acceder a intentarlo. Porque ella estaba bien reacia, ella. Yo me acuerdo cuando yo te conocí, tú

estabas bien anti-relaciones. Tú eras como que: ‘eso de las relaciones, no vale la pena’... (*imitando a su pareja*). Y estabas súper anti-relaciones (*ríe*) y por eso en parte yo no me atrevía porque evidentemente, no le interesa porque era bien verbal. Y, este, pero, como que me lancé y le pregunté. Fíjate, y accedió. Como que (*pausa*).

Investigadora: Y ahora, yo sé que tú mencionaste (*dirigiéndose P-4M*), que para ti esto está como que *blurry*...

P-4M: (*ríe*)

P-3F: Me acuerdo de la resistencia que usé, definitivamente. Que te lo había comentado en la otra entrevista. Pero no, no de esa de esa transición. Porque es que, de verdad, no... O sea, teníamos una relación que era tan afín, y pasábamos tanto tiempo juntos que... Sí, fue evolucionando. Y yo creo que yo accedí rápidamente porque es que ya la dinámica era tan, era de pareja.

La narrativa emergente en torno al inicio de la relación en la D-02 fue cónsona con la literatura sobre el *estilo de apego desorganizado* en las relaciones románticas donde se han evidenciado patrones de vinculación afectiva caracterizados por un marcado temor a asumir un compromiso relacional (Rholes et al., 2016). Según propone la evidencia de la teoría de apego aplicada a las relaciones románticas, esto puede ocurrir cuando ha existido miedo a las figuras de apego instaurado desde la infancia, lo que suele manifestarse mediante una marcada tendencia a la autoprotección (Rholes et al., 2016). Por tanto, es común observar narrativas en las que se refleja una resistencia al compromiso emocional, pues inconscientemente proyectan una salida fácil de la relación. En este caso, la entrevistada (P-3F) reiteró que durante las interacciones de iniciales con su actual pareja resurgían esquemas acerca de las figuras de apego masculinas como

conservadores, machistas y capaces de atentar contra su libertad (ver Verbalización 13) lo que le provocaba distanciarse para protegerse.

Aparte de esta resistencia al compromiso, el Fragmento 5 también permite ilustrar que el ingreso a la relación de pareja por parte de P-3F estuvo enmarcado en un conflicto de aproximación-evitación, lo que generó confusión en P-4M. Esto también es un elemento propio del estilo de apego desorganizado que se manifiesta mediante las movidas de distanciamiento, e incluso por los intentos de culminar la relación precisamente cuando mayor comodidad o cercanía se experimenta (Johnson, 2019; Rholes et al., 2016). En este caso, todo este conflicto dificultó que se pudieran demarcar las narrativas en las que se identificara claramente un acuerdo mutuo para iniciar la relación. Contrario a esto, se identificó que la P-3F se mostraba dubitativa durante la entrevista e incluso reiteró no recordar claramente ese diálogo en el que ingresaron a la relación de pareja reflejándose la desorganización incluso en su narrativa.

Otro aspecto de la narrativa que fue cónsono con un apego desorganizado se identificó en las prácticas sexuales descritas por la P-3F. Tanto en las narrativas emergentes de la entrevista individual, como en las emergentes de la entrevista en pareja, la participante explicó que iniciaba relaciones sexuales casuales en las no consideraba la posibilidad de ser amada hasta trascender a un compromiso relacional de pareja (ver Verbalización 20). Esto también distinguió el inicio de la relación actual, lo que fue definido por ambos entrevistados como ‘una relación casual’ o ‘ser amigos con privilegios’ (ver Fragmento 5). A continuación, se presentan dos fragmentos que ilustran este otro conflicto de aproximación-evitación propio del *estilo de apego desorganizado* (Categoría B.4).

Fragmento 6

Investigadora: Okay. Lo que, lo que quiero explorar un poco más, que estos encuentros, encuentros casuales se han dado así acordados por ti o ¿tú tenías el interés en algunos de estos encuentros casuales de, de llegar a alguna relación?

P-3F: No, de, de mi parte no.

Investigadora: De tu parte no.

P-3F: De mi parte no. Porque en verdad, yo no sé si es como una reacción involuntaria por protegerme porque hasta entrando a esta relación actual, me acuerdo que, yo puse un montón de resistencia.

Se observa en el fragmento anterior que tanto en la relación de pareja actual, como en relaciones previas la entrevistada describió interacciones en las que realiza movidas en *búsqueda de cercanía* (Categoría C.2), en conjunto con *movidas de distanciamiento* (Categoría C.3). Esto último se manifestaba mediante constantes reiteraciones de los términos de la relación como ‘casual’, e incluso intentos por culminar con la relación precisamente cuando se empezaba a fortalecer el vínculo emocional. A continuación, se presenta un fragmento describe estas movidas propias de un estilo de apego desorganizado en la relación de pareja actual:

Fragmento 7

P-3F: Sí, sí. Y cuando...y sí cuando, de hecho, cuando empezamos a tener, mmmm, cuando estos sentimientos empezaron a crecer yo, yo intenté separarme. O sea, yo intenté que, que se mantuviera en algo casual, pero no, no pude.

Investigadora: Okay. Y tú me dices que tú te resistías. Y ¿cómo tú te resistías? ¿qué cosas pasaban que tú te resistías?

P-3F: Pues este, lo, lo, lo, lo decía. Era algo que constantemente se lo estaba diciendo.

‘Esto es algo casual’, ‘no, no quiero nada’. Pero, tal vez, tal vez estaba hablando con otras personas, también mientras estábamos juntos. Sí, definitivamente hubo ese acuerdo de que ‘ah, vamos a salir con otras personas’ mientras estamos juntos.

Investigadora: O sea, tú también, parte de ese acuerdo era que, para establecer que es casual, ‘pues estoy contigo, pero también podemos salir con otras personas’.

P-3F: Sí. Sí. Eso fue más, eso fue más real para él que para mí, porque en verdad llegó a un punto que, yo no tenía ningún interés de estar con otra persona, pero yo lo dejé que él, sabes, porque en verdad yo estaba, si yo había acordado de ser algo casual, y nunca hubo nada de celos.

Aparte de este conflicto de aproximación-evitación antes descrito, el análisis de contenido de la entrevista individual permitió observar otros elementos cónsonos con el estilo de apego desorganizado también fueron identificados cuando la entrevistada detalló sus interacciones durante el manejo y resolución de conflictos dentro y fuera de la relación de pareja. A continuación, se presenta un fragmento de entrevista que ilustra el estilo de apego de la entrevistada durante el manejo de conflictos:

Fragmento 8

Investigadora: ...Eh, en general, ¿cómo tú crees que las experiencias, particularmente con tus padres y cuidadores, te han afectado en otros momentos de tu vida? ¿Cómo esas experiencias con tus cuidadores y padres te han impactado? Si sientes que te han impactado.

P-3F: ¡Sí, muchísimo! Muchísimo, este, y, y estoy en un ejercicio constante de desentrañarme de ellos y tratar de crecer. Eh, pero definitivamente en lo más que lo noto es

en las destrezas de comunicación, y, en como yo manejo mis emociones. Eso, es en lo más que lo noto. Hay veces que yo estoy discutiendo con él [refiriéndose a su pareja] y me veo, eh, soy un reflejo exacto de cómo mi mamá, eh, o mi papá reaccionaban a los problemas en la casa, a cómo ellos manejaban conflictos, y es como que 'okay vuelve', *put on your self feet*, pero es, es, es especialmente ahí. Tal vez en cosas de actitudes y, pero, especialmente en el manejo de emociones y en las destrezas de comunicación.

Investigadora: Okay, y ¿qué en particular? Si me puedes dar un ejemplo de qué tú haces que te regresa a ese momento.

P-3F: Eh, soy bien impulsiva, y, tiendo a ser bien violenta, como bien, bien, en vez de ser más templada, en vez, de, de (*pausa*). Eso viene después, ahora lo que me pasa es que yo reacciono violentamente, digo, nunca física, sino verbalmente siempre soy bien, siempre soy bien fuerte, bien impulsiva, bien agresiva, pero siempre es como por (*pausa*), pero ahí lo noto, cuando estamos teniendo un conflicto rápido, no puedo ver las cosas racionalmente, primero siempre viene lo emocional, y es, y, y, siempre es una reacción emocional, impulsiva...y no logro, como no logro, este, comunicarme efectivamente, y resolver las cosas efectivamente.

El fragmento previo fue cónsono con la literatura sobre apego desorganizado donde los patrones (cognitivos, conductuales y emocionales) de alta ansiedad resultan en ataques y en una tendencia observar los comportamientos de la pareja desde un lente negativo (Bonache et al., 2019). Asimismo, cuando se observa alta ansiedad se suelen interpretar las faltas de la pareja con hostilidad, resultando esto en una escalada de los conflictos (Bonache et al., 2019). Todo este patrón parece estar relacionado a estrategias destructivas de manejo de conflictos que suelen manifestarse bajo este estilo de apego.

Según se ha presentado, la P-3F presenta claramente un historial del apego cónsono con un *modelo interno de apego desorganizado* (Categoría A.4), lo que claramente se ha mantenido constante en el trayecto hacia la adultez manifestándose un *estilo de apego desorganizado o irresuelto* (Categoría B.4), pero con una prevalencia hacia mayor ansiedad. De hecho, el Fragmento 7 permite ilustrar la repetición de los patrones caóticos durante la resolución de conflictos en la relación de pareja actual. Sin embargo, esta expresó una clara identificación de estos y describió las movidas actuales dirigidas a lograr cambios en el abordaje a los conflictos. A continuación, se presenta una *verbalización memorable* (Categoría D.12) de la entrevista en pareja que resume claramente el modo en que la P-3F evoca el modelo interno de apego inseguro desorganizado buscando lograr cambios hacia una mayor seguridad en la relación de pareja actual:

Fragmento 9

P-3F: Mi meta en la vida es, no ser para nada como mis papás.

P-4M: (*ríe*)

P-3F: No tener una relación como las de mis papás. Esa es la meta mía (*ríe*).

En la siguiente sección se discutirán los aspectos centrales de análisis de contenido entre jueces y juezas que permitió identificar el estilo de apego del P-4M.

D-02: Estilo de apego en el P-4M.

El análisis de contenido de confiabilidad entre jueces y juezas realizado permitió identificar que la categoría predominante al describir la experiencia emocional del P-4M en la relación de pareja lo fue la B.1 correspondiente a un *estilo de apego seguro* en la adultez. Del análisis se desprende que las interacciones por parte del P-4M se caracterizaron por una expresión abierta de sus emociones (p. ej., temores, vulnerabilidades, alegrías, etc.). Esto fue

notable desde el inicio de la relación de pareja, donde describió haber realizado movidas claras de *búsqueda de cercanía* (Categoría C.2) mediante las que procuraba fortalecer la conexión. En efecto, esta apertura prevaleció a pesar de que habían acordado realizar encuentros casuales y sin intenciones de trascender a una relación de pareja. A continuación, se presentarán dos verbalizaciones que ilustran las movidas realizadas parte del P-4M en el inicio de la relación actual:

Verbalización 21 del P-4M: ...fuimos a comer a Bebo's (*nombre del restaurante*) o algo así fue. Y yo la invité a mi apartamento porque yo tenía cervezas en mi *apartment*, y pa' quedarnos hablando un rato más.

Verbalización 22 del P-4M: ...Yo creo que fui yo, el que te dije a ti [refiriéndose a su pareja] como que me interesaba, como que, algo más serio. Como que, creo que estábamos en el *apartment*, después de que nos habíamos acostado, *whatever*, y yo te lo mencioné: 'mira, como que, tú me gustas de verdad'.

Otro momento que permitió observar el *estilo de apego seguro* (Categoría B.1) en el P-4M, se identificó cuando la pareja describió la respuesta del P-4M ante los episodios depresivos de la P-3F. Según relataron, fue el P-4M quien se movilizó a buscar apoyo psicológico para ambos. De la entrevista en pareja se desprende que este se ha caracterizado por demostrar mayor disposición a recibir y a canalizar apoyos para la relación. Esto último les ha permitido articular una dependencia constructiva, lo que es cónsono con este estilo de apego seguro (Johnson, 2019). A continuación, se presenta una verbalización que permite ilustrar esta interacción:

Verbalización 23 del P-4M: ...lo que sea que estaba pasando en la relación, me estaba afectando en la oficina. Y que todo el mundo lo notaba en la oficina. Y estaba afectando mi rendimiento en el trabajo. O sea, a ese nivel... yo busqué ayuda con el PAE [refiriéndose al

Programa de Ayuda al Empleado], pa' yo ver qué yo podía hacer, y ellos fueron los que me dijeron que como yo vivía con ella pues era suficientemente...O sea, teníamos una relación que era como, clasi, clasificado, o *whatever*; cualificada para ella buscar ayuda a través del programa también, por ser mi pareja. Y que era gratuito. Entonces, ellos me orientaron, me dijeron cómo yo podía bregar con la situación, entonces a través de eso fue que buscamos las ayudas.

Según detallado en la verbalización previa, el apoyo canalizado por parte del P-4M facilitó que su pareja se abriera a recibir servicios de salud mental por primera vez en su vida, lo que fue categorizado por los jueces como un indicador de *bienestar mental* (Categoría B 1.5). A continuación, se presenta una que ilustra el resultado de estas movidas:

Verbalización 24 de la P-3F: Porque yo, yo he pasado por muchos años yo cargué con depresión y ansiedad, o sea, sin atender. La primera vez que me atendí, fue porque él me instó a hacerlo. O sea, no fue porque, no fue por voluntad propia. Realmente lo hice por nuestra relación, y lo hice por él y fue lo mejor que me ha pasado.... Pero creo que fue un momento bien crítico porque él me dijo: 'mira, yo estoy aquí para ti, te amo, te voy a buscar la ayuda'...Así que, en esos momentos, yo me acuerdo que yo estaba hundiéndome en una depresión bien fuerte...Nadie, o sea, nadie me había visto en mi depresión como me había visto él. Y en esos patrones bien enfermizos que ya yo había sentido, o sea, que ya yo había establecido por tantos años...

El fragmento previo permite ilustrar que fue el apoyo ofertado por parte del P-4M y el valor adjudicado a la relación de pareja, lo que propició que la P-3F lograra un mejor afrontamiento de sus emociones durante los episodios depresivos que venía enfrentando en soledad desde el inicio de sus años universitarios. Todo esto permitió observar el valor del apego

seguro como esa conexión potente, movilizadora y capaz de generar importantes transformaciones y cambios que solo son viables cuando existe apertura para develar las vulnerabilidades.

Otro aspecto central que permitió confirmar el *estilo de apego seguro* ofertado por el P-4M se identificó cuando el entrevistado reiteró que -a cuatro años de la relación- disfruta plenamente de cultivar los momentos de intimidad emocional y física con su pareja demostrando gran comodidad con el nivel este nivel de cercanía. A continuación, se presenta una verbalización que fue categorizada por los jueces y juezas como ilustrativa del *estilo de apego seguro* (Categoría B.1) en este participante:

Verbalización 25 del P-4M: ...nos gusta compartir todo, yo siento. Todo, como que, la comida, las experiencias. De verdad que siempre, siempre que hay algo nuevo...A mí, todo lo que hago nuevo, me gusta hacerlo con ella. Sí. Como que, sale una película nueva, ir a un sitio nuevo, un viaje nuevo, eh, alguna actividad nueva. Me gusta hacerlas con ella, como que me gusta que ella esté ahí cuando yo lo descubro, y también me gusta ver la reacción de ella cuando ella lo descubre conmigo. O sea, como que, pa' mí eso es bien importante...

La verbalización previa también es cónsona con las descripciones del *estilo de apego seguro* donde se prioriza en el vínculo afectivo como uno que propicia la exploración del mundo, el aprendizaje, el crecimiento y el descubrimiento de nuevos entornos y experiencias (Bowlby, 1988; Feeney & Van Vleet, 2010; Johnson, 2019). Tal cual se ha descrito a lo largo de esta sección, es posible resumir que las interacciones promovidas por el P-4M han estimulado la exploración del mundo interno y psicológico de ambos (p. ej., pensamientos y emociones), así

como de otras experiencias externas, recreativas y de descubrimiento de nuevos entornos sociales.

Habiendo discutido las narrativas en torno a los estilos de apego de ambos integrantes de la díada. En la siguiente sección, se discutirán los patrones de interacción que emergen cuando la pareja enfrenta conflictos.

D-02: Patrones de interacción

Un baile con ritmos variados en el espejo.

Según he destacado a lo largo de este trabajo, uno de los aspectos centrales del apego desorganizado deriva del aprendizaje diádico en el que se dificultó la autorregulación emocional, lo que se fue instaurando en el contexto de interacciones continuas con los cuidadores principales durante la infancia (Mosquera et al., 2014). Acerca de esto, Mosquera y colaboradores (2014) exponen que los infantes y niños aprenden a reconocer sus estados internos cuando sus cuidadores primarios están en sintonía y fungiendo como un espejo que les refleja y responde. Si lo que muestra este espejo no es congruente con lo que el niño siente, o si no hay reflejo alguno, les será muy difícil evolucionar hacia la autorregulación emocional.

A tenor lo anterior, el análisis de contenido mediante confiabilidad entre jueces y juezas permitió notar dificultades de regulación emocional propias del estilo de apego desorganizado de la P-3F. Según detallado por ambos miembros de la díada, la respuesta descrita por los entrevistados como “impulsiva”, “defensiva” y “explosiva” de la P-3F propicia que se detonen patrones interaccionales complejos y variados siendo uno de estos el *patrón de interacción atacar-atacar* (Categoría C.8). Este patrón se distingue por una marcada crítica, y por diálogos o discusiones centrados en la culpabilización y en la defensividad. Además, el análisis de contenido permitió identificar que la temática que frecuentemente detona este patrón remite a la

administración de las tareas del hogar, lo que fue categorizado en múltiples ocasiones como parte del *conflicto* (Categoría C.1). De hecho, este tema fue reconocido por la pareja como el conflicto que más se repite. A continuación, se presenta un fragmento de la entrevista que permite ilustrar lo anterior:

Fragmento 9

P-3F: ...Y yo tiendo a desperdiciar mucho el tiempo...Yo no aprovecho el tiempo haciendo cosas que, tareas de la casa que se van acumulando y se van, lo vamos dejando para nuestro fin de semana, que molesta. Y él acababa de llegar del trabajo, estaba cansado, había estudiado. Él lo único que me había pedido era ayuda con tiempo. Y, pero la manera, él casi siempre es el que lo inicia. Yo casi siempre siento la tensión, porque yo sé cuando yo, yo sé cuando está ahí esa tensión. Pero, él es el que lo inicia. Y siempre es el diálogo. Nunca es como, no son indirectas, no son. Él no se pone refunfuñón. Él me lo dice. Yo sé que él está tenso, y me lo dice: 'mira, te voy a decir esto'. Y usualmente, como yo reacciono es, yo soy más impulsiva. Yo, reacciono, yo soy más explosiva, yo, siempre me pongo incómoda. Pero siempre, porque esa es mi reacción inicial siempre.

P-4M: Sí, se pone. Te pones bien defensiva.

P-3F: Sí, me pongo bien a la defensiva. Pero después, nos sentamos a hablar. Casi siempre es así. Yo me pongo a la defensiva. Nos ponemos ambos a la defensiva. Va escalando, pero nunca a un punto demasiado tóxico, ni enfermizo, ni violento.

Según se presenta en el fragmento previo, las dificultades en torno a la organización y la negociación para la administración del tiempo, tareas y entornos físicos que la P-3F describió enfrentar al inicio de la separación del su sistema familiar parecen estarse replicando en el ingreso a esta relación de pareja. Este abandono de las tareas del hogar evoca emociones de

ansiedad y frustración en el P-4M debido al mensaje emocional de falta de apoyo y reciprocidad que suele recibir la pareja (Badr y Acitelli, 2008). Se identificó que, aunque el P-4M realiza esfuerzos claros por comunicar su necesidad de reciprocidad con miras a lograr un manejo constructivo del conflicto, la respuesta de la P-3F tiende a caracterizarse por la defensividad y la reactividad, lo que propicia se escale el patrón de ataques entre ambos (*patrón de interacción atacar-atacar*, Categoría C.8).

Aparte del ciclo antes descrito, los integrantes de la D-02 detallaron experiencias cónsonas con el *patrón de interacción perseguir-retirar* (Categoría C.6) siendo la P-3F quien también tiende a manifestar un insistente deseo de lograr una resolución rápida del conflicto, mientras el P-4M frecuentemente se retira en búsqueda de mayor regulación emocional. A continuación, se presenta una verbalización que ilustra lo anterior:

Verbalización 26 del P-4M: Que ella es (*pausa*) ese deseo de querer resolver el problema es bueno, pero a veces uno tiene que darle el espacio a la persona y bajar los aires para entonces tú volver a atacar el problema y hablarlo con calma. Y a veces ella tiene, un poco más de problema en eso. Como que no deja el *issue* ir, y es como que ‘pero dame un *break*, porque yo estoy bien encojonao’, o sea y, no quiero... yo no soy de gritar agresivamente como que ‘¡Ah! ¡que si esto!’ ¡No! Pero obviamente tengo, yo conozco que tengo un límite y que me molesto también... A mí me gusta que, si las cosas se están poniendo muy cargadas, como que ‘vamos a coger un *break*’, como que ‘que se joda lo que no se hizo’. Este, pero yo necesito como que bajar los ánimos y dar una vuelta, jugar *Play Station*, ver una peli, hacer algo que baje que me tranquilice. Pero ella es bien de ahí: ‘No, pero vamos a hablar de eso’. Entonces, sigue y sigue. Y es como que: ‘pero es que no quiero hablarlo ahora, dame un *break*, pa’ después hablarlo’.

Verbalización de 27 de la P-3F: ...yo estoy buscando siempre mejorar en ese aspecto de darle espacio, porque a mí me cuesta muuuucho, porque es que mi familia siempre estábamos encima uno de los otros. Siempre estábamos, con la misma pasión que peleábamos, con la misma pasión queríamos arreglarlo.

Según se refleja en las verbalizaciones previas, ante las dificultades de regulación de emocional d la P-3F se observan movidas en las que esta *persigue* (Categoría C.4) a su pareja persistiendo en la cercanía durante el conflicto. En respuesta a esto, el P-4M realiza claras movidas de *distanciamiento o retirada* (Categoría C.3) buscando regularse y expresando clara incomodidad con los acercamientos de su pareja. Tal cual se observó en el caso de la pareja previamente analizada (D-01), en este caso el P-4M busca lograr una retirada o *time out* para disminuir la reactividad, lo que ayuda a aumentar el control sobre el patrón conflictivo. Sin embargo, no han logrado acordar una estrategia coherente para llevarlo a cabo. A pesar de lo anterior, la pareja refirió que -por iniciativa del P-4M- ambos han comenzado a aplicar mecanismos de regulación emocional, lo que en ocasiones ha facilitado el manejo constructivo de los conflictos. A continuación, se presentan algunas verbalizaciones ilustrativas categorizadas como *otros mecanismos de regulación emocional* (Categoría D.4):

Verbalización 28 del P-4M: ...Yo necesito como que bajar los ánimos y dar una vuelta, jugar *Play Station*, ver una peli, hacer algo que baje que me tranquilice.

Verbalización 29 del P-4M: ... De hecho, los otros días tuvimos una pelea, no me acuerdo de qué (*ríe*) pero me acuerdo que terminamos bien molestos, y me fui a hacer ejercicios al gimnasio ¿Tú te acuerdas? (*dirigiéndose a su pareja*) ... Tú te fuiste al Bloque, y yo me fui a hacer ejercicio... El Bloque es un gimnasio de escalar que hay en Hato Rey, nosotros a veces vamos juntos. Pues ella se fue a escalar, y yo me fui a mi

gimnasio tradicional a hacer pesas, pa' poder bregar con la situación, y después nos encontramos otra vez y estábamos mucho más relajados.

Verbalización 30 del P-4M: ... Ahora mismo tengo una obsesión, este, con escalar, porque estamos yendo al, al gimnasio de escalar. Y eso es una actividad que he hecho con mucha recurrencia. De hecho, que siento que la tengo que hacer semanalmente...Eh, yo en verdad, ahora que me pongo a pensar, sí. Yo, cuando estoy en la mala, voy al gimnasio.

Según se destaca en las verbalizaciones previas, la integración de los mecanismos de regulación emocional (p. ej., uso de la tecnología y la actividad física) ha contribuido a minimizar la reactividad durante los conflictos, facilitando que la pareja pueda retomar la comunicación y el nivel de cercanía típico en la relación hasta concretarse la *reconciliación* (Categoría C.5). Acerca de esto, ambos explicaron que frecuentemente logran una rápida resolución de sus conflictos, por lo que nunca han tenido periodos extensos (máximo dos o tres horas) de desconexión emocional. Además, destacaron que, aunque las movidas de reconexión pueden venir de ambos, frecuentemente es la P-3F, quien usualmente realiza las movidas de *búsqueda de cercanía* (Categoría C.2) que facilitan esta *reconciliación* (Categoría C.5). A continuación, se presenta una verbalización que ilustra las interacciones y el proceso de reconexión tras el conflicto:

Verbalización 31 de la P-3F: Así que yo trato de expresar todo lo que yo siento...y usualmente lo hago de manera explosiva yo alzo la voz, yo hablo malo. Este, pero, pero, busco. Lo hago de manera catártica... Es como por tener ese, esa liberación y expresar lo que quiero, todo lo que quiero decir y 'okay, ya', 'se acabó'... Casi siempre soy yo la que vengo, así como que (*hace un gesto, encogiendo los hombros y brazos*) '¿me puedo sentar aquí contigo?'

Finalmente, es importante destacar que los patrones descritos por los integrantes de la D-02 permitieron a los jueces y juezas observar la construcción mutua y la danza entre el estilo de apego desorganizado (por parte de la P-3F) y el estilo de apego seguro (por parte del P-4M). Del análisis se desprende que las dificultades en la regulación emocional de la P-3F han impactado al P-4M, quien -a cuatro años de la relación- se ha tornado más reactivo. Estos cambios son cónsonos las descripciones de personas que han estado en relaciones con parejas con un estilo de apego desorganizado, quienes frecuentemente pueden tornarse defensivos ante las señales confusas y contradictorias que emite su pareja (Birnbaum et al., 2013; Johnson, 2019; Waters et al., 2002). Por tanto, lo observado en esta díada, permite reafirmar que el estilo apego seguro no es un rasgo estático y está sujeto a influencia de nuevas experiencias relacionales. A continuación, se presenta una verbalización que permitió ilustrar esta evolución en el P-4M:

Verbalización 32 de la P-3F: ...Él es mucho más templado, él es, él, él es bien, como él es bien como bien verbal sobre lo que está sintiendo. Él no le gusta que griten, y, y, yo siempre soy la que estoy, o grito o alzo la voz. Creo que, él se ha tenido que bajar ese nivel conmigo... he notado que poco a poco él ha intensificado, a veces, la manera en la que él pelea, eh, pero yo sé que es como, porque está compitiendo conmigo.

Tal cual se observó a lo largo de la entrevista, las dificultades emocionales en uno de los integrantes de la pareja (p. ej., estados depresivos, alta ansiedad, reactividad, etc.) influyen el estado emocional del otro al otro. Aunque el P-4M ha contribuido significativamente a la regulación emocional de la P-3F, este también ha experimentado desregulación emocional como resultado de las interacciones con su pareja. Todo este carácter diádico de los procesos de regulación-desregulación emocional ilustra el aspecto evolutivo del apego. Sin embargo, ambos integrantes de la pareja reconocieron la pertenencia del apoyo psicológico como un factor que ha

contribuido significativamente a un mejor manejo de sus emociones y de los conflictos en la relación. A continuación, se presentan dos verbalizaciones que permiten ilustrar la pertinencia del espacio de terapia psicológica en la vida afectiva de la D-02:

Verbalización 33 de la P-3F: Y me acuerdo que, que la primera, eh, fue una hospitalización que me hicieron. Y, me acuerdo que estaba bien escéptica a todo eso. Pero ya a los tres días estaba hablando de lo encantada que estaba ¿Te acuerdas? (*dirigiéndose a su pareja*)...yo no lo hubiese hecho sin él. Así que él fue el apoyo más crucial.

Verbalización 34 del P-4M: Cuando ella por fin dijo que sí, fue como (*suspiro*). Igual es un proceso en el que todavía estamos... Y para mí parece como que han pasado como tres años, y lo que hemos cumplido es un año de terapia. O sea, y yo siento que han pasado como tres años. Como que, me drenó un montón, de verdad. Pero, todo va bien.

Se observa que en el fragmento previo que, tal cual propuso el propio Bowlby (1988), la relación terapéutica parece estar funcionando como una base segura para que la P-3F pueda explorar sus representaciones mentales, cogniciones y emociones en torno a sí misma y a su relación de pareja. Asimismo, la búsqueda de apoyo psicológico gestionado por el P-4M en este momento crítico parece haber fortalecido la reciprocidad y el sentido de unidad en la relación. Cabe destacar que actualmente también están recibiendo servicios de terapia de pareja.

En la siguiente sesión se presentarán algunas metáforas elaboradas por los participantes que permitieron ilustrar creativamente las movidas, los estilos de apego y los patrones interaccionales distintivos de la D-02.

D-02: Metáforas alusivas a los procesos de apego

Algunas de las metáforas incluidas en las narrativas emergentes de la entrevista a la D-02 fueron representativas de los diversos patrones interaccionales antes discutidos (*atacar-atacar* y

perseguir-retirar) que se distinguen por la realización de ataques basados en la culpabilización, críticas y demandas que escalan el conflicto entre los integrantes de la díada. A continuación, se presentarán algunas verbalizaciones categorizadas como *metáforas del conflicto* (Categoría D.

5.2) identificadas en la narrativa del P-4M:

Verbalización 35 del P-4M: Pero obviamente, a veces uno en las discusiones llega a un punto en que como que hay dos paredes chocando. Y pues cuando llega a ese punto, yo sé que lo que va a hacer es frustrarme seguir peleando con ella, si llevamos varios minutos discutiendo la misma situación... Es como que ‘déjame coger un *break*’.

Verbalización 36 del P-4M: Yo tengo, yo soy de mecha bien larga. O sea, yo tomo mucho... Yo creo, verdad (*mira a su pareja*), tú me puedes decir. Para yo enconjonarme de verdad. O sea, yo gritar, o yo como que ponerme como que visiblemente como alterado, se necesita mucho. Pero, o sea, cuando cruzo esa raya, estoy bien alterado.

Se observa en estas dos metáforas que el P-4M reconoce su intención de ponerle pausa al conflicto, pero a la vez teme que una vez rebasado cierto límite puede ocurrir un “choque” o un “estallido” aludiendo al enfrentamiento y a ese *patrón interacción de ataque-ataque* (Categoría C.8) que suele detonarse entre la pareja.

Por otro lado, al solicitarles una imagen representativa de la relación, la pareja presentó imágenes que también aluden a experiencias emocionales variadas en las que incluyeron tanto indicadores de seguridad como de inseguridad. A continuación, se presentará un fragmento de una de la entrevista que fue categorizado como una *metáfora de estilo de apego seguro* (Categoría B.5.1).

Fragmento 11:

Investigadora: ...¿les viene a la mente alguna imagen, alguna ilustración, una metáfora que represente la forma en que ustedes se relacionan como pareja?

P-4M: Probablemente, un GIF de dos gatitos, dándose cariño.

(Todos ríen)

Investigadora: Un GIF de dos gatitos, explícame eso.

P-4M: De dos gatitos *cute* que están se están agarrando por el rabo el uno por encima del otro, ahí.

P-3F: Sí. Un video clip. Sí, es que nosotros *(ríe)*.

P-4M: *(ríe)* La cara de ella, está pasma’.

P-3F: Pero ahora estoy no, ahora estoy, yo creo que sí, yo concuerdo. Eeeh, no sé, nosotros somos. Nosotros somos *goofy*. Nos encanta reírnos y.

P-4M: Hacer estupideces.

P-3F: Nos encantan los animales. No sé, y si pudiésemos representarlo en algo.

P-4M: Bueno, imagínate a *(nombra su pareja)* le encanta hacer, payasa ¡Tú eres mi payasa! Y le encanta hablar en acentos, eh, eh, extranjeros. Que puede o no, que pueden ser o no ser este, como se dice.

P-3F: ¡Fidedigno!

Investigadora: O sea, que por eso traes la imagen del payaso, la traes porque el reír, y los chistes, la broma, el humor es algo que está muy presente en esta...

P-4M: *(Interrumpe)* Ahhhhh, sí, sí.

Se observa en las metáforas previas que el P-4M elaboró una imagen (GIF de gatitos) que alude a la expresión abierta del afecto mediante el contacto físico que propicia un estado

placentero y satisfactorio, lo que forma parte de la *regulación fisiológica* (Categoría B.1.1) propia de un *estilo de apego seguro* (Categoría B.1). Acorde con esto, la imagen de la payasa aludió al uso del humor de forma lúdica y afiliativa para de crear mayor cohesión y hacer las interacciones más agradables en la relación, lo que también es cónsono con este estilo de apego (Besser et al., 2012; Miczo et al., 2009; Ross & Hall, 2020). A estas imágenes, la entrevistada añadió interpretaciones en las que destacó el lugar de diálogo y calma, lo que también les permitió destacar la regulación emocional y tranquilidad que ambos han llegado a experimentar en el contexto de la relación (Categoría B.1.2) A continuación se presenta el fragmento que también fue categorizado como una *metáfora de un estilo de apego seguro* (Categoría B.5.1):

Fragmento 12

P-3F: ...también el café, pero por lo que representa para nosotros, en realidad. Tal vez en encuentros, mucho compartir, porque nosotros hablamos hasta por los codos, si te das cuenta. Este video va a durar como, como una, o dos horas (*rié*)...Nosotros, nuestra relación creció mucho en el diálogo, en la conversación. A nosotros no, nosotros no nos costó mucho, esa.

P-4M: Pero fijate, el café con los *Kindles*, eso es *legit*. Porque que...nosotros vamos a Arrope.

P-3F: (*riendo*) Nooo, pero es una imagen.

P-4M: Pero es una imagen. ¿Eso no es una imagen? Dos personas, tomándose sus cafecitos, perfectamente cómodos, en silencio, leyendo sus propios libros. Porque estamos cómodos en nuestro silencio. Eso es importante.

P-3F: Es que nosotros vamos, siempre nos tomamos un café, nos llevamos nuestros libros y estamos allí leyendo.

Investigadora: Leen, pero también disfrutaban de la presencia de.

P-3F: Sí, pero a veces es estando, estando solos en silencio, leyendo juntos.

Investigadora: De disfrutar de la presencia, de ese momento de presencia.

En un marcado contraste con las imágenes antes elaboradas, al final de la entrevista el P-4M presentó una imagen crucial que fue considerada por los jueces y juezas como representativa de las narrativas de un estilo de apego desorganizado, prevaleciendo el miedo como la emoción central, pero a la vez integrando indicadores de seguridad, ansiedad y evitación (Rholes et al., 2016). A continuación, se incluye el fragmento que fue categorizada por jueces como una *metáfora de un estilo de apego desorganizado* (Categoría D.5.1).

Fragmento 13

P-4M: La metáfora es que, y en este caso soy yo. Porque yo soy el que le tiene miedo a las montañas rusas. Y ella es la que se lo está disfrutando y me está empujando a que me monte, porque. Y yo creo que esto es cierto para nosotros. O sea, ambos nos empujamos. Como que, yo le tengo mucho miedo a las montañas rusas y he empezado a, porque le tengo miedo a las alturas principalmente. Y yo he empezado a disfrutarme mucho los parques y a hacer todas estas cosas, porque ella me motiva. Y ella me dice: ‘Va a estar todo bien, móntate conmigo’. Y gracias a ella yo he hecho, me he atrevido a hacer todas estas cosas. Pero funciona al revés también. Yo siento que yo la motivo mucho a ella a lanzarse profesionalmente y a hacer cosas. Y yo creo que ambos, como que, aunque uno tenga miedo o alguna dificultad siempre los dos nos estaríamos apoyando como que, y, motivando.

Investigadora: O sea que en esta metáfora sería como que en el sentido de vencer los miedos. De poder llegar ahí, y poderse lanzar, poderse apoyar a llegar ahí y lanzarse a esa aventura.

P-4M: Mjm. Sí.

P-3F: Sí, se puede, se puede (*mientras ríe*).

(*ambos ríen*)

Se observó en esta metáfora que el P-4M ilustró de manera clara el miedo y la ansiedad que ha representado para ambos el ingreso a esta relación y la convocatoria que se han hecho para explorar el mundo interno y externo de cada cual. A la misma vez, esta imagen parece estar representando los altibajos emocionales descritos a lo largo de la entrevista, en los que -no en pese al estilo de apego desorganizado- ha prevalecido el apoyo mutuo. En síntesis, para los jueces y juezas esta imagen también ilustra que, en medio de estas experiencias de miedo e incertidumbre relacional, también han sido capaces de experimentar confianza y seguridad reflejándose así el carácter evolutivo de los procesos de apego de esta pareja.

Con el propósito de facilitar la comprensión en torno a los procesos de apego identificados en la D-02 se incluyen tres diagramas -Figuras 8, 9 y 10- que presentan una síntesis de los hallazgos antes discutidos. Además, se incluye otra figura -Figura 11- que resume las metáforas alusivas a los procesos de apego desarrolladas por los entrevistados durante la entrevista en pareja.

Figura 8

Día 02: Verbalizaciones ilustrativas de modelos internos (MI) de apego en la Participante-3F

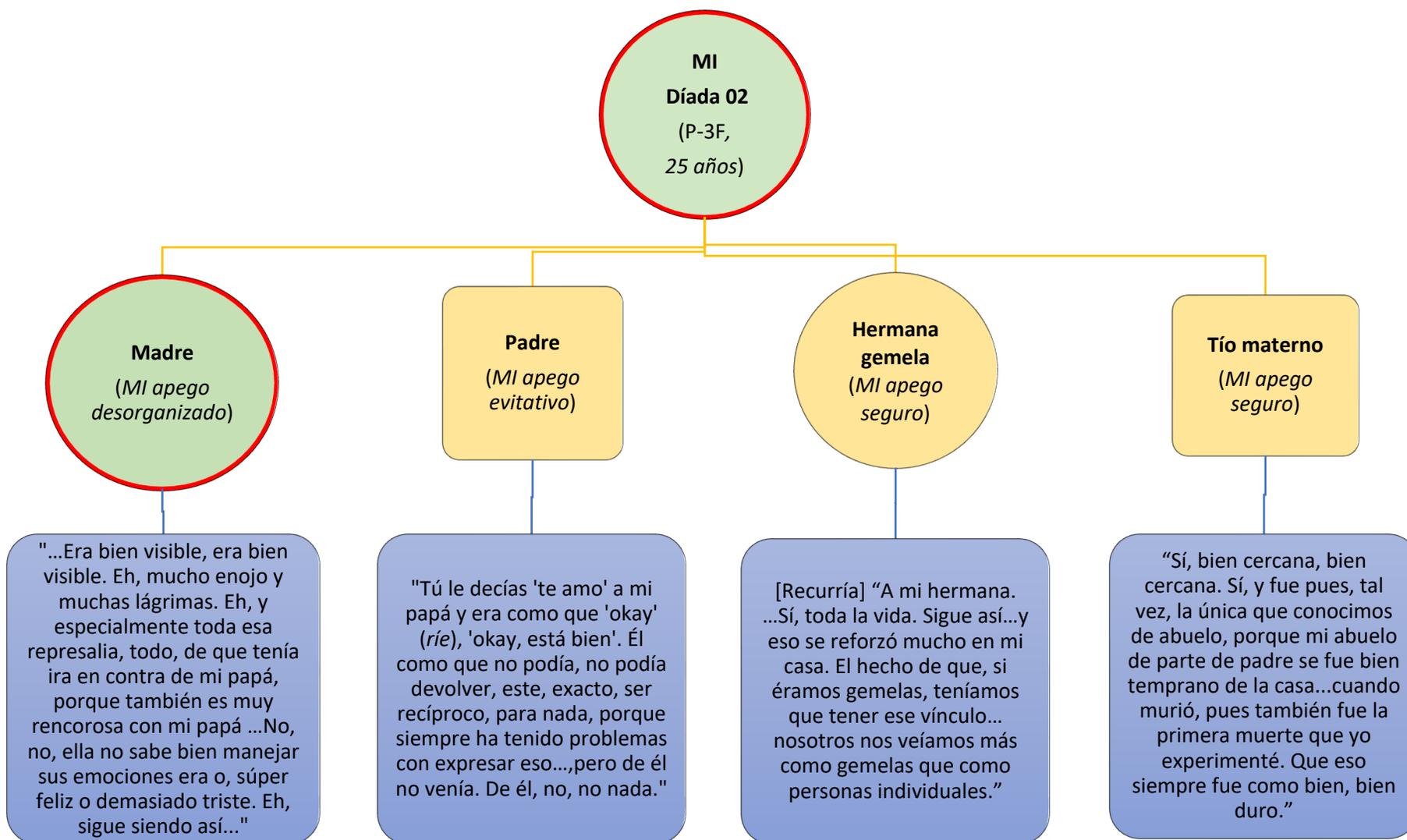


Figura 9

Diada 02: Verbalizaciones ilustrativas de modelos internos (MI) de apego en el Participante-4M

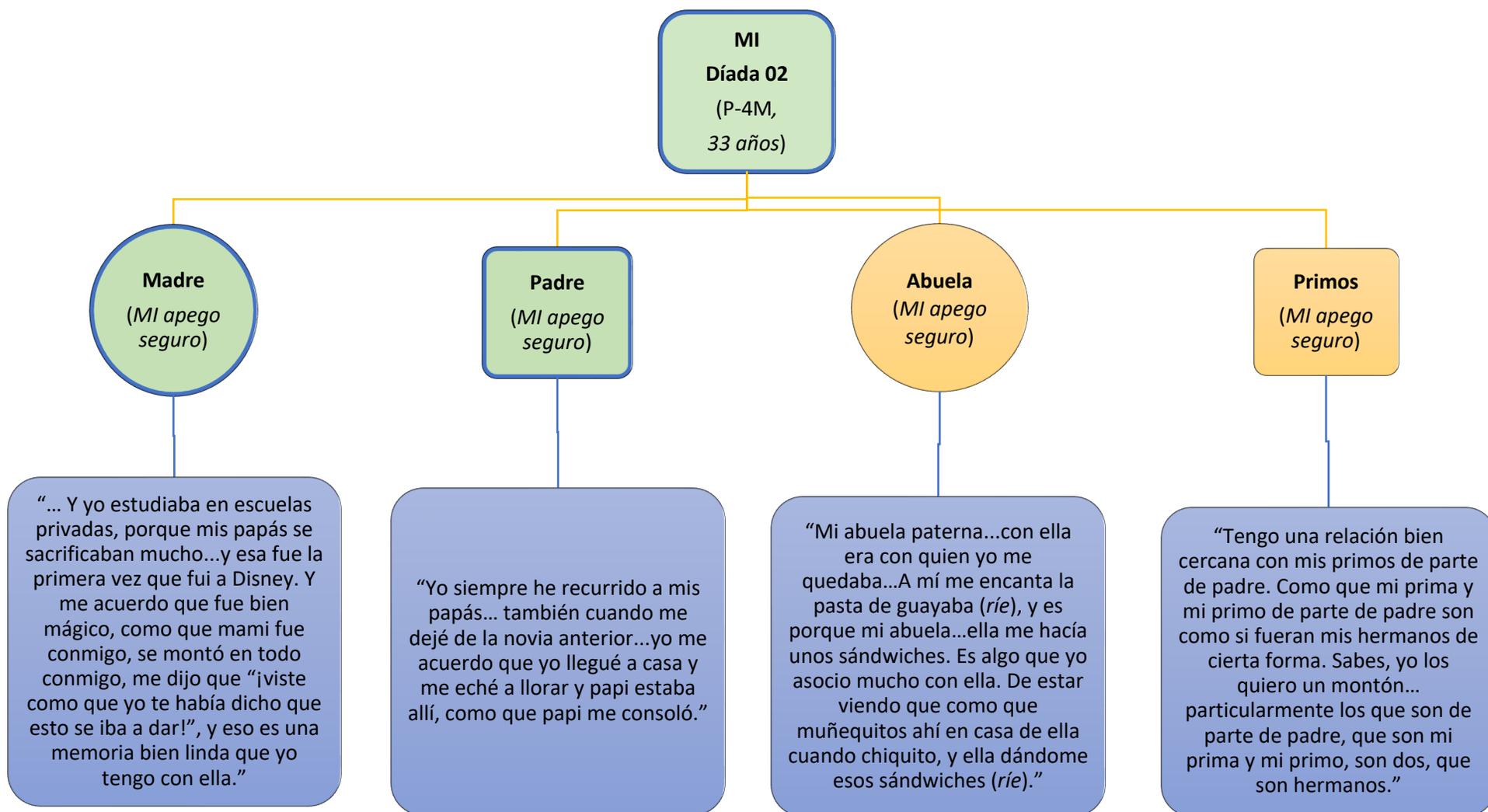


Figura 10

Día 02: Verbalizaciones ilustrativas de estilos de apego (EA) y patrones de interacción (PI)

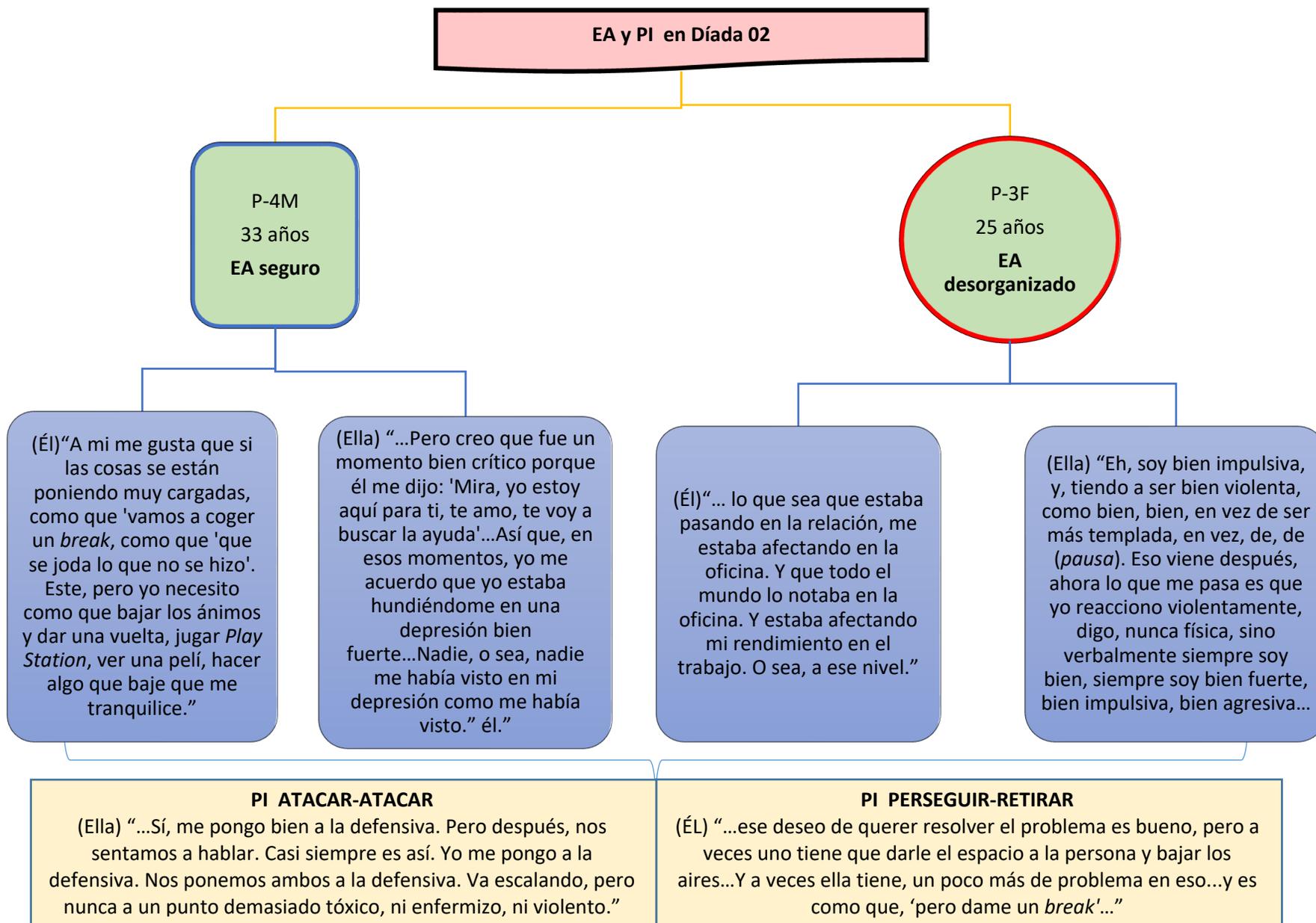
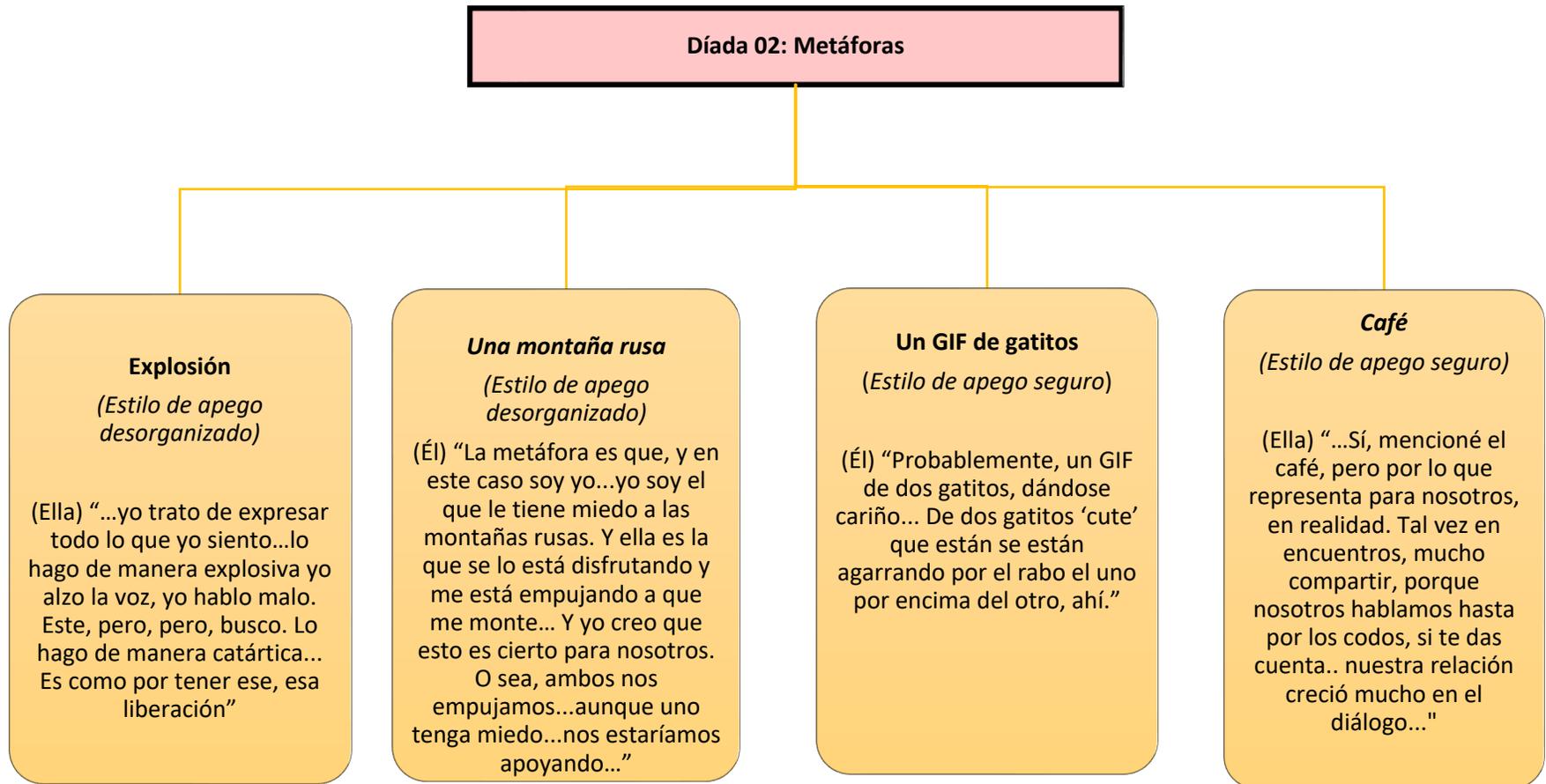


Figura 11

Diada 02: Metáforas alusivas a los procesos de apego



En la secuencia de diagramas presentados, las figuras de apego masculinas fueron identificadas mediante formas cuadradas y las femeninas mediante formas circulares. La Figura 8 resume los modelos internos de apego identificados mediante el historial de la P-3F. Se observó la prevalencia de narrativas cónsonas con un *modelo interno de apego desorganizado* instaurado en el vínculo con su madre, lo que fue resaltado mediante las líneas en color rojo que destacan la díada madre-hija.

En la Figura 9 se observa que el P-4M reflejó una clara trayectoria hacia un *modelo interno de apego seguro* que se fue conformando mediante las interacciones con ambas figuras parentales (madre y padre). Esto fue resaltado mediante líneas en color azul que destacan las díadas padre-hijo y madre-hijo. Además, se observa en el diagrama que el entrevistado destacó la presencia consistente de otras figuras de apego seguro en su sistema familiar, pero en sus narrativas el entrevistado enfatizó en la consistencia de sus padres a lo largo de su vida.

La Figura 10 presenta verbalizaciones ilustrativas seleccionadas por los jueces y juezas que confirman la evolución de la P-3F hacia un *estilo de apego desorganizado*. Se debe destacar que -durante la discusión de análisis de contenido- los jueces y juezas identificaron narrativas cónsonas con patrones simultáneos de alta ansiedad (p. ej., insistencia) y de evitación (p. ej., fases depresivas y de gran inhibición) que distinguen a la P-3F. No obstante, el análisis permitió concluir que la P-3F prevalece en una orientación hacia un estilo de apego desorganizado, pero con *mayor ansiedad* que evitación.

Por otro lado, la Figura 10 incluye verbalizaciones ilustrativas que reflejan la consistencia del P-4M en un *estilo de apego seguro* manifestando apertura emocional, apoyo y disposición en la identificación de recurso para la relación. Además, en la parte inferior de la Figura 10 incluye verbalizaciones ilustrativas de los patrones de interacción que emergen durante los conflictos en

la relación de pareja siendo estos los siguientes: *patrón de interacción perseguir-retirar* y *patrón de interacción atacar-atacar*. Finalmente, la Figura 11, presenta las metáforas que los entrevistados utilizaron para representar de manera más creativa su experiencia emocional en la relación de pareja.

A continuación, se discutirán los resultados de la escala de autoinforme ECR-R para observar las congruencias e incongruencias con los hallazgos del análisis de contenido de las entrevistas de historial de apego.

D-02: Puntuaciones obtenidas en el ECR-R

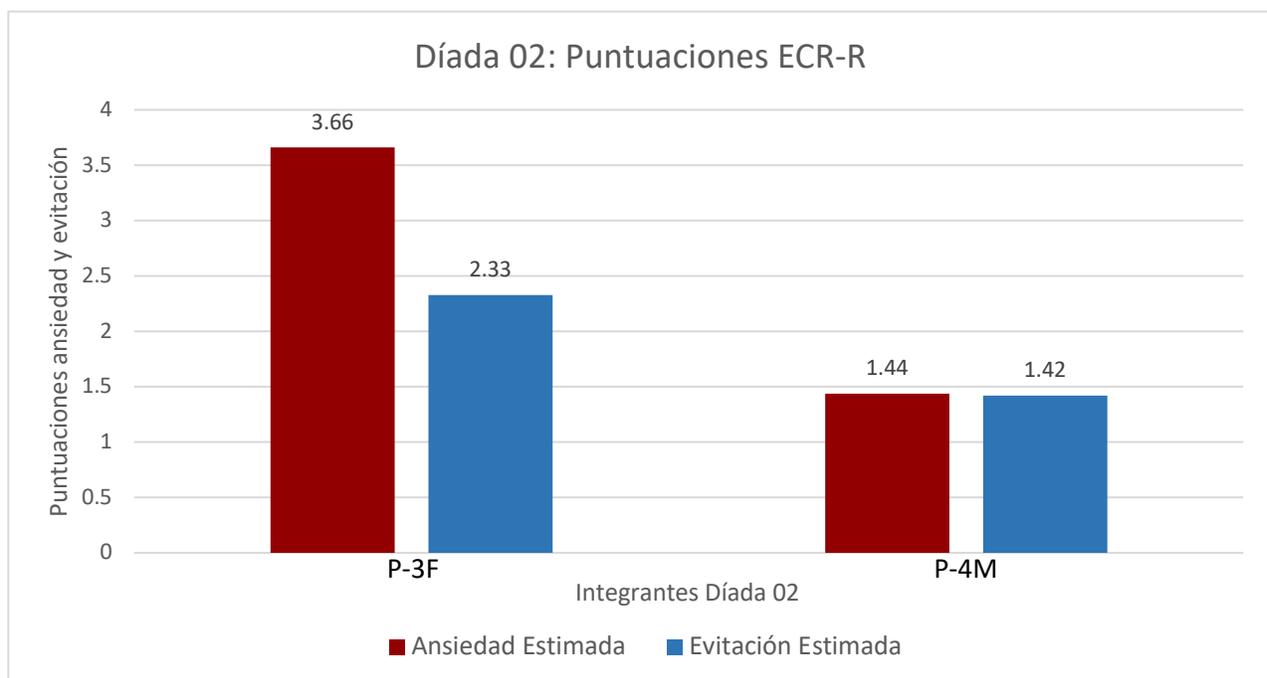
Los integrantes de la D-02 completaron la versión corta traducida y validada del ECR-R de Zambrano y colaboradores (2009) que evalúa las diferencias individuales con respecto a las orientaciones de ansiedad y evitación en el apego. En el caso de la P-3F, los resultados obtenidos reflejan una ansiedad estimada de 3.66, lo que corresponde a una *ansiedad alta* y estadísticamente significativa al compararla con el promedio obtenido en una muestra de personas adultas casadas ($M=3.26$, $SD=1.15$). Además, la participante obtuvo una evitación estimada de 2.33, lo que corresponde a una *evitación baja* al compararla con el promedio obtenido en una muestra de adultos casados ($M=2.86$, $SD=1.26$). No obstante, aunque la puntuación obtenida en la dimensión de evitación no fue estadísticamente significativa, al considerar la desviación estándar esta podría superar a la media. Es decir, las puntuaciones sugieren una tendencia hacia el cuadrante de alta ansiedad y alta evitación (ver Figura 13). Esto fue cónsono con el análisis de contenido entre jueces y juezas donde se observó la prevalencia de narrativas cónsonas con un *estilo de apego desorganizado* (Categoría B.4). Tal cual indicaron los jueces y juezas -al compararla consigo misma- la puntuación en la *ansiedad estimada* fue más alta que la evitación estimada, reflejándose mayor hiperactivación en los procesos de apego.

En el caso del P-4M, los resultados obtenidos reflejan una ansiedad estimada de 1.44, lo que corresponde a una *ansiedad baja* al compararle con el promedio obtenido en una muestra de adultos casados ($M=3.26, SD=1.15$). Asimismo, el participante obtuvo una evitación estimada de 1.42, lo que corresponde a una *evitación baja* al compararle con el promedio obtenido en una muestra de adultos casados ($M=2.86, SD=1.26$). Por consiguiente, estos resultados indican que el P-4M autoinformó características cónsonas con el prototipo de un *estilo de apego seguro*, reflejando una inclinación hacia el cuadrante de una baja evitación y baja ansiedad. Estos datos fueron congruentes con los datos del análisis de contenido realizado por los jueces y juezas donde el participante prevaleció en narrativas cónsonas con la categorización de un *estilo de apego seguro* (Categoría B.1).

A continuación, se presenta una gráfica que resume las puntuaciones obtenidas por ambos integrantes de la D-02:

Figura 12

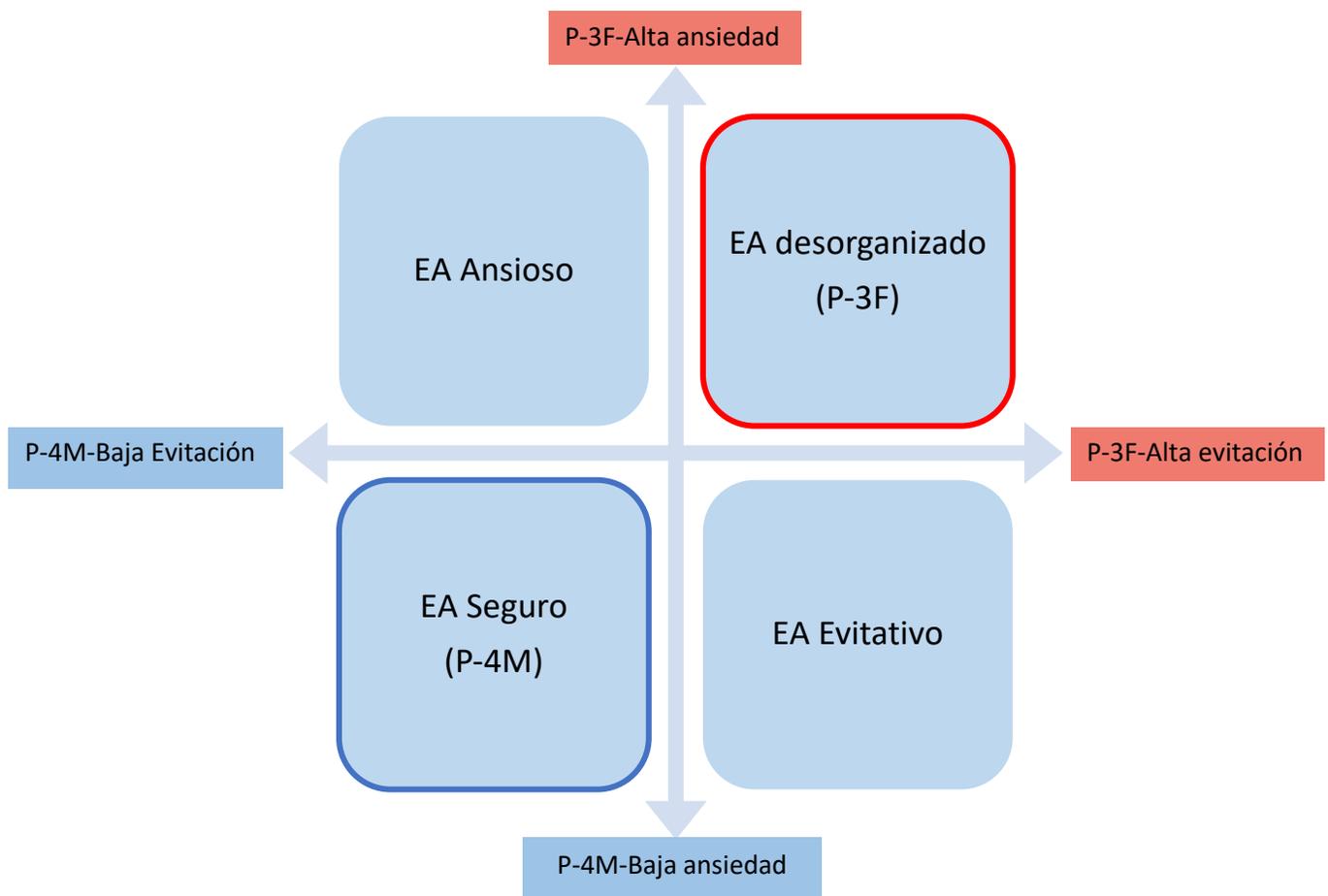
Díada 02: Ansiedad y evitación estimadas



Se observa en la Figura 12 que la puntuación obtenida en la escala de ansiedad por la P-3F fue mayor que la obtenida en la escala de evitación, mientras que el P-4M mantiene un perfil plano y estable de puntuaciones bajas en ambas escalas (ansiedad y evitación) lo que fue cónsono con un estilo de apego seguro.

Figura 13

Díada 02: Orientaciones de apego según puntuaciones obtenidas en el ECR-R



Se observa en la Figura 13 que la P-3F presenta una tendencia hacia el cuadrante de alta ansiedad y alta evitación, enmarcado en color rojo, pero prevaleciendo en *mayor ansiedad* lo que es cónsono con un *estilo de apego desorganizado*. La orientación de apego del P-4M se ubica en

el cuadrante de baja ansiedad y baja evitación, enmarcado en color azul- lo que es cónsono con el prototipo de un *estilo de apego seguro*.

En la siguiente sección se presentarán los resultados correspondientes a los modelos internos de apego, estilos de apego y patrones interaccionales correspondientes a la tercera díada.

Díada 03: Datos sociodemográficos

La Díada 03 (D-03) estuvo integrada por una mujer -del género expresado femenino- a quien denominaremos Participante-5 Fémica (P-5F) de 21 años, y por un hombre -del género expresado masculino- a quien denominaremos Participante-6 Masculino (P-6M) de 24 años. Ambos se identificaron como heterosexuales, y de etnia puertorriqueña. La P-5F se encuentra cursando estudios de bachillerato, trabaja como reclutadora y manejadora de cuentas en la empresa privada, su ingreso anual está en el rango de los \$15,001 a los \$25,000 y cuenta con la protección de seguro médico. El P-6M completó estudios de cuarto año e inició estudios como técnico de farmacia que no ha concluido. Actualmente se desempeña como personal de seguridad en una empresa privada, su ingreso anual se encuentra en el rango de los \$5,000 a los \$15,000 anuales y no cuenta con la protección de seguro médico. La pareja indicó residir en una zona urbana y actualmente llevan dos años de relación en convivencia activa y presencial.

D-03: Modelos internos de apego

D-03: Modelos internos de apego con figuras parentales y otros cuidadores de la P-5F.

El historial de apego recopilado para la P-5F permitió identificar que las figuras de apego primarias para esta participante fueron las siguientes: 1) el padre, 2) la madre, 3) la abuela paterna y 4) los hermanos. Sin embargo, del análisis de la entrevista se desprende que esta se consideró más cercana a su padre, y detalló ampliamente que el proceso de vinculación afectiva con la madre se vio -en gran medida- afectado por la relación adversativa existente entre sus

figuras parentales. Por ende, las narrativas en torno al proceso de vinculación afectiva con sus padres durante la infancia y niñez estuvieron enmarcadas en la descripción de un pleito legal por la custodia de la entrevistada, lo que produjo amplios periodos de privación parcial y total de la figura de apego materna que fueron categorizadas como *experiencias de separación durante la niñez* (Categoría A.11). Al mismo tiempo, algunas las narrativas en torno a los procesos de apego durante este primer tiempo de vida, fueron categorizadas como parte de un patrón de *maltrato durante la infancia, niñez o adolescencia* (Categoría A.7). Aunque esto no fue nombrado e identificado abiertamente por la P-5F, esta detalló acciones continuas y sistemáticas por parte de sus cuidadores que minaron su estabilidad emocional y -en algunas instancias- física. Este patrón de maltrato incluyó conductas de manipulación, y coerción en la que cada padre pretendía desacreditar al otro (Templer et al., 2017). Además, escaló hasta desembocar en agresiones físicas entre sus padres. A continuación, se presenta un fragmento que ilustra estas categorizaciones:

Fragmento 1

Investigadora: ...mencionaste que tus padres estaban en este conflicto de custodia, prácticamente desde que tú naces.

P-5F: Desde antes básicamente. Ellos estaban en un conflicto de separación. Salí yo de sorpresa. Eh, y pues, ellos intentaron, verdad, una vez más porque salí yo, pero no funcionó. Mi madre, se pasaba hablando, tengo que ser honesta, mi madre, hasta el sol de hoy se pasa hablando porquerías sobre eso. Así que yo sé que era por coraje de ella...Por lo que me ha contado mi padre, porque nunca llegue a ver el expediente como tal...Me he dado cuenta de que, por los mismos comentarios de parte de mi madre, y cambios de ánimo por parte de mi madre. Y sí, hay cierta consistencia por parte de mi padre. Y sí, ella

perdió custodia por puro coraje, por no querer que mi padre compartiera conmigo, por querer controlarme, esconderme todo. Sí, básicamente fue eso en particular, que ella se cegó por completo. Y todavía, hasta el sol de hoy dice que él es el culpable y ‘ah él es el culpable’ (*imitando*).

Según presentado en el Fragmento 1, las dinámicas familiares narradas por la participante ilustran parte de la reorganización del sistema familiar cuando existe la obligación de lograr la co-parentalidad tras una separación entre la pareja (Saini, 2012). Esta reorganización debe ocurrir pues los patrones de proximidad conductual y emocional que existían entre la pareja parental ya no serán funcionales (Saini, 2012). Por tanto, se requiere la articulación de nuevas fronteras, con nuevos niveles de cercanía, patrones de interacción y comunicación. En este caso, la pareja parental no logró trascender la fase inicial de conflicto que regularmente caracteriza los procesos de reorganización tras una ruptura, sino que la tensión prevaleció y se amplificó mediante el reclutamiento de la entrevistada y de otros integrantes del sistema familiar (p. ej., padrastro, amistades, entre otros).

Es indispensable destacar que -desde los lentes de la teoría de apego- todas estas transiciones tras la separación o divorcio develarán un aspecto vital: la capacidad de los cónyuges para afrontar la pérdida de una relación de apego (Johnson, 2019; Saini, 2012). Acerca de esto, Saini (2012) plantea que esta transición es un momento crítico en el historial de apego familiar, pues figuras parentales que en un momento estuvieron disponibles y receptivas pueden tornarse inseguras, pues -ante la ruptura- suelen develarse la variedad de conflictos emocionales y psicológicos que subyacían al vínculo afectivo en pareja. De hecho, este plantea que en los divorcios altamente conflictivos un individuo (y en ocasiones ambos) frecuentemente con estilo de apego desorganizado, presentará grandes dificultades para reconocer y afrontar la separación.

Tal y como se observó en este caso, esto puede desencadenar una experiencia emocional en la que predominará la emoción del miedo, en conjunto con otras resistencias, negaciones, boicoteando inconscientemente la capacidad para aceptar la separación (o pérdida) que se está concretando (Saini, 2012).

A continuación, se presentarán algunas verbalizaciones que fueron categorizadas como parte de esta *experiencia de separación durante la infancia y niñez* (Categoría A.11). Estas otras verbalizaciones permiten además identificar la forma en que las figuras parentales de la P-5F, incluyendo a su padrastro, quedaron atascadas en este conflicto interparental:

Verbalización 1 de la P-5F: ...Entonces para el caso de custodia, ella [refiriéndose a su madre] se casó nuevamente con el padre de mis hermanos...por lo menos los psicólogos del caso dijeron que ella lo hizo solo para aparentar una familia estable. Durante eso, después de eso, se separaron físicamente, ella se fue de la casa, pero nunca legalmente...No sé quién fue, alguien, alguna de las amistades de mami llamó a papi para dejarle saber (*imitando*) ‘mira fulana se está llevando a la nena, de tanta edad a la casa de (*nombre del padrastro*) que es chillo’, por decirlo así, y ‘ella la está involucrando y no me gusta eso, y por eso te lo estoy diciendo’. Y ahí mi padre intervino, hizo una súper investigación para saber sobre el fondo de mi padrastro, su historia, etc., y encontró unos antecedentes criminales que no le gustaron y por eso fue que puso freno, eh, a la visita básicamente... papi, literalmente me enseñó todo ese récord. Eh, si no me equivoco un tiempo en que papi, era papi punto, literalmente, que no me dejaba ir a la casa ...Y yo recuerdo particularmente una llamada, específica, eh, que se dio entre mi padre y mi padrastro, no recuerdo bien qué se dio. Yo recuerdo bien que él me enseñaba los *e-mails*...Sinceramente, verdad, pensándolo bien desde ahora, yo no lo hubiese enseñado

eso a un niño, verdad. Este, pero siempre eran cosas como que amenazantes, retantes. Eh, básicamente, eh, sí retándolo, siempre eran peleas.

Verbalización 2 de la P-5F: Porque hubo un tiempo que yo no pisaba su casa [refiriéndose a la madre] para nada. Realmente eso fue por decisión propia, y reconozco ahora de grande, que eso fue una gran influencia por parte de padre...

Verbalización 3 de la P-5F: Recuerdo una llamada en particular...mi padre le dijo a mi padrastro: 'mira, para que sepas, la nena te está escuchando en toda esta llamada', eh, y él [refiriéndose al padrastro] dijo: 'pues no me importa, bla, bla, blá'; y siguió, y siguió hablando y recuerdo en una que mi padrastro dijo: 'ah, te voy a partir la cara'. Y como que eso, eso, pues obviamente con eso no iba a ganar mi cariño con eso. Ese tipo de, eso fue lo que a mí me puso súper en contra de mi padrastro...Mi padre, fue quien influyó grandemente (*ríe*) en esos sentimientos negativos que tengo hacia él, pero a la misma vez mi padrastro se lo ganó.

Las verbalizaciones presentadas fueron cónsonas con otras investigaciones que describen que los integrantes de parejas con apegos altamente ansiosos o desorganizados suelen prevalecer en las emociones de ira durante las separaciones (Johnson, 2012; Saini, 2012). No obstante, esta respuesta secundaria o superficial tiene su origen en la emoción central primaria del miedo al abandono y a la desconexión emocional. Por tanto, inconscientemente tienden a enfrentar la separación de forma maladaptativa enfrascándose en pleitos legales o involucrándose en encuentros en los que despliegan la ira.

Acorde con la discusión previa, se presentará una verbalización que fue categorizada como *experiencia de separación durante la niñez* (Categoría A. 11). La experiencia fue descrita como

“traumante” por la propia entrevistada, y fue evaluada y categorizada como una *experiencia traumática* (Categoría D.3) en el historial de apego de la entrevistada:

Verbalización 4 de la P-5F: ...Algo traumante de, en verdad. Hubo una noche de intercambio...de intercambio me refiero a que mi madre me estaba entregando a mi padre...Eh, hubo una noche que mi mamá fue a dejarme con mi padre, ella fue con mi abuela, y fuimos directamente al condominio. Que incluso esto es una de las razones por las que se comenzaron a hacer los intercambios en cuartel. No sé qué fue lo que pasó en eso, que en una mi madre, simplemente no me quería entregar. Y ahí estaba ella presente, pero no quería entregarme para nada. Y mi padre fue a cogerme en una, y yo estaba, yo estaba llamando a mi padre. Eh, yo no escuché llamada, pero mi padre alega que supuestamente en la llamada se escuchaba como que yo en el fondo llamándolo. Y supuestamente se usó en la corte y todo ...Sé que yo estaba como que pateando, arañando. Mami tenía unas cicatrices incluso por mí, eh, y yo llamando a mi padre como que ‘papi cógeme’. Y yo realmente no sé qué fue realmente el espectáculo. En fin de cuentas, yo sé que mami me pasó a mi abuela en una, y mami le tiró una Coca-Cola encima papi. Papi llamó a los guardias entonces, eh, a mami se la llevaron arrestada...Tenía tal vez tenía, tres o cuatro años. Tengo recuerdo de ese evento y eso es lo que me viene a la mente.

Según presentado, la narrativa en torno a las interacciones en la díada madre-hija incluyen vívidos relatos en los que su madre manifestaba emociones secundarias de ira y coraje en las interacciones con el padre, lo que sugiere que inconscientemente se resistía a toda la reorganización familiar pues temía a la desconexión emocional con su hija y pareja. Según detalló a lo largo de la entrevista, este tipo de experiencias sentó las bases para que experimentara inseguridad y desconfianza en la relación con su madre, así como en el resto de

sus relaciones sociales, particularmente con figuras femeninas (p. ej., amigas mujeres), lo que confirma la ocurrencia de estas *experiencias traumáticas* (Categoría D.3) en el historial de apego. A continuación, se presentarán algunas verbalizaciones que ilustran el impacto de sus vínculos afectivos primarios sobre otras relaciones interpersonales:

Verbalización 5 de la P-5F: Incluso ella [refiriéndose a su mejor amiga]... Ella es como literalmente es la única. Yo no soy tan *close* con las mujeres. Ella es como que literalmente una excepción total. Es que somos tan similares en ese sentido...pero me relaciono súper bien con ella, y tenemos esa misma complicación, de que no nos relacionamos bien con otras mujeres... Mis amistades suelen ser mayormente hombres, y ella también.

Verbalización 6 de la P-5F: ...Este, en cierto punto yo, a veces entro a las relaciones ya, como que, a cualquier relación, en general, a cualquier relación, la que sea, ya que como que con la expectativa de, tú me dices que tú siempre vas a estar, yo no te creo, punto. No te voy a porfiar, no te voy a pelear sobre eso, pero demuéstremelo. No me digas promesas porque realmente me han fallado muchas personas.

Habiendo descrito el panorama relacional de un divorcio altamente conflictivo y algunas de las implicaciones derivadas de este, se presentarán algunas verbalizaciones que ilustran claramente la calidad del vínculo afectivo en la díada madre-hija durante la niñez e infancia de la P-5F.

Las narrativas emergentes permitieron observar conductas simultáneas de cercanía y evitación que generaron gran confusión durante su infancia y niñez, lo que fue cónsono con un *modelo interno de apego desorganizado* (prevaleciendo la Categoría A.4) en el vínculo con la madre. A continuación, se presentan tres verbalizaciones que permiten ilustrar lo anterior:

Verbalización 7 de la P-5F: ... Ella [refiriéndose a su madre] dijo: ‘voy a alquilar este apartamento, este apartamento va a ser para ti y para mí, y mientras tú estés aquí, eh fulano, mi padrastro, no va a poder pisarlo’. Eso no duró una semana. Compramos un montón de cosas para decorar mi cuarto, decoramos el cuarto. Hicimos un *ladies night* con ella y con mi prima... Ese sí es un recuerdo bueno, pero a la misma vez cuando uno narra las cosas que pasaron ahí, pues tal vez no sean tan buenas que digamos... Y después de una semana, pues vino, y no recuerdo exactamente, pues cómo fue que se dio, pero básicamente él [refiriéndose a su padrastro]... vino a casa y pues, yo le cuestioné eso y ella respondió: ‘él es mi pareja, esta es tanto mi casa, como también es su casa, y que debo ser menos egoísta’. Y pues ahí volví con mi padre.

Verbalización 8 de la P-5F: ... diría que una gran parte de eso [refiriéndose al afecto expresado por parte de su madre] estaba resumido entre salir al *mall*, verdad, ir a comer, si acaso visitar a abuela o algo, pero como que nunca cosas así de más allá de compartir... Con ella siempre eran cosas más impersonales para pasar el rato, pero a la misma vez. Yo reconozco, a veces me traía a mi prima, como que para normalmente entretenerme con ella... es su forma de demostrar afecto. Es su forma de demostrar afecto. Es como ese tiempo que ella cogió y me dedicó, como que de ir al *mall*, al cine o lo que sea, pero tal vez nunca un intento más allá de algo como que *one on one* personalizado.

Verbalización 9 de la P-5F: Muchas de las veces, incluso, las cosas más emocionales de ella salen cuando está bebiendo, y pues muchos de los recuerdos que tengo, verdad, de cuando ella era más afectiva, era amplificado por los efectos de alcohol, que, verdad no es malo, el ella, verdad, expresar esos sentimientos. Solo que para mí era como que ‘okaaay, ella está emocional de momento’.

Según ilustrado, la entrevistada describió que las experiencias de vinculación afectiva en la díada madre-hija eran interrumpidas o evadidas por la propia madre al integrar a otras personas, o mediante la realización de actividades que consideró como impersonales. Al mismo tiempo, detalló que la comunicación afectiva se lograba mayormente cuando su madre se encontraba bajo la influencia de alcohol, lo que le generaba gran incomodidad. Estos hallazgos sugieren que los periodos amplios de privación parcial y total de su figura de apego materna -derivados del conflicto entre la pareja parental- limitaron significativamente las posibilidades de consolidación de un vínculo de apego seguro en la díada madre-hija. Asimismo, las narrativas permitieron observar comportamientos variados y contradictorios en el proceso de vinculación con la madre, lo que fue congruente con el *modelo interno de apego desorganizado* (Categoría A.4).

En contraste con lo identificado en la díada madre-hija, la P-5F estableció una clara distinción entre los conflictos destructivos entre sus padres, y la experiencia emocional en la díada padre-hija. Aunque actualmente reconoce abiertamente que su padre influyó el vínculo materno proveyendo información que produjo mayor distanciamiento en la relación con su madre, la entrevistada destacó conductas cónsonas con un *modelo interno de apego seguro* en la díada padre-hija (prevaleciendo Categoría la A.1). En otras palabras, la relación padre-hija se distinguió por señales claras de seguridad, protección, acompañamiento y receptividad. Asimismo, la entrevistada destacó el acompañamiento físico y emocional de su padre durante momentos críticos de su desarrollo. A continuación, se presentarán algunas verbalizaciones que permiten ilustrar la calidad del apego en la díada padre-hija de la P-5F:

Verbalización 10 de la P-5F: Eh, mi crianza con mi padre, yo no me quejo. Yo pienso que él es un padre ejemplar para lo que fue. Me dio prácticamente todo. Hizo unos sacrificios

increíbles. Me crío sola. Yo viví sola con mi padre en un apartamento de dos pisos, dos cuartos... Cuando yo era bien chiquita, verdad, de nueve años, o antes, digamos de los once años digamos, pa' atrás, mi, mi relación con mi padre siempre era bien cariñosa, este. Siempre se la pasaba jugando conmigo, llevándome que si a parques, canchas o piscinas. Eh, lo que, verdad, fuera para tratar de pasarla bien. Jugábamos juegos de mesa, veíamos películas a cada rato en su cuarto. Este, cosas así.

Verbalización 11 de la P-5F: ...Realmente yo sé que yo siempre fui más *close* siempre con mi padre, por eso mismo. Él siempre era el que estaba, era el que siempre me buscaba. Él era el que iba a las reuniones con las maestras, me ayudaba con las asignaciones y todo eso. Los juegos, las actividades... Mi relación más fuerte fue con mi padre.

Verbalización 12 de la P-5F: El otro recuerdo es una ocasión en donde papi se quedó a pie... estuve quedándome con mami. Y yo creo que pasaron como dos o tres días nada más. Eh, hasta que yo un día llegué a la escuela, yo creo que yo estaba como en cuarto grado o a algo así, y yo de la nada rompí a llorar en plena clase, porque yo extrañaba a mi padre, y no lo había visto en todos esos días. Y llamaron a mi padre y él fue ese día y me buscó a la escuela con bicicleta. Y me fui y volví a su casa en bicicleta...

Verbalización 13 de la P-5F: Es que él daba la vida, literalmente para todo... Eh, verdad, esos detalles de hacerme una comida que él sabe que a mí me gusta. Eh, para mi primera menstruación, incluso. Eh, yo creo que yo caí en cuarto grado también, bastante temprano, bastante temprano y recuerdo. Él no sabía ni que hacer. Este, entonces, él llamó a una vecina que ella es puertorriqueña, y es mujer. Fuimos a donde ella, eh, pedimos consejos... fue mi padre quien me compró los primeros *Kotex*... Su primer instinto fue, 'vamos a buscar una mujer', 'vamos a resolver esto ya', y 'no me importa, yo voy a ayudarla'.

Tal cual se refleja en las verbalizaciones previas, la entrevistada describió situaciones concretas en las que se expresó con total certeza acerca de la disposición, acompañamiento y responsividad de su figura de apego paterno durante el primer tiempo de vida, lo que fue cónsono con un *modelo interno de apego seguro* (Categoría A.1).

Aparte de las figuras parentales, la P-5F especificó que su proceso de crianza durante la niñez e infancia se distinguió por los cortes emocionales con sus hermanos y tías. Esta destacó que el conflicto por su custodia -prevalente entre sus padres- fue precisamente lo que le privó de las oportunidades para desarrollar un vínculo afectivo con sus hermanos por parte de madre y con su prima. Al mismo tiempo, este panorama relacional fragmentado estuvo enmarcado en los procesos de separación por motivos migratorios ya que el resto de su familia residía en Puerto Rico, y su desarrollo primario tuvo lugar en Estados Unidos. Estos factores se conjugaron para que la entrevistada no lograra consolidar una estrategia coherente de apego con otras figuras de su sistema familiar. A continuación, se presentan varias verbalizaciones que permiten ilustrar este aspecto del historial de apego:

Verbalización 14 de la P-5F: Presente de forma cercana no [refiriéndose a otras figuras de apego presentes en su infancia y niñez]. Tengo dos hermanos mayores de parte de madre, obviamente, pues no se criaron conmigo ni con mi padre. Así que fue una infancia bastante distante en ese sentido. De chiquitos pues sí. Mientras yo estuve viviendo con mi madre, custodia completa y compartida con mi padre, pues ahí sí compartíamos bastante, y supuestamente y que mis hermanos eran locos conmigo. O sea, yo veo fotos, especialmente de mi hermano del medio. ...pero yo no recuerdo, es lo que me cuentan.

Verbalización 15 de la P-5F: Mientras estuvimos viviendo allá fuera [refiriéndose a Estados Unidos] no había nada de familia, porque toda la familia está aquí en Puerto Rico,

de parte de padre. De parte de madre, eh, de vez en cuando visitaba a abuela. Mi padrastro, este él está presente desde los tres años, so', sí él jugó una parte grande, pero nunca me consideré *close* con él.

El panorama relacional antes descrito es congruente con hallazgos de investigaciones sobre el desarrollo del apego en familias que atraviesan procesos migratorios en las que se destaca que frecuentemente sus miembros experimentan múltiples pérdidas, siendo una de ellas la pérdida parcial o total de su red de apoyo social (Lecompte et al., 2018). Esto añade gran peso al sistema parental pues se convierte en la única red de apoyo a la que pueden recurrir los niños. Al mismo tiempo, cuando las figuras parentales reflejan inseguridad o alta ansiedad -como se observó en la diada madre-hija- los niños o adolescentes pueden mostrarse reacios a establecer nuevos lazos sociales (Lecompte et al., 2018). En este caso la entrevistada detalló experimentar desconfianza al vincularse en nuevas relaciones centrándose en una sola amiga (ver Verbalizaciones 5 y 6). No obstante, esta especificó que esta relación de amistad tuvo su origen ya entrando a su adolescencia y se vio interrumpida tras su regreso a Puerto Rico, retomándose más adelante en el transcurso de su adultez. Por lo tanto, las descripciones en torno a esta fueron cónsonas con un *estilo de apego seguro* (predominando la categoría B.1) y no como un modelo interno de apego seguro. A continuación, se presenta una verbalización que permite ilustrar lo anterior:

Verbalización 16 de la P-5F: ...Después de sexto grado, conocí a mi mejor amiga...Con ella literalmente hasta el sol de hoy con ella literalmente yo me desahogo de todo. Ella es la parte más emocional de la relación, y yo soy la parte más racional por decirlo así. Este, así que ella se desahoga y grita, y llora. Y, entonces yo como que analizo eso y le doy sugerencias, y viceversa.... Su familia a mí me trata como familia... Ella es como una segunda familia para mí literalmente.

Finalmente, una figura de apego que la entrevistada también consideró como significativa durante su adolescencia lo fue su abuela paterna. Según detalló, las comunicaciones en la díada abuela-nieta durante su infancia y niñez se dieron de manera esporádica mediante llamadas telefónicas o postales y estas incluían cierta expresión del afecto. Sin embargo, a su llegada a Puerto Rico e iniciar una convivencia prolongada con esta figura de apego, la entrevistada describió la calidad del vínculo como uno inseguro. De hecho, la narrativa emergente en torno a las interacciones en la díada abuela-nieta se distinguió un claro patrón de acciones continuas y sistemáticas que minó su estabilidad emocional, por lo que algunas de las narrativas fueron categorizadas como *experiencias de maltrato durante la adolescencia* (Categoría A.7). A continuación, se presentarán algunas verbalizaciones ilustrativas de la calidad de la relación de apego en la díada abuela-nieta:

Verbalización 17 de la P-5F: Yo digo que es como un tipo de celos extremos, pero a un nivel, o sea puedo decir que debe haber algo mal de la mente, tiene que haber algo ahí. A veces ella escondía los huevos de la nevera y los escondía en su cuarto para que yo no pudiera desayunar, cosas sí. Eh, cuando me bañaba, ella venía y apagaba el agua caliente, porque ‘ay bendito la princesa se está bañando de nuevo’ (*en tono de burla*) ...Si yo me acostaba en el sofá era una crisis total...Ella cogió los cojines del mueble, literalmente y los escondió en el *closet*, todo porque ella no quería que yo me acostara...Hubo un momento en donde ella literalmente dejó de prestarle el carro a papi para llevarme a la escuela...

Verbalización 18 de la P-5F: Esa situación con mi abuela terminó con intervención policiaca y una situación legal...Yo me había comprado unas pantallas porque yo quería hacerme esta segunda pantalla...las botó por el fregadero...Empezó un forcejeo, y en ese

forcejeo, en una ella me agarró por el pelo, para soltarme le pateé...Llamó a los guardias, diciendo que yo la agredí...Y después de ese día, nos botó a la fuerza.

Según ilustrado en las verbalizaciones previas, las interacciones con su abuela paterna incluyeron agresiones físicas, humillaciones, menosprecios, entre otras conductas que minaron su estabilidad emocional. Es preciso señalar que la convivencia con esta figura de apego inició posterior a los catorce años y se sostuvo por pocos años, por lo que las narrativas emergentes en torno a la calidad de este vínculo no cumplieron con los elementos para la categorización de un modelo interno de apego. No en pese a esto, la influencia de la abuela paterna cobra gran pertinencia en el contexto de un sistema familiar que ha atravesado procesos migratorios. La calidad de este vínculo permite observar que el primer intento de conexión emocional con miembros del sistema familiar que podrían representar la ampliación en su red de apoyo no se dio con éxito.

En la siguiente s sección se discutirán los hallazgos en torno a los modelos internos de apego identificados en el historial de apego del P-6M de la D-03.

D-03: Modelos internos de apego con figuras parentales y otros cuidadores de P-6M.

En el caso del P-6M las figuras de apego primarias identificadas fueron las siguientes: 1) la madre, 2) el padre, 3) sus hermanos, 4) un primo y 5) la abuela materna. Del análisis de la entrevista individual se desprende que el participante no se consideró realmente cercano a ninguno de sus figuras parentales durante su infancia y niñez debido los siguientes factores: a) dificultades emocionales de la madre, quien especificó fue diagnosticada con trastorno bipolar, y b) cortes emocionales entre sus padres que limitaron significativamente la interacción en la díada padre-hijo. A pesar de lo anterior, este evocó recuerdos de comunicación verbal afectiva de manera telefónica con su padre (lo que se discutirá más adelante). Al solicitarle algún relato

representativo de la interacción en la díada madre-hijo, este elaboró narrativas que aludieron a estados emocionales que generaron confusión, miedo y ansiedad. Por tanto, las narrativas en torno a la calidad de la relación en la díada madre-hijo fueron cónsonas con un *modelo interno de apego desorganizado* (predominando la Categoría A.4). A continuación, se presenta un fragmento ilustrativo de esta categoría:

Fragmento 1

P-6M: ...para mí es gracioso realmente, quizás suene abusivo de parte de ella, pero para mí no lo es porque pues, mi mamá es bipolar. Es diagnosticada bipolar. Eh, una vez que, realmente ni recuerdo por qué fue la discusión, yo sé que ella estaba peleando. Y yo acostumbro, cuando ella empezaba a pelear yo la dejaba por loca. Y se me va de detrás y me dice: ‘¡que me hables!’ (*dramatizando*), y yo: ‘no quiero hablarte, déjame tranquilo’. Entonces le hablo, y me da un galletazo y me dice: ‘¡A mí no me contestes!’ Y yo pues, ‘¿pero tú eres anormal?’ Y ahí ella pues cayó en tiempo y se fue, y yo me sentí bien mal...Eso, más o menos así que te puedo decir, que hasta me da risa ...Siempre estábamos peleando...

Investigadora: Entonces recuerdas ese conflicto, esa contradicción, como algo bien, bien presente durante tu niñez e infancia.

P-6M: Sííí.

Según se ha ejemplificado en el fragmento previo, las interacciones con la madre fueron descritas como sumamente contradictorias e incluían comportamientos variados con demandas simultáneas de cercanía y evitación, lo que fue completamente cónsono con un *modelo interno de apego desorganizado* (Categoría A.4). A lo largo de la entrevista, el P-6M detalló que el desarrollo en la psicopatología de su madre limitó seriamente el trabajo de co-parentalidad entre

sus padres. Esto último provocó que los espacios de vinculación afectiva con su padre se dieran de manera esporádica y fragmentada, lo que limitó seriamente las oportunidades para cultivar este vínculo afectivo. A continuación, se presenta un fragmento de entrevista que ilustra el modo en que se fue evolucionando el vínculo en la díada padre-hijo. Esta descripción fue provista cuando se le solicitó al entrevistado proveer una anécdota o relato que fuera representativo de la relación con su padre:

Fragmento 2

P-6M: No recuerdo nada. Realmente no recuerdo. Nada.

Investigadora: De los doce años hacia atrás no recuerdas. No viene ningún recuerdo de eventos.

P-6M: Es que no hubo, no recuerdo. Bueno, una vez me llevó a la playa, yo creo que yo tenía como siete años...Más nada. Importante así no. Eso.

Investigadora: Horita mencionaste que actualmente mantienes una relación con él... ¿Cómo se dio esa reconexión con él posteriormente? ¿en qué momento de la vida?

P-6M: Okay, cuando llegué como a los trece más o menos, que me empecé a independizar un poco, yo empecé a trabajar. Yo empecé a pagarme mis cosas, pues la comunicación era más constante porque ya yo me pagaba mi propio teléfono. Antes de eso, pues yo tenía que depender del teléfono de mi madre, que a ella le diera la gana, que estuviera de humor. Pero después de ahí, casi todos los días. Casi todos los días y él me decía: ‘si necesitas chavos yo te los mando’...Incluso cuando me fui de la casa, eso fue por una discusión que yo tuve con mi mamá, él me abrió las puertas de la casa y yo nunca había vivido con él.

Según descrito por el P-6M fue en su adolescencia que este pudo comenzar a cultivar la relación de apego con su padre. No obstante, al explorar las manifestaciones de afecto entre los

miembros del sistema familiar, el entrevistado identificó inmediatamente a su padre como la figura de apego que le hacía sentir amado, valorado y apreciado, lo que mayormente ocurría de manera verbal y mediante llamadas telefónicas en las ocasiones que su madre lo permitía. Por tanto, a pesar de que los encuentros presenciales con el padre eran limitados, las narrativas emergentes en torno a la díada padre-hijo fueron cónsonas con un *modelo interno de apego seguro* (predominando la Categoría A.1). A continuación, se presenta un fragmento de entrevista que ilustra lo anterior:

Fragmento 3

Investigadora: ¿De qué maneras te sentiste valorado, apreciado cuando eras niño, y por quién? ¿Quién te hacía sentir de esa forma?

P-6M: Mi padre. Porque yo soy hijo único, de parte de él obviamente, y él siempre ha sido ahí bien.

Investigadora: Empezaste a compartir con él es en la adolescencia por ahí.

P-6M: Exacto, pero cuando hablábamos, antes de eso, que obviamente estaba todo a través de mi madre, pues él siempre que yo hablaba con él, él siempre me llamaba y me decía pues ‘tú sabes que yo te amo’.

Investigadora: Que las comunicaciones que tenías con él, aunque eran limitadas, te lo decía, se expresaba.

P-6M: Sí, síiii. Eso no fallaba.

La narrativa previa permitió identificar que, a pesar de que se daba ese espacio de comunicación afectiva verbal que fue muy significativo para el P-6M, este destacó que el enfoque en su función como proveedor limitó significativamente los espacios de expresión afectiva de forma física y presencial. Por tanto, algunas de las narrativas en torno a las

interacciones en la díada padre-hijo también reflejaron aspectos de la *socialización tradicional de género* (Categoría D. 10.1) al presentar a la figura del padre mayormente centrado en su rol de proveedor. A continuación, se presenta una verbalización que permite ilustrar este aspecto y las implicaciones que esto tuvo en el proceso de vinculación afectiva con su figura de apego parental:

Verbalización 19 del P-6M: ...Lo que pasa es que mi padre siempre ha puesto el trabajo antes que todo lo demás. Entonces mis padres se divorciaron como cuando yo tenía como un año. Tú sabes yo nunca, yo no me crie con él. Económicamente siempre estuvo todo, pero por cuestiones del trabajo. A veces él trabajaba los siete días de la semana. A veces se podía y a veces no.

Es indispensable destacar que esta fragmentación en el sistema familiar -derivada de la pobre disposición de la madre para estimular la vinculación afectiva- fue cónsona con hallazgos recientes sobre el diagnóstico bipolar en madres. Por ejemplo, Von Ritzhoff (2021) plantea que los ciclos emocionales de hipomanía, manía o depresión suelen provocar desviaciones durante el establecimiento del apego generando gran inestabilidad emocional en el sistema familiar. Esto se debe a que, durante la fase depresiva del trastorno bipolar, la madre puede no estar tan atenta a las necesidades del infante o niño; mientras que, en la fase maníaca o hipomaníaca, puede mostrarse más atenta, o podría presentar comportamientos arriesgados. Esto último también fue detallado por el entrevistado, quien especificó que su madre mantuvo relaciones con algunas parejas en las que él también observó dinámicas de violencia, consumo de alcohol excesivo, entre otras conductas de riesgo a las que fue expuesto.

En otras palabras, la narrativa del P-6M fue cónsona con literatura sobre el apego en figuras parentales diagnosticadas con el trastorno bipolar en las que se describen dificultades de

regulación emocional que limitan su capacidad para establecerse como la base segura que atiende las necesidades del infante (Von Ritzhoff, 2021). Tal cual se observó en este caso, el desarrollo de psicopatologías como esta puede desembocar en lo que Bowlby (1969) denominó una privación materna parcial, pues esta no estuvo del todo disponible para satisfacer las necesidades emocionales, psicológicas o físicas del infante evolucionando hacia una marcada inseguridad emocional con estas figuras de apego primarias. Con respecto a este asunto, Bowlby (1969) también especificó que cuando un niño no logra establecer la relación con la madre como su base segura, este podría recurrir a otro familiar como figura de apego sustituta. Sin embargo, el entrevistado detalló que no pudo recurrir a sus hermanos pues siempre se consideró como cuidador de estos debido a las prácticas de riesgo asumidas por su madre. A pesar de lo anterior, el entrevistado resaltó la calidad del vínculo afectivo con un primo hermano, lo que ha prevalecido desde su infancia y niñez hasta la adultez. Por tanto, las narrativas emergentes en torno a esta relación en particular fueron totalmente cónsonas con un *modelo interno de apego seguro* (Categoría A.1) y con un *estilo de apego seguro* (Categoría B.1). A continuación, se presenta un fragmento de entrevista que permitió ilustrar la calidad del apego con este primo hermano.

Fragmento 4

P-6M: Nosotros nos criamos juntos. Son un montón son como ocho nietos, pero con quien me llevo mucho es con el que va primero que yo. Porque no sé mi madre y mis tías tuvieron una secuencia ahí. Que está mi primo, mi hermano, entonces está el otro primo mío y después voy yo. Con el que está antes que yo con ese es el que yo siempre me llevo, siempre estamos hablando por teléfono. Incluso el sábado dio a luz. Que ese es mi otro hermano.

Investigadora: ¿Todavía puedes recurrir a tu primo?

P-6M: Por lo menos, mi primo a la hora que yo lo llame aparece. Yo lo llamo las dos tres de la mañana, él está despierto. En eso no falla.

La verbalización previa es cónsona con las observaciones de Ainsworth (1991), quien reiteró en sus hallazgos que la inaccesibilidad de las figuras de apego parentales puede propiciar que se recurra a las figuras fraternales en busca de apoyo, consuelo y afecto. Sin embargo, se destaca en las narrativas del entrevistado que este frecuentemente recurría a su primo, y no a sus hermanos. Contrario a esto, en múltiples ocasiones la narrativa permitió observar que el P-6M fungía como protector y cuidador principal de sus hermanos, por lo que no fue posible identificar una estrategia coherente de apego en el vínculo con sus hermanos. Contrario a esto, fue posible notar que el P-6M fungió como figura de protección para el sistema familiar en diversas instancias. Del análisis se desprende que este no recuerda momentos críticos en los que haya sido protegido, mas sí tiene memorias vívidas de momentos en los que él debió proteger a su madre y a sus hermanos. A continuación, se presenta un fragmento de entrevista que ilustra esta inversión de roles en sistema familiar:

Fragmento 5

P-6M: ...Recuerdo uno de los padrastos que tuve, que cogió a mi madre y la golpeó.

Obviamente estábamos encerrados en el cuarto, y nosotros escuchamos el ruido. Entones, yo jugaba pelota desde chiquito y teníamos bates por toda la casa. Y pues, obviamente mi hermano y yo cogimos un bate y salimos a entrarle a batazos a la puerta pa 'que abrieran...En otra ocasión el mismo tipo la agarró por el cuello. No sé si has ido a un residencial antes, pero usualmente hay un extintor y yo agarré el extintor y le dije: 'la

sueñas o te rajo los sesos con esta mierda’, y ahí la soltó...Y ahí él se fue, pero ya yo sabía lo que mi madre daba.

Investigadora: Tú eras el que intervenía para cortar toda esa violencia. Lo que estoy escuchando es que, cuando se daba toda esta violencia, no tenías a quien recurrir.

P-6M: No, porque realmente yo soy el del medio, pero, pues por cuestión de mentalidad, yo soy como el mayor porque mi hermano es de educación especial. Mi hermanita obviamente no tenía la misma capacidad. Entendía, pero no, porque obviamente era una niña.

Toda esta narrativa del P-6M, expone los retos del proceso vinculación afectiva que pueden enfrentar las familias cuando una de sus figuras parentales ha sido diagnosticada con una psicopatología que incluye fluctuaciones en los estados anímicos. Según destacado previamente, bajo estos cambios emocionales frecuentemente las figuras parentales pueden quedar limitadas en su capacidad para apoyar emocionalmente a los hijos estableciéndose lo que ha sido nombrado por algunos autores ‘apego negligente’ (Gantriis et al., 2019; Von Ritzhoff, 2021). Bajo este tipo de apego, no solo se impacta al infante o niño a nivel emocional, sino que la seguridad física del niño puede estar en riesgo, especialmente cuando se lucha con los síntomas del trastorno bipolar durante la fase maníaca o hipománica. Tal cual se observó en este caso, la literatura ya ha expuesto que las madres que enfrentan esta psicopatología pueden tener dificultades para centrarse en las necesidades de sus hijos (Gantriis et al., 2019). Esto fue notable a lo largo de toda la entrevista, donde el P-6M detalló diversas instancias de su niñez en las que estuvo expuesto a prácticas de riesgo y a violencias por parte de amistades o exparejas de la madre, por lo que -aun siendo un niño- debió proteger a su familia concretándose un patrón de parentificación que le impuso responsabilidades propias de un adulto (Mathias, 2022).

Finalmente, el entrevistado identificó como figura de apego significativa a la abuela materna. Sin embargo, se observó que esta fungió como figura de apego suplementaria ofreciendo los cuidados básicos que la madre no podía proveer. No obstante, este relató haberse sentido rechazado por esta. Además, este describió interacciones puntualizó que la aceptación y el apoyo estaban más bien centrados y condicionados en el logro académico. Por consiguiente, en la medida que su desarrollo académico no fue conforme al esperado, la conexión con la abuela materna se fue difuminando, e incluso aclaró que actualmente mantiene comunicación limitada con ella. En otras palabras, no se identificó una estrategia de apego coherente en el vínculo con la abuela materna por lo que las narrativas en torno la díada abuela-nieto fueron ubicadas en la categoría de *modelo interno de apego desorganizado* (Categoría B.4). A continuación, se presenta un fragmento de entrevista que resume lo anterior:

Fragmento 6

P-6M: Mi abuela. Obviamente pues mami, por motivo de su condición, se le hacía difícil mantener un trabajo a veces, y pues ella, siempre estaba con nosotros. Otra cuidadora así, pues mi abuela, si acaso, por parte de madre, si acaso.

Investigadora: ¿Puedes hablarme un poquito de ella? ¿Cómo era tu relación con ella?

P-6M: ...Es que mi abuela es media racista, y yo siempre he dicho que tiene preferencia con mi primo, el que viene antes que yo, y con mi hermano porque mi hermano es de educación especial, pero como yo fui el primero en entrar a la universidad, pues ella me compró carro...Pero, es de estas personas bien cerrada de mente. Que es como que 'esto es así y se tiene que hacer así y punto' (*imitando*). Y pues obviamente ahí, pues, yo me tiraba algún comentario que ella decía: 'maldita sea la madre, cállate' y seguía caminando. Ella fue quien me enseñó a leer y a escribir, en cuestión de lo académico, pues ella estuvo más

pendiente a eso y pues. En lo básico diría yo, cuando estaba empezando. Ya después, yo soy muy *hyper* diría yo. Y yo no prestaba mucha atención a la escuela, no le prestaba mucha atención, y pues ella como veía que no me interesaba, pues no.

Investigadora: Entonces, lo que sí mencionas que fue significativo de tu abuela, es que siempre recuerdas que en esa parte académica siempre como que te dio seguimiento y apoyo.

P-6M: Siempre, eso nunca, nunca faltó.

El análisis de las narrativas descriptivas de la relación en la díada abuela-nieto permitió reflexionar acerca del racismo como un patrón intergeneracional que afecta el proceso de vinculación afectiva entre familias puertorriqueñas. Con respecto a esto, las personas que han experimentado el racismo frecuentemente describen haber estado desfavorecidos económica y socialmente no solo fuera del sistema familiar, sino en sus relaciones afectivas más íntimas (Lloréns et al., 2017). Tal cual describió el P-6M, en familias en las que hay diversidad racial, la propia unidad familiar puede surgir como un foco de comportamiento racista (Lloréns et al., 2017). Por ende, el racismo puede experimentarse como un doble ataque (externo e interno) enfrentando rechazos, exclusiones y preferencias a un nivel sociocultural más amplio (macrosistémico), y a la vez en la dimensión social más íntima con sus figuras de apego.

Al integrar los hallazgos presentados por el P-6M, particularmente en las interacciones con su figura de apego materna, así como lo referido en las interacciones en la díada abuela-nieto, se identificó un claro patrón de interacciones continuas y sistemáticas que minó su estabilidad emocional por lo que fueron categorizadas como *maltrato durante la infancia, niñez o adolescencia* (Categoría A7). Aunque el entrevistado no reconoció ni nombró abiertamente estas interacciones como maltrato, las descripciones fueron cónsonas con un cuidado materno

negligente que incluyó la exposición a diversos tipos de violencias instaurándose así un *modelo interno de apego desorganizado o irresuelto* (Categoría A.4).

En la siguiente sección, se discutirá el análisis de contenido mediante confiabilidad entre jueces y juezas en el que se detallará la calidad del apego en la relación de pareja y los patrones de interacción que le distinguen.

D-03: Estilos de apego

Coqueteo cibernético: Entre *Tinder*, *Snapchat* y *WhatsApp*.

El análisis de contenido mediante confiabilidad entre jueces y juezas permitió identificar que los acercamientos iniciales entre la D-03, así como el manejo de conflictos una vez ya iniciada la relación, han estado mediados por el uso de la tecnología. Del historial de apego en pareja se desprende que la P-5F recurrió al uso de *Tinder* y otras aplicaciones como estrategia para afrontar las emociones de pérdida, soledad y abandono tras una ruptura previa, lo que dio inicio a las interacciones entre la D-03. La narrativa presentada fue cónsona con hallazgos de investigaciones en las que se describe el uso del *Tinder* para lidiar con sus sentimientos de pérdida y propiciar emociones positivas (p. ej., la reafirmación de su apariencia física) (Rochat et al., 2019). A continuación, se presentarán dos fragmentos de entrevista que fueron categorizados como ilustrativos del uso de la tecnología como *otro mecanismo de regulación emocional* (Categoría D.4). Asimismo, se observará la forma en que la P-5F concretó sus *ofertas de conexión a través del uso de la tecnología* (Categoría D.14) realizando claras movidas de *búsqueda de cercanía* (Categoría C.2) a través de diversas aplicaciones.

Verbalización 20 de la P-5F: Pues llegó dos mil diecisiete, eh, y ahí terminó mi relación con mi pareja, verdad, mayo dos mil diecisiete, pasé una depresión *whatever* lo usual, eh, empecé a hablar con, como que traté de despejar la mente, literalmente me creé una cuenta

de *Tinder* y todo, y empecé a hablar con gente súper *random*. Así por, por hablar, por no quedarme así en la cama como que bien deprimida y *whatever*, encontré el *Tinder* de él, y le di *like*, yo dije: ‘okay, pues vamos a llamarle la atención, vamos a ver qué pasa aquí’, y ahí empezamos a hablar.

Según ilustrado en esta verbalización, la D-03 se distinguió por la integración de diversas aplicaciones tecnológicas para realizar los primeros acercamientos de coqueteo. Además, del análisis se desprende que toda esta interacción con su pareja actual le permitió a la P-5F modificar el modo en que experimentaba la pérdida de un vínculo afectivo romántico. Por consiguiente, las descripciones en torno a los acercamientos iniciales de la P-5F sirvieron como un amortiguador ante el dolor emocional de otra pérdida relacional, lo que se conoce popularmente como una “relación rebote” (Brumbaugh & Fraley, 2015). Este tipo de relación se distingue por tener su inicio poco tiempo después (semanas o meses) de haber culminado una relación romántica, y previo a que el trabajo emocional de esa ruptura o pérdida se haya resuelto (Brumbaugh & Fraley, 2015). Por tal razón, popularmente se les considera como relaciones “poco saludables”. Sin embargo, las narrativas emergentes en la D-03 fueron cónsonas con hallazgos recientes en los que se plantea que las personas que ingresan a este tipo de relación experimentan cierto efecto positivo e incluso un mejor ajuste post-ruptura (Brumbaugh & Fraley, 2015). Por tanto, las narrativas en torno al inicio de la relación reflejaron interacciones que evidenciaron procesos de *regulación emocional* (Categoría B.1.2). A continuación, se presenta una verbalización de la P-5F que permite ilustrar la experiencia emocional que distinguió el inicio del vínculo afectivo en la D-03:

Verbalización 21 de la P-5F: Básicamente fue después de María que empezamos a hablar y vernos más. Eh, supongo que, supongo que al principio éramos como que jevitos,

cogiéndolo bien con calma, porque él estaba recién salido de una relación. Y yo, no necesariamente todavía superándolo, pero había pasado menos de un año, como que todavía pues, con calma también, conociéndolo a él también, supongo...Eh, resolviendo nuestros dramas, por decirlo así, siendo un apoyo mutuo, eh, nos hicimos como que amiguitos, más allá de amigos, más o menos en ese tiempito, yo diría entre septiembre y noviembre, por decirlo así.

No obstante, debe destacarse que el apoyo mutuo articulado en una relación de tipo rebote no exime que algunos aspectos de la historia afectiva de la pasada relación se transfieran a la nueva relación, lo que frecuentemente ocurre de manera inconsciente (Brumbaugh & Fraley, 2006, 2015). De las narrativas se desprende que la P-5F inició la conexión con su actual pareja ya que era un conocido de su expareja. Esta narrativa fue cónsona con los hallazgos sobre “relaciones rebote” donde se plantea que es una transferencia inconsciente la que anima a las personas a utilizar algún referente de la relación romántica previa al que le darán continuidad, pero en el contexto de una relación romántica nueva. A continuación, se presentará una verbalización que permite ilustrar la forma en que esta transferencia se articuló durante el inicio de la relación entre la Pareja 03:

Verbalización 22 de la P-5F: ...*(ríe)* Sí, como otro acercamiento, fue como que, ‘guau, otra persona conectada a él’ [refiriéndose a su expareja], ‘pues dale vamos a ver qué pasa’. Como que, no, no sé, no sé qué fue la intención mía detrás de eso, supongo que averiguar más o ver cuál, cuál era la reacción o algo así. Pero empezamos a hablar ahí básicamente, y yo me desahogaba con él, porque obviamente era como que ‘okay, él sabe lo que había pasado’. Eh, ‘él sabe lo que él hacía, pero él no sabe nada de mí, pero lo más seguro él me podría ayudar o algo porque, pues por lo menos supo de la situación’.

Esta verbalización también permite ilustrar el apoyo mutuo que se fue conjugando entre la D-03 en el inicio de la relación. De la entrevista se desprende que el P-6M también atravesaba por dos pérdidas: una ruptura amorosa, y el fallecimiento de su bebé recién nacido de su relación previa, por lo que la P-5M también ofertó apoyo emocional y acompañamiento durante estas pérdidas, lo que fue categorizado por los jueces como parte de los procesos de *regulación emocional* (Categoría B. 1.2) que dieron pie a esta relación. A continuación, se presentará un fragmento de entrevista que permite ilustrar el apoyo recibido por el P-6M en el contexto de esta nueva relación:

Fragmento 7

Investigadora: ...Siguieron hablando por *Snapchat*, *WhatsApp*, de *Tinder* pasan a *WhatsApp* ¿Cuándo deciden entonces salir y, empezar a compartir en persona?

P-6M: Más o menos pa' esa misma fecha. Por ahí, entre, entre.

P-5F: (*Interrumpe*) Eso fue en Montehiedra. La primera vez que salimos fue a Montehiedra.

P-6M: Exacto, que fue para agosto yo creo. No, no fue para agosto fue julio. Cuando yo perdí el bebé. Pa' julio, sí, que yo fui con las cenizas.

P-5F: Él fue un día para buscar las cenizas de su bebé. Me escribió para encontrarnos en Montehiedra. Desahogarnos básicamente. Hablar y desahogarnos. Y eso hicimos.

Según presentado, el apoyo de la P-5F también le permitió al P-6M sobrellevar las emociones dolorosas ante las pérdidas que enfrentaba, lo que fue categorizado como parte de la *regulación emocional* (Categoría B 1.2) que enmarcó el inicio del vínculo. No en pese a este aspecto positivo, posteriormente se observó que los modelos internos de apego y las representaciones mentales en torno a las parejas previas influenciaron el comportamiento

interpersonal en el contexto de esta nueva relación, lo que se discutirá más adelante (Brumbaugh & Fraley, 2015).

En la siguiente sección se presentarán los hallazgos del análisis de contenido que permitió observar el estilo de apego de la P-5F.

D-03: Estilo de apego en la P-5F.

El análisis de contenido mediante confiabilidad entre jueces y juezas permitió identificar que la P-5F ha manifestado patrones cognitivos, emocionales y conductuales que fueron muy variados, lo que fue cónsono con un *estilo de apego desorganizado* (Categoría B.4). De la narrativa se desprende que frecuentemente la entrevistada suele realizar movidas mediante las que insiste, reclama y exige a su pareja, lo que suele observarse más claramente cuando enfrentan conflictos. Por tanto, algunas de verbalizaciones fueron categorizadas como parte de las movidas de *perseguir* (Categoría C.4), mientras que otras fueron categorizadas como movidas de *protesta* (Categoría C.10). Estas últimas se caracterizan por la expresión de emociones como ira, coraje e indignación. A continuación, se presentan algunas verbalizaciones que permiten ilustrar ambas movidas:

Verbalización 22 de la P-5F: Lo que pasa es que cuando yo le pido las cosas en baja no me escucha. Le hablo de forma buena y no me escucha. O sea, literalmente, no es hasta que exploto, o hasta que llego a ese límite que él hace algo con relación a eso. Empezando por el modo de avión del teléfono, literalmente, no fue hasta que hice un *show* masivo, que Dios sabe que se lo pedí veinte veces, que hizo caso. No es hasta que yo hago un *show* masivo tres días después de pedirle que, que friegue, que entonces hace caso, y entonces se queja porque hay demasiados trastes.

Verbalización 23 de la P-5F: A veces, verdad, como que suelo tener como que más coraje, a veces, por decirlo así, como que con situaciones con la vida en general... Como que reconozco como que cruzo límites que no debería. No sé si tal vez esto sea como que resultado de todo lo que me pasó, imagino que sí. El tipo de coraje, como que, que suele darme, como que suele darme un poco más fuerte.

Aparte de estas movidas en las que la P-5F reclama o protesta también, se identificaron movidas en las que también se mostró más evitativa, centrada en sus responsabilidades laborales y académicas lo que fue señalado por su pareja (P-6M). Además -como es propio del estilo de apego desorganizado- todas estas movidas también coexisten con las experiencias de mayor cercanía, apoyo y confianza. Por lo tanto, también se identificaron múltiples señales mediante las que la P-5F propicia un mejor afrontamiento de estrés, asertividad, entre otros aspectos conducentes a un mayor *bienestar mental* (Categoría B.1.5) en el P-6M. A continuación, se presenta un fragmento de la entrevista que permite ilustrar lo anterior:

Fragmento 8

P-5F: ... él me, él me regaló una bolsita de papel.

Investigadora: Ajá.

P-5F: De sus preocupaciones, este, como que sus miedos, sus sentimientos, sus sentimientos.

Investigadora: Guau.

P-5F: Expresando cómo se siente básicamente, escritos por delante y por detrás.

Investigadora: Eso es muy, muy íntimo.

P-5F: Sí (*ríe*). No me acuerdo cuándo fue eso, tampoco.

Investigadora: Voy a, voy preguntar ¿recuerdas lo que te hizo sentir así, tan abierto?

(dirigiéndose al P-6M)

P-6M: No sé, que había mucha confianza.

Investigadora: Mjm.

P-6M: Siempre me escuchaba así, siempre estábamos juntos.

Sin embargo, es importante destacar que la entrevista permitió notar que las interacciones de mayor cercanía, disposición y apoyo prevalecían al inicio de la relación. De hecho, la entrevistada detalló un evento en el que ella experimentó síntomas de alta ansiedad al inicio de la convivencia, y el P-6M proveyó apoyo emocional y acompañamiento, lo que fue categorizado por los jueces y juezas como una interacción que develó la capacidad de *regulación emocional* (Categoría B.1.2) propia de un *estilo de apego seguro* (Categoría B.1). A continuación, se presentará una verbalización de la P-5F que permite ilustrar la calidad del apego en el inicio de la relación:

Verbalización 24 de la P-5F: Sí, básicamente, aparte de mi mejor amiga, él era la única otra persona que le podía hablar de la situación ... él era el que me escuchaba todo.

Básicamente y él que me entendía...hubo una noche en particular en donde yo, literalmente, no podía dormir, yo literalmente estaba asustada, sabes, fui, fue un tipo de ataque de pánico que me dio ahí, y literalmente el salió de su trabajo y pichó su turno para quedarse la noche conmigo para yo poder descansar. Eso fue los primeros días, literalmente los primeros días.

No obstante, el análisis de contenido permitió identificar que, tras años de escaladas en los patrones de interacción conflictivos centrados en protestas, demandas, críticas -lo que es más cónsono con procesos de apego ansioso-, actualmente la P-5F prevalece en patrones de mayor

evitación, lo que refleja el agotamiento emocional que les ha dirigido a un mayor desapego (lo que se discutirá más adelante). En la siguiente sección se discutirá el estilo de apego identificado por los jueces y juezas en el P-6M.

D-03: Estilo de apego en P-6M.

El análisis de contenido mediante confiabilidad entre jueces y juezas permitió identificar que el P-6M prevalece patrones cognitivos, emocionales y conductuales que fueron muy variados, lo que también fue cónsono con un *estilo de apego desorganizado* (Categoría B.4). De la narrativa se desprende que el entrevistado ha demostrado tanto movidas en las que demanda cercanía y distanciamiento simultáneas, lo que incluso suele manifestarse en una misma interacción. En las siguientes verbalizaciones presentadas por la P-5F se presentarán dos momentos en los que la pareja lograba cierta conexión emocional y física, pero el P-6M respondió con claras movidas de *distanciamiento o retirada* (Categoría C.3):

Verbalización 25 de la P-5F: ...estábamos en el *parking* ese que estaba como que frente a la acera hacia la cancha. Y, me iba a despedir, me iba a despedir. Como que, puse mi cara como que quería darte un beso. Y creo que tú viraste la cara, o algo así, o ambos hicimos algo que, los dos como que pichamos. Y después me bajé del carro, y él se, él me pidió perdón, por, por no haberme besado.

Verbalización 26 de la P-5F: Él, como que él me escribió algo ahí [refiriéndose a una nota en un regalo], y yo sé que cuando él me lo dio estábamos en el carro, y él no me quiso ni mirar la cara. Él se tapó la cara y todo cuando yo lo estaba leyendo.

Según se observa en las interacciones descritas, en ocasiones el P-6M tiende a reaccionar con gestos o verbalizaciones mediante los que claramente limita la intimidad reflejando incomodidad con el nivel de cercanía. En contraste con esto, en otros momentos de la entrevista,

las narrativas incluyeron movidas en las que el P-6M *persigue* (Categoría C.4) a la P-5F mostrándose más ansioso y reflejando temor a ser abandonado por su pareja. Conjuntamente, la discusión permitió notar el proceso transferencial propio de una “relación rebote” donde el modelo interno de apego inseguro instaurado en una relación previa logra continuidad a la relación de pareja actual. En el caso del P-6M este describió que las experiencias de infidelidad en la relación de pareja previa hacen que emerjan patrones (emocionales, cognitivos y conductuales) de gran inseguridad. A continuación, se presentarán tres verbalizaciones realizadas por el P-6M que permiten ilustrar las movidas en las que este también *persigue* (Categoría C.4). Estas verbalizaciones también fueron categorizadas como parte de *experiencias traumáticas* (Categoría D.4) pues claramente se evocan los recuerdos, emociones y cogniciones que aluden a la inseguridad experimentada en una relación de pareja previa, como un aspecto que influencia las interacciones en la relación de pareja actual:

Verbalización 27 del P-6M: ...hubo una vez, yo soy bien inseguro por todo lo que ha pasado. Ella también tiene sus ‘destos’. Y hubo una vez, donde yo me estaba, ella cogió de desaparecerse, y era que se quedaba dormida, que no cargaba el teléfono. Y...cuando yo pensé que tú estabas teniendo algo con él [refiriéndose a un amigo en común] que yo te hice el acercamiento (*ríe*).

Verbalización 28 del P-6M: Como que se me desapareció. Y no sé, me dio una pendejá’ por decirlo así, y simplemente me monté en el carro y caí en la casa, y no había nada. Estaba tira’ literalmente en la cama. Ni cuenta se dio de que yo fui a la casa.

Verbalización 29 del P-6M: Inseguridades por mi expareja...eso fue una puerca’ masiva de parte de ella, que estuve arrestado, un chorro de revoluces, no porque yo le hice algo malo a ella. Solo que, me fue infiel con mi mejor amigo, y él bajó a mi casa y yo estaba

bien aborreció', era mi cumpleaños...me llamaron los guardias...y ellos me pusieron una orden de alejamiento, un revolú masivo.

Según ilustrado en las verbalizaciones, a lo largo de la entrevista el P-6M detalló el modo en que frecuentemente emergen emociones de ansiedad, miedo, angustia, ira en torno a la posibilidad de que su pareja pueda cometer infidelidad lo que ilustra claramente la forma en que se evocan los modelos internos de apego inseguro. En la siguiente sección se discutirán los patrones de interacción que distinguen a la D-03. Además, se detallará la forma en que la pareja integra el uso de la tecnología y otros mecanismos de regulación emocional durante la resolución de sus conflictos.

D-03: Patrones de interacción

Apego en competencia, mute, block, read more y airplane mode.

Según ilustrado en secciones previas, la D-03 se distinguió por el uso de aplicaciones tecnológicas durante los acercamientos iniciales en la fase del coqueteo. Sin embargo, el análisis de contenido permitió notar que la tecnología todavía preserva un rol protagónico en las interacciones entre esta pareja. Además, el análisis de contenido permitió identificar que uno de los conflictos prevalentes entre la D-03 está enmarcado en los reclamos por parte de la P-5F en torno al tiempo invertido por parte del P-6M en el uso del celular. Durante la entrevista en pareja, la P-5F relató que el nivel de cercanía entre la pareja se ve afectado debido al uso excesivo del celular en juegos, comunicaciones con amistades u otras interacciones que interrumpen las movidas de cercanía entre la pareja. A continuación, se presentará un fragmento de entrevista con verbalizaciones que fueron categorizadas por los jueces y juezas como parte de este *conflicto* (Categoría C.1).

Fragmento 9

P-5F: ...La otra gran mayor parte de las veces yo siento que es más él como distraído en el teléfono, o hablando por teléfono con amistades. Ehhh, o viendo series, tiene como tres juegos distintos que el juega. Uno es *Clash Royale* otro, no recuerdo qué, de sembrar, o qué se yo.

P-6M: ¿Sembrar?

P-5F: No sé, no recuerdo. Creo.

Investigadora: ¿El de las villas?

P-6M: No, no, no. Juego *Call of Duty*, *Clash of Clans*.

Investigadora: Ahhhhhh.

P-6M: Y, y, y, *Clash Royale*.

Investigadora: Okaaaay.

P-6M: Sí, son jueguitos así que.

P-5F: Que está bien orgulloso por estar en unos niveles bien altos, incluso.

P-6M: Son muchos años.

P-5F: Exacto. Así que imagínate la dedicación que se necesita para llegar a eso.

Investigadora: ... [refiriéndose a la P-5F] ¿tú sientes que esto, en alguna medida, interrumpe la interacción entre ustedes, o el que ustedes puedan conectarse como pareja? ¿eso es parte de los conflictos?

P-5F: Sííí, eh, sí. Como que a veces, a veces puedo ir en el carro, con él, por ejemplo, vamos de camino al cine o algo así, y entran qué sé yo, dos llamadas, pero son dos llamadas eteeeeernas, o sus amistades. Como que, dos amistades corridas lo llaman y ¿no puede ignorar la llamada? Como que lo está haciendo ahora, porque se lo he mencionado.

A lo largo de la entrevista fue posible identificar que el P-6M utiliza la tecnología en su celular como primera opción para manejar emociones tales como (p. ej., aburrimiento, tristeza y ansiedad) lo que fue identificado por los jueces y juezas como *otro mecanismo de regulación emocional* (Categoría D.4). No obstante, las verbalizaciones también fueron cónsonas con la literatura acerca de la tecnoferencia y los apegos en competencia, lo que permite dar cuenta de las claras dificultades enfrenta la pareja para lograr una conexión en apego seguro (Bugatti, 2018). Según plantea Bugatti, 2018, estas interrupciones por vía de la tecnología pueden indicar que las necesidades afectivas en la relación de pareja no están siendo atendidas, lo que puede desembocar en que uno -o ambos integrantes de la díada- recurran a otros recursos para satisfacer sus necesidades, sentirse emocionalmente más seguros, amados y conectados. Asimismo, pueden recurrir a una variedad de actividades (p. ej., tecnología, alcohol, amistades, ejercicio, juegos, pornografía, entre otras) que les ayuden a lidiar con la frustración y dolor. Acerca de esto, las investigaciones sugieren que cuando se recurre a la tecnología de manera excesiva -lejos de propiciar mayor dinamismo o equilibrio a la relación- esto puede llegar a interrumpir la reparación o reconexión (emocional y física) generando mayor frustración entre la pareja (McDaniel & Coyne, 2016). A continuación, se presentarán dos verbalizaciones que también permiten ilustrar el uso de la tecnología en el P-6M y conflictos que esto genera en la relación de pareja.

Verbalización 30 de la P-5F: En fin, escogemos una película (*rie*). Eso es una misión también, pero se escoge, y yo termino en *Facebook* porque no me interesa mucho la película, o porque simplemente me distraigo, y termino en *Facebook*, y el termina en su teléfono, y así terminamos.

Verbalización 31 del P-6M: Yo tengo un pana que dice que yo soy su padre... Y él me llama por *Facetime*. Le digo ‘chico estoy con (*nombre de su pareja*)’... Y me dice ‘ah sin cojones me tiene, tú eres mío’... ‘ah no, pero ella tiene que aprender a compartir’, y yo ‘aprende a compartir tú’ y le cuelgo, ¡páááá! (*imitando sonido*). Y me empieza a llamar. Y así... Sí, son amistades que realmente yo digo que son, son de confianza. ... No les importa interrumpir, realmente no les importa.

Verbalización 32 de P-6M: ... Ahora pongo el teléfono en modo de avión... Ahora lo pongo el teléfono en modo de avión pa’ que nadie me moleste.

Según se ha ilustrado en las verbalizaciones, la tecnología tiene el potencial de interferir en el desarrollo de la intimidad cara a cara en las relaciones románticas. Tal y como se observa en la Verbalización 30, los integrantes de la díada pueden construir todo un panorama alterno de intimidad por vía de dispositivos electrónicos, a costa de la intimidad presencial. Por tanto, la comunicación o el contacto cara a cara queda como tronchado ante los dispositivos electrónicos.

Por otro lado, lo observado en el Verbalización 31 permite ilustrar la forma en el uso del dispositivo telefónico puede tornarse en sí mismo en un tipo de apego logrando más proximidad con este que con la pareja (Bugatti, 2018; McDaniel & Coyne, 2016). Desde el lente de la teoría de apego, investigaciones recientes han planteado que el teléfono celular puede convertirse en una vía que facilita la formación y fortalecimiento de fuertes vínculos con otras personas (McDaniel & Coyne, 2016), lo que el P-6M detalló constantemente logra mediante interacciones en línea con sus pares. Por tanto, más allá de un mero dispositivo electrónico, el celular le permite sentirse valorado y querido mediante el recibo y envío de mensajes facilitando interacciones en otros vínculos. De esta forma, poco a poco, este dispositivo puede convertirse como en una extensión de la personalidad, de la cotidianidad y de la posición social del

individuo (McDaniel & Coyne, 2016). A continuación, se presenta una verbalización que permite ilustrar el apego, el cuidado y la protección con la que el P-6M maneja su dispositivo celular:

Verbalización 33 del P-6M: Vamos a explicarle por qué pasa eso. Ella duerme bello, hermoso, ella se cree Rocky Balboa cuando duerme, empieza a tirar macetazos pa' tos' lados... El teléfono de ella míralo (*enseña el celular con pantalla rota*), más nuevo que el mío. Porque ese teléfono ella lo tiene desde agosto. Yo llevo un año con este teléfono, y a mí eso no me pasa. Ella tira el teléfono por puro chiste y dos veces me tiró el mío. Y yo dije: 'no', 'dentro de la funda de la almohada', 'dale to' los golpes que tú quieras, pero de ahí no se va a salir'.

Acorde con esta narrativa emergente donde la tecnología tiene un rol central en las interacciones más íntimas entre la pareja, el análisis de contenido mediante confiabilidad entre jueces y juezas, permitió identificar que las movidas de búsqueda de cercanía entre los integrantes de esta díada también requieren que estos, particularmente el P-6M, tome acciones específicas para minimizar la tecnoferencia, para poder lograr mayor conexión emocional y física. A continuación, se presentará un fragmento de la entrevista que fue categorizado por los jueces y juezas como parte de las movidas de *búsqueda de cercanía* en el P-6M (Categoría C.2).

Fragmento 10

P-6M: Ahora, cuando salimos pongo el teléfono en modo de avión.

Investigadora: ¿Cómo?

P-6M: Ahora lo pongo el teléfono en modo de avión pa' que nadie me moleste.

Investigadora: Lo pones en *airplane mode*.

P-6M: Modo de avión es la clave.

Según se observa en el fragmento previo, el P-6M explicó que para alcanzar mayor conexión emocional y física durante sus citas debe desconectarse de las interacciones que se generan a través de su celular.

Aparte de los conflictos asociados a la tecnoferencia, el análisis de contenido aludió a otros conflictos asociados a la organización para la ejecución exitosa de planes y actividades familiares, tareas domésticas, entre otros aspectos más estructurales. A continuación, se presentan dos verbalizaciones que permiten ilustrar este tipo de *conflictos* (Categoría C.1):

Verbalización 34 del P-6M: ...el domingo íbamos a ir a la playa *Crash Boat* a las nueve o diez de la mañana. Y el nene me levanta ‘mira que llévame al baño, (*nombre de P-5F*) se fue...Y yo como ‘¿pero pa’ dónde se fue?’, y él ‘a trabajar’, el nene tiene tres años, como que (*hace gesto*). So yo asumí que los planes se habían ido a, tú sabes, yo pues seguí en la mía. Entonces cuando ella llega por la tarde con, ‘y los planes que vamos a hacer’, y yo como que, ‘pero es que el plan era ir pa’ tal sitio y tú no estabas, yo no voy a ir pa’ tal sitio a esta hora, si yo trabajo horita’. Tú sabes que un viaje a Aguadilla ahora mismo son dos horas y pico o tres.

Verbalización 35 de la P-5F: La ropa se quedaba ahí en la canasta unos días. Yo lo, yo, yo lo. Por ejemplo, yo lo lavaba lo ponía ahí: ‘mira ayúdame a secar esto’, ‘ayúdame a guardar esto’. Al principio creo que era mutuo que lo guardábamos, pero a veces, ah, o, o, no recuerdo en qué momento fue que lo empezamos a dejárselo como que uno lava y la otra persona lo guarda o recoge. Ahí, en ese pro, en ese momento el problema era que la canasta se quedaba ahí unos días. Y ahí se quedaba.

Según se refleja en las verbalizaciones previas (al igual que en el resto de las entrevistas en pareja analizadas), la D-03 también detalló interacciones en las que ambos integrantes

experimentan falta de reciprocidad y apoyo debido al incumplimiento de los acuerdos en torno a las tareas del hogar. Además, en el caso de la D-03, se identifican otros aspectos relacionados a la organización del sistema familiar en el cumplimiento de las responsabilidades de una coparentalidad, lo que también provoca tensiones y escaladas en los patrones de interacción conflictivos en la relación.

Sumado a lo anterior, en esta díada se identificaron patrones de interacción variados donde un miembro puede exigir ser escuchado y acto seguido puede realizar movidas para bloquear la comunicación. Por consiguiente, algunas interacciones fueron categorizadas por los jueces como *patrones de interacción desorganizados en la relación de pareja* (Categoría C.9). En congruencia con lo destacado en verbalizaciones previas, estas interacciones más desorganizadas también estuvieron mediadas por el uso del dispositivo telefónico (celular) y sus distintas aplicaciones. A continuación, se presentará una verbalización ilustrativa de los patrones interaccionales desorganizados en la D-03:

Verbalización 36 del P-6M: El otro día (*ríe*), me dio risa, porque ella está peleándose por *WhatsApp*. Y yo cojo y la bloqueo, verda', porque no quiero seguir recibiendo los mensajes porque yo trabajo y el teléfono 'ding, ding, ding' y yo 'diablo'. Y viene y me empieza a escribir por texto regular. (*Imitando a su pareja*) '¡Acaba y desbloquéame que, eh h h h h h!' '¡Desbloquéame!', y ella viene y me bloquea a mí, y yo 'ah, si me podías bloquear'.

Según presentado, ambos integrantes de la díada pueden reclamar y bloquear la comunicación. Sin embargo, el análisis de contenido permitió identificar que estas interacciones más desorganizadas se suscitan tras haberse conformado inicialmente el *patrón de interacción de perseguir-retirar* (Categoría C. 6) donde es frecuentemente la P-5F quien exige e insiste en la

comunicación, y en sus reclamos de afecto y apoyo, mientras que el P-6M las evade. A continuación, se presentará un fragmento de entrevista que permite ilustrar este patrón o danza:

Fragmento 11

P-6M: ...A veces la bloqueo como que: ‘me vas a seguir escribiendo’, (*imita sonido*) ‘plaaaá’, o la *muteo*. No por mal, en verdad, si pudiera, lo haría, lo que pasa es que es, le estoy diciendo que hubo una vez que me envió un mensaje que decía *read more* treeees veces. Y yo como que (*hace gesto con palmada en la frente*).

Investigadora: ... [dirigiéndose a la P-5F]...Y cuando tú escribes estos mensajes, que él dice que son eternos y larguísimos. Usualmente, ¿qué?, ¿qué tú quieres expresar? o ¿qué expresas en, en esos mensajes?

P-5F: Usualmente son lo que no me dejó explicarle por teléfono cuando, cuando empezó la pelea. Lo que él no estaba escuchando. La razón por la cual estoy molesta, o qué fue lo que llevó a eso, o el ‘por qué tú pensaste de esa manera si hablamos, si habíamos hecho esto o hablado esto’, o ‘mano te pedí esto tres veces los últimos tres días, y siempre es lo mismo’.

Aparte de los dos patrones antes descritos, los integrantes de la D-03 explicaron que recientemente han recaído en patrones que se distinguen por el lanzamiento de ataques que tienen el objetivo de incomodar y de evocar otras emociones fuertes (p. ej., celos, dudas, entre otros), lo que ha generado gran inseguridad entre los integrantes de la díada. Esto último fue categorizado por los jueces y juezas como parte de un *patrón de interacción de atacar-atacar* (Categoría C.8). A continuación, se presenta un fragmento que permite ilustrar este patrón:

Fragmento 12

P-6M: Y en una discusión, yo me estoy yendo a trabajar, ella me dice ‘ah pues dale vete, yo llamo al vecino’. Y fue como que (*rie*).

P-5F: No fue así que se dio realmente. Yo le dije: ‘dale vete, sigue hablando con tus amigas’, o algo así, y él me salió ‘dale invita al vecino’.

P-6M: Ahhh, exacto, exacto sí.

P-6M: Es verdad.

P-5F: Y yo dije: ‘pues dale, no hay problema’... ‘yo no creo que él vaya a tener problema’.

O algo así como que ajá, comentarios como que ‘dale, no hay problema, se me hace fácil’, por decirlo así. Sí, yo se lo he dicho, que yo reconozco que esas cosas yo lo hago por molestarlo.

Según explicaron los miembros de la D-03, los conflictos en torno al tema de una posible infidelidad toman continuidad en la relación actual. Por consiguiente, el análisis de contenido permitió notar que las amenazas en torno a una posible infidelidad le remiten a esta *experiencia traumática* (Categoría D.3) identificada en el historial de apego del P-6M (ver Verbalización 29). Todo esto desemboca en una clara escalada en los conflictos evocando los modelos internos de apego inseguro donde prevalecen las emociones de miedo, ansiedad y angustia. A continuación, se presenta otro fragmento que detalla un conflicto previo y que también permitió ilustrar el modo en que los procesos de apego inseguro de una relación de pareja pasada influyen el proceso de vinculación afectiva en la relación de pareja actual:

Fragmento 13

P-5F: Literalmente, hubo, hubo peleas que se habían formado con eso, porque que él decía: ‘ah solo estabas buscando excusa para sacarme de la casa’, etcétera.

P-6M: Porque yo, mi ex fue lo mismo, me sacaron, la policía por el revolú. Y pues, cuando pasó eso, yo sentía eso, que estaba buscando excusas pa’ sacarme de la casa y ya.

Investigadora: ...o sea, que tú papá te pide alojamiento a ti (*señalando a P-5F*) tú le das el espacio a ella, pero sentías que estaban buscando una excusa para, para sacarte.

P-6M: Así mismo.

Por otro lado, el análisis entre jueces y juezas permitió observar que el proceso de reconciliación tras el conflicto frecuentemente está mediado por el uso de la tecnología. En estas interacciones ambos integrantes de la pareja describieron nuevamente *patrones de interacción desorganizados* (Categoría C.9) donde ambos exigen y bloquean la comunicación. Al mismo tiempo, detallaron recaer en el *patrón de interacción de retirada-retirada* (Categoría B.2) donde se muestran emocionalmente cansados, por lo que se retiran y se distancian emocional y físicamente manifestando mayor evitación. Finalmente, se identificó que -tras el conflicto- la pareja retoma sus interacciones paulatinamente y concretando *ofertas de conexión a través de la tecnología* (Categoría D.14). Este último patrón de interacción (*de retirada-retirada*) mediado por la tecnología fue considerado por los jueces y juezas como el prevalente en la relación de pareja.

A continuación, se presenta un fragmento de la entrevista que fue categorizado como parte del *conflicto* (Categoría C.1) y de la *reconciliación* (Categoría C.5) en la D-03:

Fragmento 15

Investigadora: ...usualmente, ¿cómo se da la reconciliación entre ustedes?

P-6M: Texto.

P-6M: Diez mandamientos por mensaje de texto.

Investigadora: Diez mandamientos.

P-6M: Y ponte a leer si tú quieres.

Investigadora: Okay, háblame de los, de los diez mandamientos, qué ¿qué pasa con los diez mandamientos?

P-6M: Párrafos de estos que dicen *read more* como cuatro veces. Y, la termino llamando, me bloquea, yo la bloqueo, peleamos, nos insultamos, nos eliminamos de todas las redes sociales. Nos volvemos a agregar. Así estamos constante. Y creo que, que terminamos hablando en persona usualmente ¿verdad?

P-5F: Mmmmm, a veces, literalmente, lo que hacemos es como que dejar el tema, él me pide que lo deje quieto, y yo pues *fine*, está bien, nos dejamos de hablar, literalmente, lo que hacemos es dormir, y lo a, al otro día, si acaso en el trabajo, o en la universidad me envía algo *random*.

Investigadora: ¿Cuándo dices *random*, ¿es que no es referente a lo que pasó? ¿No tiene que ver con lo pasó?

P-5F: No. Algo súper nuevo, como que un mensaje, o un meme o algo.

Tal cual se ha ejemplificado en el fragmento anterior y a lo largo de esta sección, es posterior a una progresión de interacciones mediadas por la tecnología en la que se articulan diversas danzas, -donde se concretan movidas de distanciamiento, reclamos, protestas y demandas- que la pareja logra retomar el nivel de cercanía en su relación. No obstante, se destaca en esta diada, que el proceso de reparación y reconexión está enmarcado en una evidente evasión al conflicto. Esto sugiere que -en la actualidad- la pareja recae en patrones interaccionales sumamente desorganizados, pero con una tendencia a prevalecer en un *estilo de apego evitativo* (Categoría B.2). A continuación, se presentan dos verbalizaciones que permiten ilustrar esta prevalencia en la evitación entre los miembros de la D-03:

Verbalización 37 de la P-5F: Literalmente aquí los problemas se ignoran y pasan, y actuamos como si no hubiesen pasado.

Verbalización 38 del P-6M: ...trato de despejarme, y necesito despejarme del trabajo, y logro hacerlo. Ehhh, pero eso ignorando todo, sabes como que la presión sigue estando así.

En la siguiente sección se presentarán las metáforas que los miembros de la pareja utilizaron para representar el modo en que se relacionan. A través de estas imágenes también se ilustra el estilo de apego desorganizado identificado en ambos miembros de la díada.

D-03: Metáforas alusivas a los procesos de apego

Las metáforas incluidas en las narrativas emergentes de la entrevista realizada a la D-03 fueron consideradas por los jueces y juezas como representativas de los diversos patrones interaccionales cónsonos con un *estilo de apego desorganizado o irresuelto* (Categoría B.4). Por ejemplo, a través de la elaboración de la imagen de la explosión ambos integrantes de la díada ilustraron claramente las movidas (p. ej., de protestas, ataques y reclamos) que se observan cuando se dan las usuales escaladas en los conflictos. A continuación, se presentan dos verbalizaciones que fueron categorizadas como *metáforas del conflicto* (Categoría D.5.2).

Verbalización 39 del P-6M: Ella explota y rompe a gritar, se pone bien personal, entonces yo me endiablo, y me voy pa' la caseta atrás, le meto dos o tres puños a la pared hasta que se me baje el coraje.

Verbalización 40 de la P-5F: ...Antes no era tan explosivo, digamos, la primera mitad de la relación no era tan explosivo. Ehhh, ahora, ahora sí. Diría que mutuamente.

Según se observa, la D-03 aludió con la imagen de la explosión a ese exceso de tensión emocional interna que logra su expresión de manera agresiva. Además, a lo largo de la entrevista el P-6M también se describió a sí mismo como “endiablado” o “endemoniado”, integrando

imágenes con las que representó la prevalencia de un estado emocional que escala y que le domina, lo que alude a dificultades de regulación emocional. Acorde con esta narrativa, el entrevistado también utilizó imágenes similares con las que aludió a las fluctuaciones en el estado emocional de su pareja (P-5F). A continuación, se presentará otro fragmento que fue categorizado por los jueces como *una metáfora de un estilo de apego desorganizado* (Categoría B. 4).

Fragmento 16

Investigadora: ...cuando ustedes piensan en su relación de pareja, ¿viene alguna imagen? ¿pueden traer una imagen? Algo que visualicen.

P-6M: Pues fíjate.

Investigadora: Ajá.

P-6M: Yo me puedo visualizar algo que me recuerda a ella mucho. Yo no sé si tú has visto, yo no me acuerdo en dónde era. Yo vi una vez un unicornio, bien chulito él, que cuando lo aprietan se le pone la cara como un demonio.

P-5F: Guau.

P-6M: Cuando se encojona. Yo te dijo ella es bien *sweet*, y to' eso y de momento, explosiva, y.

Investigadora: Que son como, como *squeeze*, que, que uno lo aprieta.

P-6M: Sííí, lo aprietas y le salen unos colmillitos y to', y los ojos de le ponen bien desto, y tú como que.

Investigadora: Así que como que, ese cambio dramático, es algo que sí que tú, que como que te ayuda a representar.

P-6M: Sí, a ella sí.

P-5F: Pero vamos a recordar que hay que apretar el muñequito pa' que se ponga así.

P-6M: ...el unicornio diabólico ese, sí.

Según presentado en esta metáfora, el P-6M aludió a los cambios y fluctuaciones emocionales que experimentan en la relación, por lo que el fragmento fue categorizado por los jueces y juezas como una *metáfora de estilo de apego desorganizado* (Categoría D.5.1). Asimismo, el resto de las categorizaciones realizadas en esta entrevista permiten ilustrar que la pareja fluctúa entre la hiperactivación o la desactivación de los procesos de apego, lo que permanece en un claro contraste con las estrategias de regulación emocional balanceadas del apego seguro. Cabe destacar que, en las parejas con un estilo de apego seguro, frecuentemente se describe una expresión abierta y cómoda de las emociones facilitándose la colaboración para la resolución de los conflictos (Girme et al., 2021). En este caso, la narrativa presentada claramente ilustra la forma en que pueden predominar procesos de hipoactivación emocional donde ambos suprimen las emociones, minimizan y evaden los conflictos logrando una atención superficial de estos. Simultáneamente, la “explosión” metaforizada en la narrativa presentada alude a una hiperactivación de los procesos de apego donde se dan expresiones emocionales de gran intensidad (Girme et al., 2021). Bajo esta otra estrategia de regulación emocional ambos integrantes de la díada se centran en sus deseos de ser escuchados amplificando las necesidades propias, lo que dificulta la resolución constructiva de sus conflictos.

Añadiendo a lo anterior, la P-5F presentó otra metáfora en la que utilizó el humor para representar las interacciones propias de la cotidianidad en pareja.

Fragmento 17

P-5F: ¿Tú sabes los memes? Loooo, las imágenes esos dibujitos, de, famosos esos de una pareja en particular que ella de.

Investigadora: Sí, sí

P-5F: Dibuja escenarios en la casa. Literalmente yo, yo pienso que esos somos nosotros.

Tal vez, las peleas más exageradas que lo que dicen los dibujos, pero aparte de eso, yo digo que esos somos nosotros literalmente.

Investigadora: Sí, te refieres a este artista que hace las imágenes de cosas como cotidianas que pasan en la relación.

P-5F: Que si el pelo.

Investigadora: El pelo en la comida.

P-5F: Que si esto, ajá, todo.

P-6M: ¡Avemaría sííí!

Investigadora: (*Ríe*)

P-5F: Yo a veces puedo estar acostado y me saco pelo de ella de unos sitios.

(*Todos rien*)

P-6M: Que yo digo, pero ¿cómo eso llegó ahí y por qué? O sea, eso no estaba.

P-5F: Literalmente, yo diría que eso.

La imagen presentada por la P-5F se refiere al trabajo de Maya y Yehuda Devir, un matrimonio de artistas gráficos que ha sido considerado como parte del movimiento de literatura de adultos emergentes (*young adult literature*) (Chiquito & Mora, 2019). Estas caricaturas mencionadas han logrado trascender el mundo por satirizar los aspectos más incómodos de las relaciones de pareja tales como los siguientes: la negociación de los espacios físicos en el hogar, la higiene, los cambios hormonales, los desacuerdos en torno a la distribución de las tareas del hogar, entre otros aspectos mediante los que ilustran sus conflictos. Según hemos descrito en otras parejas, el humor en las relaciones puede tener una función afiliativa al disminuir la tensión

emocional y generar mayor conexión entre la pareja (Miczo et al., 2009). No obstante, a lo largo de la entrevista, la D-03 detalló utilizar el humor de una forma más agresiva (ver Fragmento 12). En este sentido, la caricatura fue comprendida por los jueces y juezas como representativa de una evitación que alude más a una *metáfora estilo de apego desorganizado* (Categoría D.5.1), pues se utiliza el humor como estrategia para ocultar los sentimientos negativos evitando así enfrentar los conflictos de forma constructiva, lo que fue más característico de las interacciones entre la pareja (Antonovici et al., 2016; Martin et al., 2003; Miczo et al., 2009).

A continuación, se incluirán varios diagramas que resumen los hallazgos antes presentados. La Figura 14 resume los datos en torno a los modelos internos de apego de la P-5F, mientras que la Figura 15 resume los correspondientes al P-6M. La trayectoria de los modelos internos de apego de la P-5F fue demarcada en color rojo, mientras que la trayectoria de los modelos internos de apego del P-6M en azul. Además, la Figura 16 provee una representación gráfica de los estilos de apego y el patrón de interacción predominante identificado en el análisis de contenido mediante confiabilidad entre jueces y juezas. Finalmente, la Figura 17 presenta las metáforas alusivas a los procesos de apego elaboradas por los miembros de la D-03 durante la entrevista en pareja.

Figura 14

Díada 03: Verbalizaciones ilustrativas de modelos internos (MI) de apego en P-5F

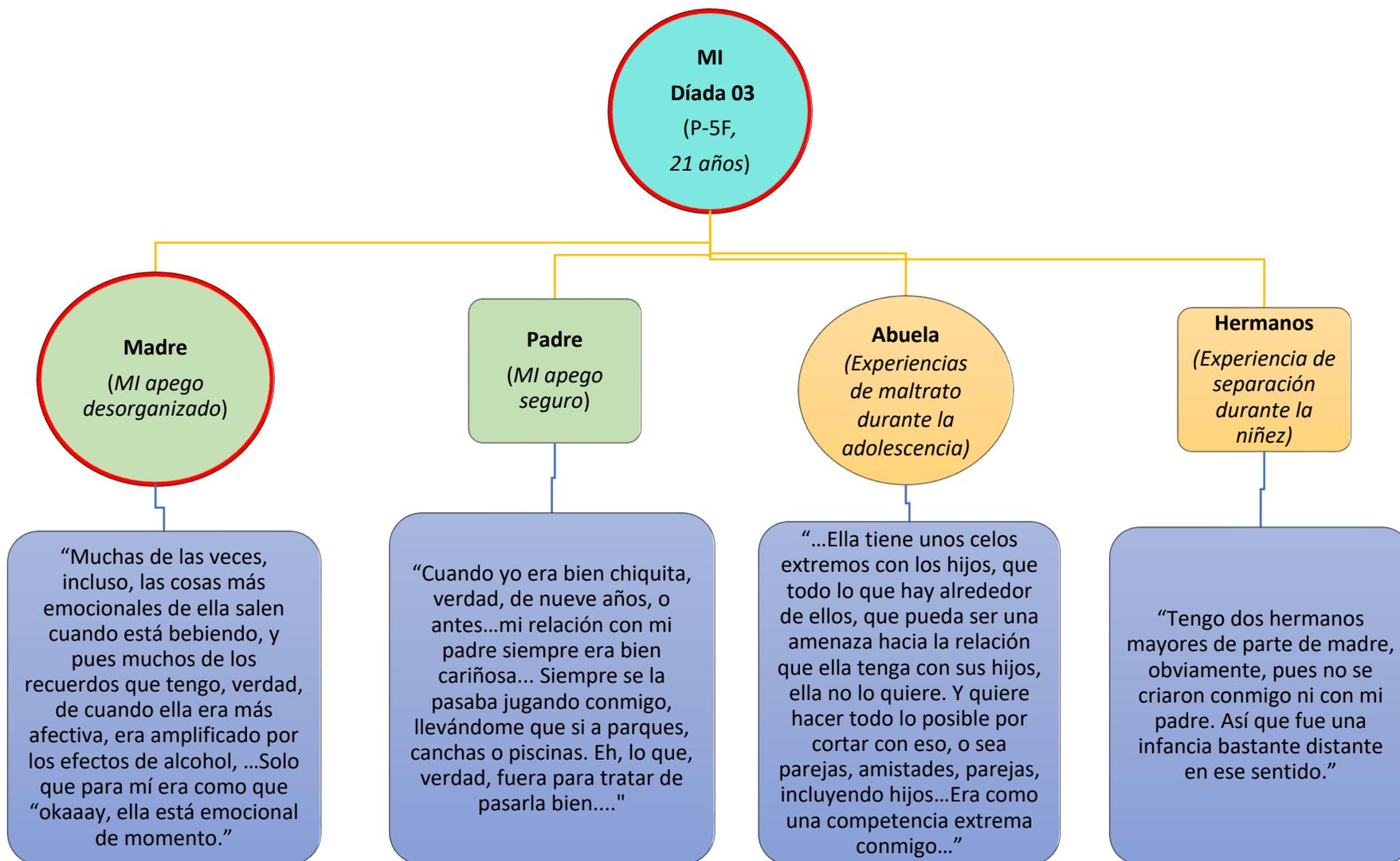


Figura 15

Diada 03: Verbalizaciones ilustrativas de modelos internos (MI) de apego en P-6M

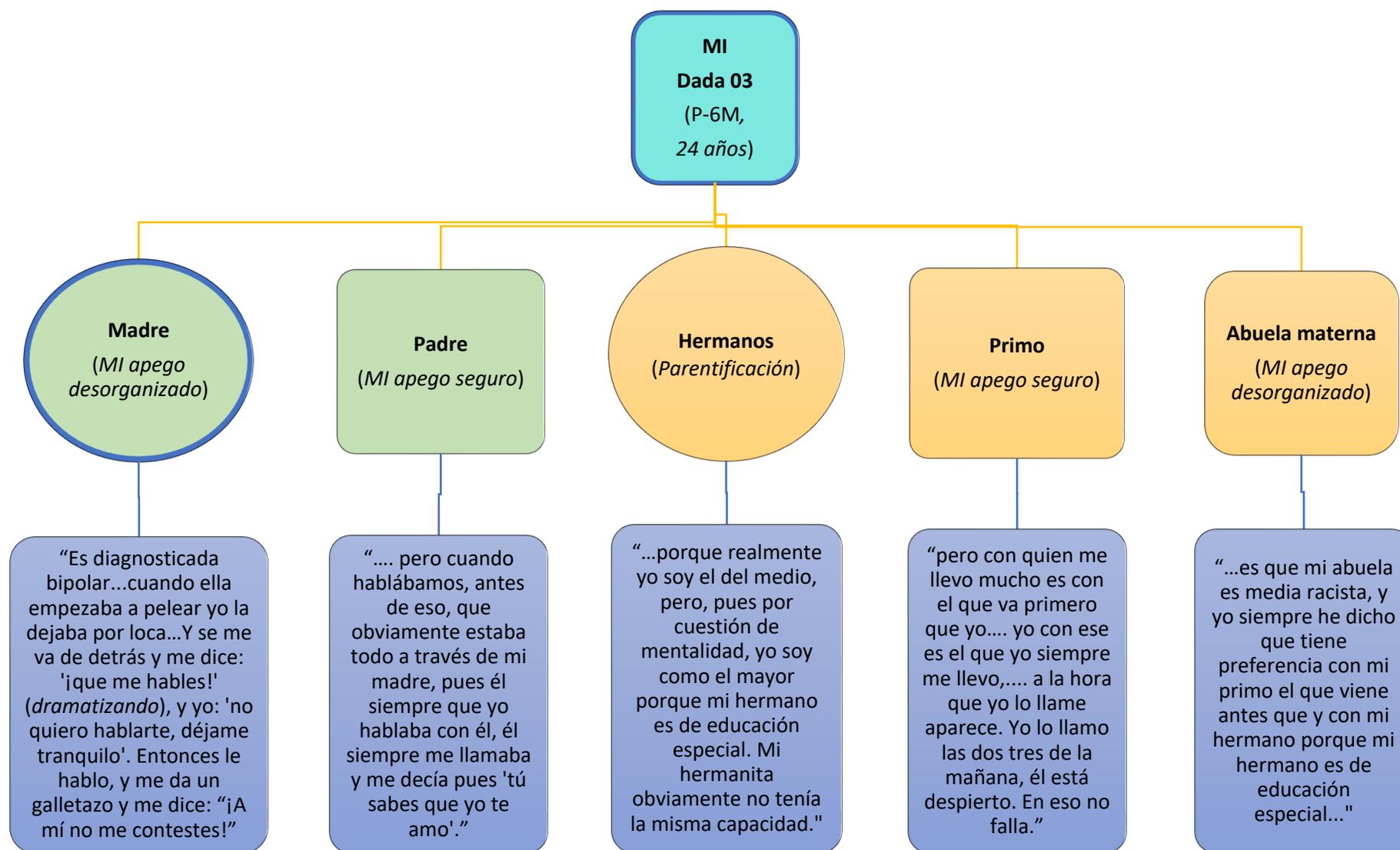


Figura 16

Díada 03: Verbalizaciones ilustrativas de estilos de apego (EA) y patrones de interacción (PI)

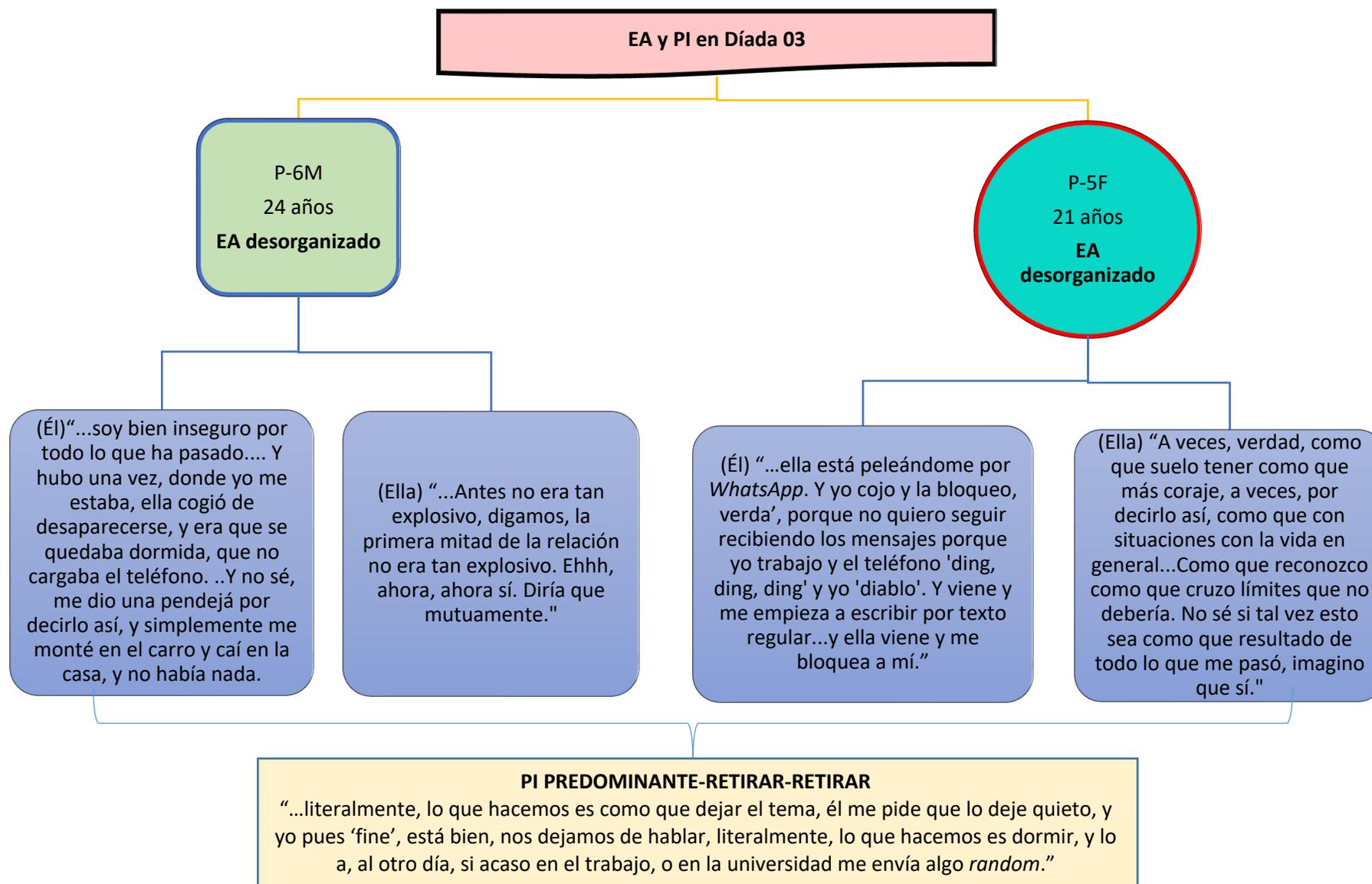
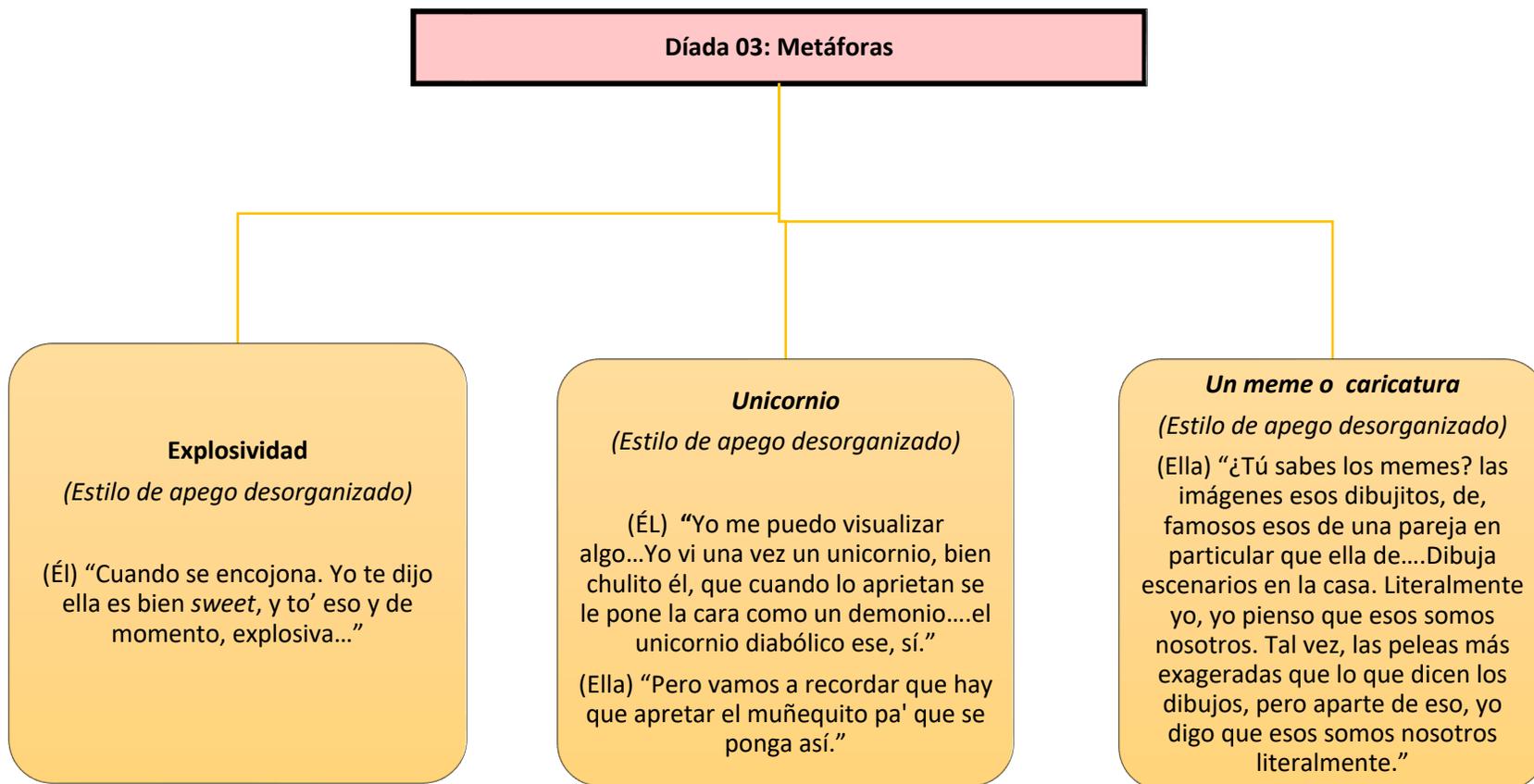


Figura 17

Díada 03: Metáforas alusivas a los procesos de apego



En la secuencia de diagramas presentados, las figuras de apego masculinas fueron identificadas mediante formas cuadradas y las femeninas mediante formas circulares. La Figura 14 resume los modelos internos de apego identificados mediante la recopilación del historial individual de la P-5F. Se observó la prevalencia de narrativas cónsonas con un *modelo interno de apego desorganizado* instaurado en el vínculo con su madre, lo que fue resaltado mediante las líneas en color rojo que destacan la díada madre-hija. La Figura 15 resume los modelos internos identificados mediante el historial de apego en la infancia del P-6M, donde también prevalecieron las narrativas cónsonas con *modelo interno de apego desorganizado*, lo que fue resaltado mediante las líneas en color azul que destacan la díada madre-hijo.

La Figura 16 presenta las movidas variadas que los integrantes de la D-03, categorizados con un estilo de apego desorganizado, tienden a realizar en el contexto de la relación. Aunque ambos realizan movidas de búsqueda de cercanía, en conjunto con movidas de retiradas, protestas o ataques, el diagrama destaca el patrón prevalente actualmente en la relación donde ambos persisten en mayor evitación (*patrón de interacción retirar-retirar*, Categoría C.7). Este patrón tiende a concretarse más frecuentemente cuando las parejas se encuentran agotadas emocionalmente lo que suele desembocar en un distanciamiento o retirada dirigiéndose al desapego. Finalmente, la Figura 17, resume las metáforas alusivas a los procesos de apego ilustrando la variedad de respuestas emocionales referidas en el historial de apego en la relación de pareja.

D-03: Puntuaciones en el ECR-R

Los integrantes de la D-03 completaron la versión corta traducida y validada del ECR-R de Zambrano y colaboradores (2009) que evalúa las diferencias individuales con respecto a las orientaciones de ansiedad y evitación en el apego. En el caso de la P-5F, los resultados obtenidos

reflejan una ansiedad estimada de 1.67, lo que corresponde a una *ansiedad baja* al compararla con el promedio obtenido en una muestra de adultos casados ($M=3.26$, $SD=1.15$). Asimismo, la participante obtuvo una evitación estimada de 1.92, lo que corresponde a una *evitación baja* al compararla con el promedio obtenido en una muestra de adultos casados ($M=2.86$, $SD=1.26$). Estas puntuaciones sugieren que la participante manifiesta un estilo de apego *relativamente seguro* en el contexto de esta relación de pareja de acuerdo con la escala de ECR-R. No obstante, al compararla consigo misma, se observó que la *evitación estimada* fue más alta que la ansiedad estimada, lo que sugiere que actualmente la participante tiende a presentar mayor agotamiento emocional prevaleciendo en patrones de distanciamiento emocional.

En el caso del P-6M, los resultados obtenidos reflejan una ansiedad estimada de 2.22, lo que corresponde a una *ansiedad baja* al compararle con el promedio obtenido en una muestra de adultos casados ($M=3.26$, $SD=1.15$). Asimismo, el participante obtuvo una evitación estimada de 2.33, lo que corresponde a una *evitación baja* al compararla con el promedio obtenido en una muestra de una muestra de adultos casados ($M=2.86$, $SD=1.26$). No obstante, al compararle consigo mismo las puntuaciones reflejan la *evitación estimada* también fue mayor que la ansiedad estimada. Además, al considerar la desviación estándar de la muestra, las puntuaciones podrían superar a la media, lo que refleja que el P-6M prevalece en una tendencia hacia el cuadrante de *alta ansiedad-alta evitación* (ver Figura 19).

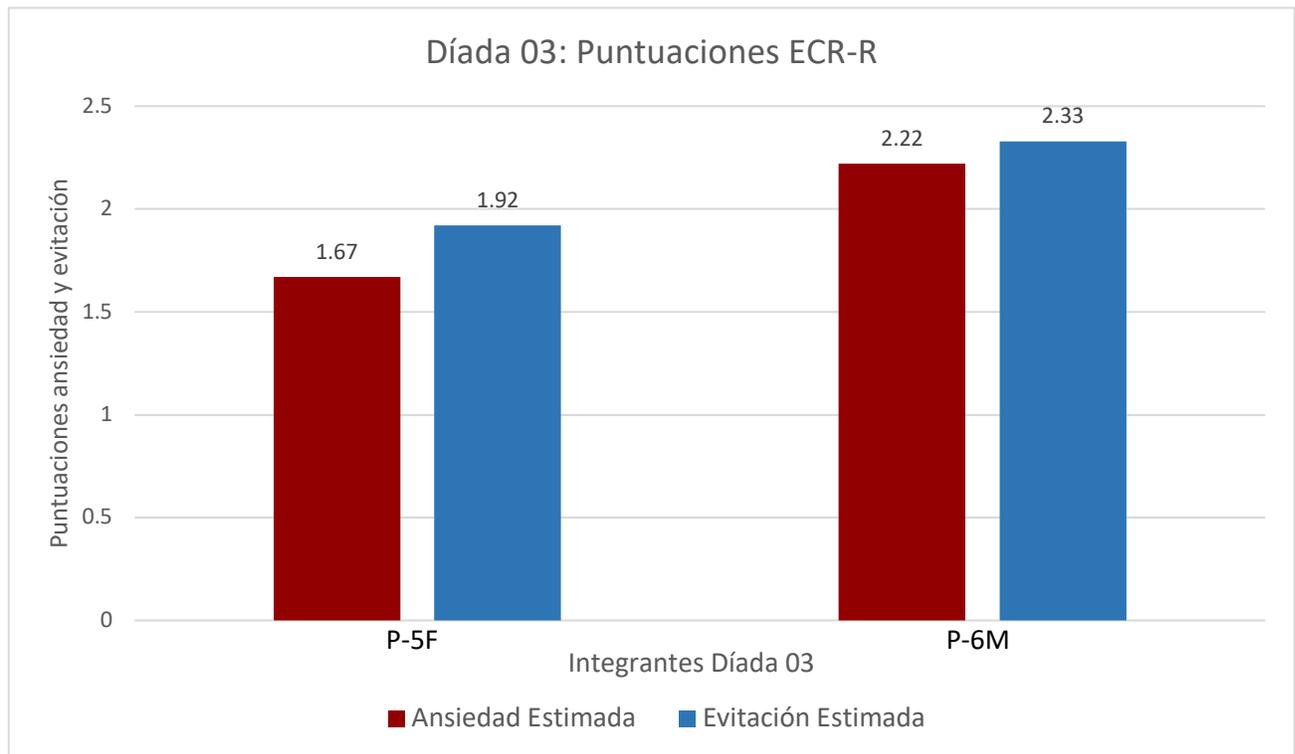
Al observar las orientaciones de apego de manera individual (y no en comparación a la muestra), las puntuaciones fueron cónsonas con los resultados del análisis de contenido mediante confiabilidad entre jueces y juezas, donde se identificó una narrativa en la que ambos prevalecen en patrones y estrategias más *evitativas* actualmente. Se destaca en la P-5F obtuvo la puntuación más alta en la evitación estimada. Esto último fue cónsono con el análisis de contenido donde

predominaron patrones de interacción desorganizados (Categoría C.9) en el historial, pero con una prevalencia reciente en el patrón de interacción de *retirada-retirada* (Categoría C.7). Estos datos sugieren que ambos integrantes de la D-03 manifiestan agotamiento y distanciamiento emocionales dirigiéndose a un mayor desapego en su relación.

A continuación, se presenta una gráfica que ilustra las puntuaciones obtenidas por los integrantes de la Pareja 03 en el ECR-R.

Figura 18

Día 03: Ansiedad y evitación estimadas

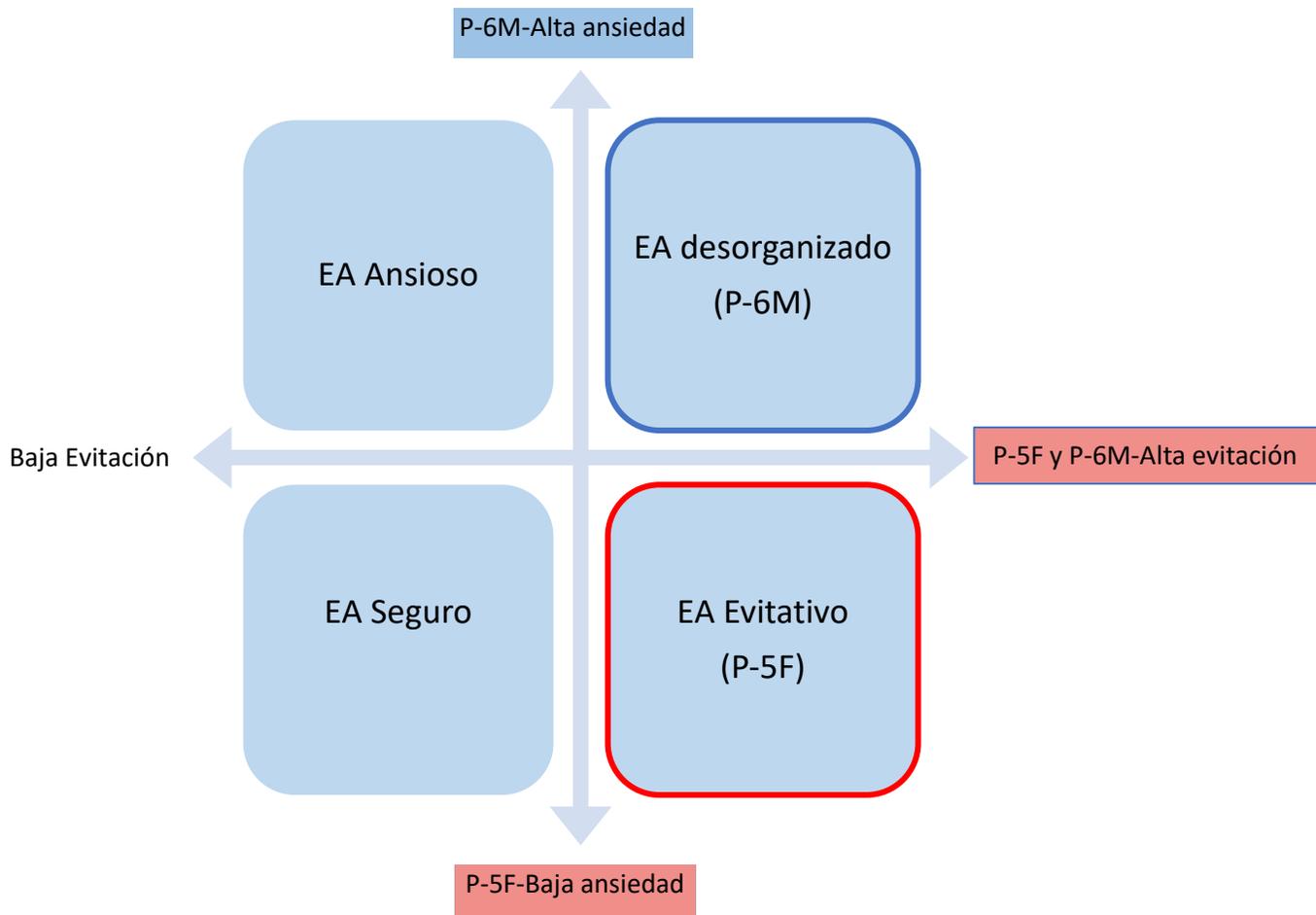


Se observa en la Figura 18 que la puntuación obtenida en la *escala de evitación* por la P-5F fue mayor que la obtenida en la escala de ansiedad, mientras que el P-6M mantiene una tendencia a puntuaciones más altas en ambas orientaciones de apego, pero prevaleciendo igualmente en mayor evitación.

La Figura 19 presenta la ubicación de ambos integrantes de la díada en las dimensiones del cuadrante de apego que facilita la interpretación del ECR-R.

Figura 19

Díada 03: Orientaciones de apego según puntuaciones obtenidas en el ECR-R



Se observa en la Figura 19 que la P-5F presenta una orientación hacia en el cuadrante de alta evitación y menor ansiedad, prevaleciendo en un *estilo de apego evitativo* en este momento de la relación; mientras que el P-6M obtuvo puntuaciones que reflejan una clara tendencia hacia el cuadrante de alta ansiedad y evitación prevaleciendo en la tendencia hacia un *estilo de apego desorganizado*. Se observa en el diagrama que los dos miembros coinciden en la dimensión de

mayor evitación. Estos resultados son cónsonos con los hallazgos del análisis cualitativo donde se estableció que actualmente la pareja refleja agotamiento emocional manifestando mayor desapego en el contexto de su relación.

A continuación, se presentarán los datos recopilados y el análisis de contenido mediante confiabilidad entre jueces y juezas correspondiente a la cuarta díada.

Díada 04: Datos sociodemográficos

La Díada 04 (D-04) estuvo integrada por una mujer -del género expresado femenino- a quien denominaremos Participante-7 Fémica (P-7F) de 21 años, y por un hombre -del género expresado masculino- a quien denominaremos Participante-8 Masculino (P-8M) de 22 años. La P-7F se encuentra cursando estudios de bachillerato, mientras que el P-8M completó un grado asociado. Ambos se identificaron como heterosexuales, puertorriqueños, y con un nivel de ingresos anual en el rango de los \$5,001 a los \$15,000. El P-8M tiene dos trabajos en el área de construcción y transporte de materiales, mientras que la P-7F tiene un empleo a tiempo parcial mientras completa sus estudios de bachillerato en Ciencias Sociales. Ambos cuentan con las protecciones de seguro de salud. La pareja indicó residir en una zona urbana y llevan tres años de relación, de los cuales dos han sido en convivencia activa y presencial.

En la siguiente sección se presentarán los hallazgos del análisis de contenido de los datos emergentes del historial de apego recopilado mediante entrevista individual realizada a los integrantes de la D-04.

D-04: Modelos internos de apego con figuras parentales y otros cuidadores de la P-7F.

En el caso de la P-7F de la D-04, las verbalizaciones ilustrativas permitieron identificar las siguientes figuras de apego presentes en su proceso de crianza durante la infancia y niñez: 1) la madre y 2) la abuela materna. Además, la entrevistada mencionó repetidamente la figura de su

padraastro, pero enfatizó en que durante las interacciones con este prevalecieron los cortes emocionales. Según detalló, el proceso de vinculación con sus figuras parentales se vio afectado significativamente debido a los siguientes factores: 1) una privación parcial de las figuras de apego parental, 2) la oposición constante por parte de su abuela a la relación de pareja entre su madre y padraastro, y 3) los constantes procesos migratorios iniciados por su madre.

Según la participante profundizó en la entrevista, sus interacciones familiares se centraron en el conflicto entre su abuela y la pareja parental (entiéndase su madre y padraastro) donde se fue articulando una campaña de descrédito y críticas en la que considera le hicieron partícipe desde su niñez. Por consiguiente, ahora en la adultez la entrevistada reconoce haber limitado o rechazado la interacción con su padraastro como resultado de la influencia ejercida por su abuela. De la narrativa se desprende que este conflicto estimuló el quiebre de las fronteras o límites entre las generaciones, aliándose con la abuela y distanciándose progresivamente de su vinculación afectiva con la pareja parental (madre-padraastro). A continuación, se presentarán algunas verbalizaciones que permiten ilustrar parte de los conflictos que influenciaron el proceso de vinculación afectiva en el sistema familiar de la entrevistada.

Verbalización 1 de la P-7F: Entonces, mi abuela influía mucho en mí...yo como que tomé muchas actitudes, porque me hablaban en contra de mi mamá. Y entonces eh, mi mamá como consecuencia de esa, actitud de mis abuelos, ella como que se iba...O sea, que como que nosotros vivíamos en lugares, sabes, como que en viviendas a mitad. Y llegó un momento en que nos fuimos a Estados Unidos. Sabes, fue como que ese constante, recurrentes huidas de mi mamá por parte de sus frustraciones por parte de mis abuelos, porque no tenía el apoyo de ellos...

Verbalización 2 de la P-7F: Eh, yo recuerdo como en, en sexto, antes, por ahí. Uno de los primeros conflictos mayores...Fue porque, mi mamá estaba una actividad de payasos con mi padrastro. Y ellos salían tarde, y nosotras nos dormimos en un sillón. Y mi abuela se molestó un montón y le dijo que era una irresponsable porque nosotras dormimos incómodas. El mismo cantaleto. Y yo recuerdo como mi abuela y mi mamá discutían mucho. Ese evento, o sea, mami salió llorando, corriendo de ahí. Y yo estaba ahí. Y como que (*se escucha llanto fuerte*) los dos seres más importantes de tu vida (*llora*). Y como que mi abuela estaba súper. Y mi mamá llorando, y un súper caos.

Verbalización 3 de la P-7F: Sí, y yo pienso que, a mí, cuando chiquita, como que me dieron una carga que yo no debía tener, de muchos asuntos de esos conflictos. Por ejemplo, mi abuela me decía como que ‘mira tú mamá está pasando por esto’. Y pues, yo no sabía, yo no sabía cómo manejar la situación, y pues yo hacía lo que ellos me decían. *So* que quizás tuve como una rebeldía en contra de mi mamá, influenciada por mis abuelos... llegó un momento en que sí (*rie*). No voy a decir eso, yo como que le perdí el respeto. No, bueno, como que el respeto se lo había quitado mi abuela. Ella [refiriéndose a la abuela] era a la persona a quien yo respetaba, a quien yo seguía.

Se debe destacar que, las descripciones de la entrevistada permitieron identificar la existencia de una coalición transgeneracional en la triada abuelos-nieta. Se observó que, aunque parecía existir una relación emocionalmente cercana con la abuela, esto respondía a una descripción más superficial. Sin embargo, al profundizar en torno a la calidad del vínculo, la entrevistada reconoció abiertamente la influencia de su abuela en los cortes emocionales con sus figuras parentales (madre y padrastro), lo que pudo identificar más claramente durante su adultez emergente (Childress, 2016). No obstante, no reconoció abiertamente estas conductas como parte

de un patrón de control o manipulación, sino que las atribuyó al nivel de cercanía en la díada abuela-nieta refiriendo ser “la favorita” o “la protegida”. Por tanto, estas descripciones fueron categorizadas como parte del mecanismo de *idealización de las figuras parentales* (Categoría A. 15) donde se tiende a evadir los defectos o fallas en la relación. A continuación, se presentan algunas verbalizaciones que permiten ilustrar la utilización de este mecanismo y la manera en que la entrevistada se concebía como aliada o protegida de su abuela dentro del en el sistema familiar:

Verbalización 4 de la P-7F: Porque una de las cosas que se ha rumorado en mi familia, y aún queda de que si pasó o, o no, es que mi padrastro tuvo una relación con mi hermana, porque él conmigo nunca. Y yo como que era la protegida también.

Verbalización 5 de la P-7F: Porque yo fui la favorita de mi abuela. Y, en la medida que vamos cambiando o conociendo personas, como que, yo no sé si era como que me cogían pena o algo así... Como que me llevaban así a muchas actividades recreativas. Eh, pero como que tengo recuerdos muy buenos, excepto esas disyuntivas.

Verbalización 6 de la P-7F: [refiriéndose a su abuela] En verdad somos igual. Mis actitudes, mi forma de ser son de ella. Son conductas de ella, diría conductas mías que con de ella. Bueno, qué más te puedo decir, que yo le decía mai'...Pero ella es una mujer bien dominante, y eso yo lo aprendí de ella. Yo soy bien dominante (*ríe*)...Llegó un momento que yo tuve unos conflictos con mi mamá, entonces yo me fui de mi mamá y me fui con mis abuelos.

Estas descripciones son cónsonas con los planteamientos de Childress (2016), quien considera estas coaliciones transgeneracionales como una forma de patología en el desarrollo del apego del infante o niño al generar las siguientes condiciones: 1) una supresión en el desarrollo

del apego con respecto a alguno de los padres, lo que frecuentemente deriva en cortes en la relación afectiva, 2) una percepción de sí mismo como en una posición elevada en la jerarquía estructural del sistema familiar, de modo que pasa juicio sobre las acciones de su figura parental, y 3) una narrativa en la que la figura parental es vista como totalmente inadecuada o incompetente. A continuación, se presentan algunas verbalizaciones que permiten ilustrar algunas de estas condiciones en el historial de apego de la P-7F:

Verbalización 7 de la P-7F: Sí, incluso hubo un año en que, cuando yo estaba pequeña, en que yo no le hablaba a mi padrastro. Yo no le dirigía la palabra a mi padrastro. Nosotros vivíamos en el mismo hogar y yo no le dirigía la palabra a mi padrastro. Yo estaba como en sexto por ahí, sexto o quinto grado, que estaba súper chiquita. Y hasta que llegó un día y ella [refiriéndose a la madre] me dijo: ‘ah, si no le hablar a (*nombre del padrastro*) te voy a meter con la trabajadora social’. Y yo pues ahí decidí ceder (*ríe*).

Verbalización 8 de la P-7F: ...y yo me fui con mami. Fue como que, ellos [refiriéndose a sus abuelos] se molestaron un montón conmigo...Y después, más adelante, pues se dieron cuenta de que, mami, en realidad estaba hecha un desastre. Y nosotros pues, fuimos el reflejo de eso.

Verbalización 9 de la P-7F: ...Y mi abuela discutía mucho con mi mamá en frente de nosotras por lo que estaba haciendo mi mamá, porque según ellos mi mamá era influenciada por mi padrastro. Era como que este círculo vicioso de todo influye aquí y allá me entiendes. Y ellos no consideraron que aumentaba nuestra calidad de vida, *which* era cierto...

Las descripciones previas permiten observar que las migraciones de la madre pretendían (en parte) romper con la coalición antes descrita desembocando esto en una fragmentación de las

relaciones afectivas entre madre-hija lo que generó sentimientos de abandono y pérdida en la entrevistada. Según detalló, los cambios abruptos de entornos sociales y físicos (p. ej., comunidad, escuela) resultantes de este conflicto familiar representaron una evidente interrupción al sentido de continuidad de la entrevistada, impactándose su identidad social y su sentido de pertenencia. Por consiguiente, múltiples verbalizaciones remitieron a las *experiencias de separación durante la niñez* (Categoría A.12), así como a *experiencias de separación durante la adolescencia* (Categoría A.13) que generaron miedo, ansiedad, confusión e inestabilidad emocional.

A tenor con el análisis antes presentado, las narrativas emergentes en torno a la calidad del apego en la díada madre-hija fueron cónsonas con un *modelo interno de apego desorganizado* (Categoría A.4) donde se observan patrones simultáneos de ansiedad, evitación e incluso miedo en el proceso de vinculación en la díada madre-hija. Asimismo, se observó que las narrativas en torno a las primeras memorias en el proceso de vinculación con su madre incluyeron recuerdos, imágenes y representaciones mentales en las que le percibió demasiado abrumada por sus propias emociones como para ofertarle esa base segura que necesitaba (Daniel, 2015). Además, al explorar las respuestas emocionales de la entrevistada durante momentos de separación más cotidianos entre la díada madre-hija, emergieron narrativas que reflejaron dificultades de autorregulación, lo que también es cónsono la configuración del *modelo interno de apego desorganizado*. A continuación, se presentarán algunas verbalizaciones que permiten ilustrar lo anterior.

Verbalización 10 de la P-7F: Yo tenía como siete años, me fui para Nueva York. En verdad, es bien interesante. Ahora es que yo creo que lo, como que. Porque cuando yo era chiquita yo era bieeeen ñoña. O sea, que a mí me dejaban en la escuela y yo empezaba a

llorar (*ríe*). Y cuando yo empecé la escuela allá fuera, este, a pesar de todo me fue bien. Pero era como que, yo no podía ni coger el *bus* sola, porque me daba miedo. Ah, y allá fuera también como que me operaron. Eran un como montón de cosas. Yo lloraba un montón.

Verbalización 11 de la P-7F: Diache (*silencio*). Qué fuerte, como que no tengo un recuerdo así sólido de mami. Es que en la actualidad tenemos muchas diferencias. No es que tenga diferencias con ella, pero, deja ver. Es que, en verdad, mami lloraba un montón, por lo del asunto de mis abuelos. Yo recuerdo que, en mi graduación de sexto grado, ella estuvo llorando un montón porque no había nadie de mi familia. Eh, todo el mundo le decía: ‘pero ¿por qué tú lloras?’ Mis abuelos no fueron, porque para ese momento el conflicto estaba bien presente. Es que mami ha sido bien sufrida.

Verbalización 12 de la P-7F: Pero mayormente éramos nosotros, mi hermana y yo solas, como que. A mami yo no recurría, mm-mm, porque lo que me daba era miedo. Porque es bien fuerte ella.

Se destaca en la narrativa elaborada por la entrevistada, que tanto ella como su madre tienden a recurrir al llanto como esa forma inmediata de lidiar con sus emociones. Esto también se observó a lo largo de toda la entrevista de historial de apego en la infancia, por lo que fue necesario proveer amplias pausas, validación emocional en el proceso elaboración de las narrativas en torno a su infancia y niñez. En múltiples ocasiones, su llanto le impidió articular las palabras, por lo que se proveyó mayor apoyo emocional en la medida que se adentraba en su propia historia. A continuación, se presenta un fragmento de entrevista en la que permite ilustrar lo anterior:

Fragmento 1

Investigadora: Cuando veías esos enfrentamientos, como dices, entre las dos personas que más tu amabas ¿cómo te tranquilizabas? ¿recurrías a alguien para tranquilizarte?

P-7F: No, no tenía, me tranquilizaba sola (*llanto fuerte*).

Investigadora: ¿Puedes nombrar alguna emoción que sentías en aquellos momentos?

P-7F: Yo creo que era ansiedad. Como que, se me está cayendo el mundo. Este, mayormente, era como que ‘¿qué está pasando?’ Yo pienso que ansiedad es la que, la que describe mejor.

Investigadora: ...y mencionas que, en aquellos momentos, ¿te tranquilizabas sola?

P-7F: Sí, y todavía lo hago. Sí, cuando yo empiezo a llorar, y me dicen como que, ‘¿qué te pasa?’, y yo ‘dame mi espacio’.

Las observaciones antes presentadas permiten profundizar en torno al llanto como un recurso emocional que puede ser restaurador y sanador aportando a la integración de narrativas sobre eventos y ayudando a recuperar el sentido de la esperanza (Nelson, 2012). Sin embargo, el llanto -desde la perspectiva de apego- permite que afloren simultáneamente el dolor junto a la posibilidad o la imposibilidad de ser aliviado o consolado por otros (Nelson, 2012). Por tanto, en ciertas instancias puede considerarse regresivo pues devuelve a estados de angustia pre-verbales y expresados corporalmente (Nelson, 2012). En el caso de la P-7F de la D-04, los episodios de llanto descritos y manifiestos a lo largo de la entrevista ilustran el modo en que esta evoca los modelos internos de apego desorganizado donde claramente no halló consuelo en sus figuras parentales. Al mismo tiempo, la entrevistada detalló que tanto ella como su madre tienden a llorar en momentos que pueden considerarse como imprevisibles. Además, describió que los intentos de consuelo por parte de otros (p. ej., su pareja actual) en la adultez tienden a evocarle

una necesidad de retirada. Todas estas experiencias emocionales y conductuales son cónsonas con un *estilo de apego desorganizado o irresuelto* (Categoría B.4) donde se observan reacciones confusas como lo son la imperante necesidad de ser consolada en conjunto con la de huida (Johnson, 2019).

Por otra parte, al profundizar en torno a la calidad del apego en la díada abuela-nieta, la categorización también fue cónsona con un *modelo interno de apego desorganizado* (Categoría A.4). Tal cual se ha descrito previamente, el nivel de cercanía de este vínculo afectó al subsistema madre-hija. Esto cobra gran pertinencia desde la perspectiva de apego que evalúa profundamente la calidad de la relación en términos diádicos para comprender sus implicaciones en el todo (o sistema). En este sentido, la literatura señala que, en familias lideradas por abuelos, se presenta la oportunidad de sanar viejas heridas de apego a través de las nuevas díadas con nietos, pero a la vez existe el riesgo de que estas se agraven y prevalezcan intergeneracionalmente (Connor, 2006; Strong et al., 2010). Esto último, fue precisamente lo que se observó en este caso donde el afán por el control por parte de la abuela materna derivó en cortes emocionales, y triángulos que produjeron mayor fragmentación en el sistema familiar. Se destaca en las narrativas descriptivas acerca de esta abuela materna un énfasis en la estabilidad y seguridad económica que esta le brindaba. De hecho, la entrevistada se refirió a sus abuelos como una “base” segura en términos económicos. Sin embargo, al explorar las manifestaciones de afecto o cariño en esta díada, no pudo proveer ejemplos concretos:

Verbalización 13 de la P-7F: Eh, el afecto mayormente era a través como que, de la economía, de dinero. Hasta el sol de hoy mi familia no se abraza. No recuerdo así un abrazo. Ahora yo lo hago, pero muestras de amor entre ellos. Era bien extraño. Es como, yo por ser la favorita, sí me daban mucho apoyo, tanto económico, este. Pero entre ellos,

entre mis abuelos, entre mi mamá y mis abuelos, entre mis tíos, yo no veía como que ese cariño constante.

Verbalización 14 de la P-7F: Pero yo creo que eso es importante, que mis abuelos son la base, ellos están estables económicamente, mami no, nosotras no (*carcajada*). Nosotros nunca estuvimos bien económicamente...Nosotros éramos las que estábamos bien pobres (*rie*).

Verbalización 15 de la P-7F: He estado con mis abuelos, y he estado con mi mamá y con mi padrastro. Eh, pero en cuanto afinidad afectiva. Eso sí me ha faltado. Y pues, lo he aprendido ahora en la universidad. Y lo he desarrollado con mi pareja. Y lo he estado construyendo, esa estabilidad que quiero para mí...

El análisis de los modelos internos de apego de la P-7F, permite destacar la pertinencia del historial de apego en el trabajo clínico con familias lideradas por los abuelas y abuelos. En este caso fue necesario navegar más profundamente entre los distintos niveles del sistema (abuelos, y padres), pues la existencia de una base económica más segura -una de las razones principales para involucrar a los abuelos en la crianza- no necesariamente implicará una evolución hacia un apego más seguro (O'Connor et al., 2000; Strong et al., 2010). Contrario a esto, el panorama descrito por la entrevistada permitió reflexionar en torno al desarrollo del vínculo afectivo en las diadas abuelos-nietos, y los retos que esto puede derivar en los procesos de apego para los distintos niveles o subsistemas del sistema familiar.

Al explorar otras relaciones significativas en el sistema familiar la entrevistada, esta describió que durante su infancia y niñez no tuvo interacción alguna con su padre biológico y que este únicamente asistía cuando se le solicitaba su presencia para gestiones médico-legales. Además, detalló que fue en la adolescencia que inició la relación con este, pero las interacciones

han sido sumamente limitadas, por lo que no le considera una figura parental. Por consiguiente, las verbalizaciones en torno las interacciones en la díada padre-hija no permitieron la identificación de un modelo interno de apego. Contrario a esto, las descripciones en torno a su padre biológico fueron categorizados como *ausencia de una relación de apego con el padre (0-12 años)* (Categoría A.9). A continuación, se presentarán dos verbalizaciones ilustrativas de esta categoría:

Verbalización 16 de la P-7F: No él no estuvo. Confía que no. Cuando yo estaba como un séptimo que fue el único recuerdo que tengo es que a mí me operaron, y él tuvo que ir porque él tenía que firmar. Y yo no le hablé. Él estaba allí y yo no le hablé... yo le vine a hablar cuando grande ya.

Verbalización 17 de la P-7F: ...Mi papá no creo que como la intención de estar presente. Él es una persona súper (*pausa*), que no es paternal. Que, de hecho, en las conversaciones telefónicas con él, yo, parezco tener mucha más madurez que él.

Según se refleja en las verbalizaciones previas, la entrevistada no pudo evocar recuerdos en los que su padre brindara los cuidados básicos (p. ej., cuidar, arrullar, consolar) o estuviera presente física o psicológicamente. Asimismo, la entrevistada explicó que las interacciones en la díada padre-hija tampoco eran propiciadas por ninguno de sus cuidadores.

Al profundizar en el resto de las figuras de apego que formaron parte integral de su proceso de crianza, la entrevistada destacó la presencia de su abuelo materno. Sin embargo, las narrativas en torno a las interacciones permitieron observar que este permanecía físicamente presente, pero acogido a las opiniones y decisiones de la abuela materna. Por tanto, la entrevistada aclaró que al referirse a la opinión de sus abuelos realmente aludía al criterio de su abuela. Este arreglo familiar permite dar cuenta del aglutinamiento en la díada abuelo-abuela como un factor que

parece haber coartado significativamente las oportunidades para fortalecer la relación de apego en la díada abuelo-nieta (Kirikian et al., 2021). Este aglutinamiento en las diadas maritales se distingue porque uno de los miembros no logra separarse o diferenciarse del otro que usualmente controla y ejerce el control psicológico sobre el otro. Por consiguiente, a pesar de que el abuelo participó activamente del proceso de crianza, la entrevistada explicó que su voz era a penas escuchada, y la comunicación afectiva en la díada abuelo-nieta fue sumamente limitada o ausente. Esto fue notable cuando la investigadora solicitó ejemplos concretos de relatos que incluyeran vinculación afectiva con esta figura de apego, pero esta no pudo proveerlos. Aunque las narrativas fueron pocas, estas reflejan un patrón cónsono con un *modelo interno de apego evitativo* (Categoría A.2) A continuación, se presenta una verbalización que permite ilustrar la calidad del apego entre la P-7F y su abuelo:

Verbalización 18: Mi abuelo es súper *nice*. Yo pienso que predominaba más mi abuela.

Pero mi abuelo es (*pausa*), él es la persona que siempre continúa en silencio, pero aun así estaba. Pero, tengo así un montón de recuerdos...

Finalmente, es importante destacar que la relación de apego con su hermana también se vio seriamente afectada por los patrones interaccionales característicos del sistema familiar, replicándose una marca desvinculación que culminó en un corte emocional que actualmente prevalece. Aunque la entrevistada especificó que se acompañaron durante los procesos migratorios del sistema familiar, la relación fue descrita como una emocionalmente distante y conflictiva desde la niñez. Estos hallazgos permiten observar la forma en los conflictos familiares pueden ejercer una influencia sobre el proceso de afiliación entre hermanos. Por tanto, las verbalizaciones en torno en torno a las interacciones en la relación de apego con la hermana fueron cónsonas con un *modelo interno de apego desorganizado* (Categoría A.4), pues se

identificaron tanto patrones emocionales, cognitivos y conductuales tanto de ansiedad como de evitación. A continuación, se presentará un fragmento de entrevista que permite ilustrar la calidad del apego en la relación con la hermana a lo largo de su desarrollo:

Fragmento 2

Investigadora: ¿Cómo se ha dado la relación con ella?

P-7F: Lo que pasa es que mi hermana y yo somos bieeeeeen diferentes, bieeeeeen diferentes.

Investigadora: ¿Cuánto se llevan?

P-7F: Seis años. Ella es seis años mayor. Sí, y entonces. Es que en todo. En gustos, en apariencia, en personalidad, en preferencias, en valores. Somos lo opuesto. *So*, no hay ningún tipo de vínculo entre nosotras, ahora tampoco, porque yo tengo unas experiencias académicas que han fundamentado mi personalidad y mis valores. Y ella, es otra persona, que yo no tolero muchas cosas que ella hace. Y cuando éramos chiquitas, peleábamos mucho, por cualquier cosa.

Investigadora: Y, actualmente ¿se comunican?

P-7F: No es como que yo pienso que ella, ella tiene. Es muy inmadura. Y por el hecho de que yo no me llevo bien con su actual pareja. No, eso no. Y me da pena, porque pues, está mi sobrina, pero ella es sumamente inmadura.

Investigadora: Esa relación no se ha podido retomar.

P-7F: Ni se va a dar. No se va a dar porque vamos por caminos bien diferentes.

Investigadora: Y durante la infancia, ¿también fue así de distante?

P-7F: No fue distante, pero tampoco fue tan cercana. Obviamente vivíamos juntas, pero ella en su mundo y yo en el mío.

Según se observó a lo largo de la entrevista, la participante describió que la relación en el sub-sistema fraternal se distinguió porque podían permanecer físicamente presentes, pero distantes y desvinculadas emocionalmente. Esto permite observar que los conflictos en esta diada no fueron atendidos de manera constructiva, prevaleciendo a lo largo del tiempo. Estas observaciones acerca de la calidad del apego entre hermanos son pertinentes, pues -en efecto- se plantea que calidad de las relaciones fraternales son un factor que tiene gran influencia en el funcionamiento mental y físico durante la adultez emergente, sirviendo como modelo en las nuevas negociaciones en otras relaciones interpersonales a lo largo de la vida (p. ej., amistades, pareja o colegas) (Tucker et al., 2019).

En la siguiente sección, se discutirán los modelos internos de apego del P-8M.

D-04: Modelos internos de apego con figuras parentales y otros cuidadores de P-8M.

El historial de apego recopilado para el P-8M, permitió identificar las siguientes figuras de apego presentes en su proceso de crianza durante la infancia y niñez: 1) la madre y 2) la abuela materna y 3) el padre. Según detalló el entrevistado, el proceso de vinculación afectiva con sus figuras parentales se vio influenciado por diversos factores entre los que destacó los siguientes: 1) la separación por motivo de divorcio entre sus padres y la reconfiguración familiar que esto requirió, 2) conflictos entre su madre y abuela, y 3) el proceso de migración iniciado por el padre. Por ejemplo, las verbalizaciones en torno a la diada padre-hijo fueron categorizadas como parte de las *experiencias de separación durante la niñez* (Categoría A.11), pues desde sus cinco años el entrevistado detalló una clara interrupción en la interacción física y emocional con su padre. A continuación, se presenta un fragmento que permite ilustrar la calidad de la relación de apego entre sus padres:

Fragmento 3

Investigadora: ¿Recuerdas algo de aquel momento de separación?

P-8M: Bueno, yo recuerdo que peleaban mucho (*ríe a carcajadas*).

Investigadora: Eso sí lo recuerdas claramente... ¿se mantuvieron separados o algún hubo regreso?

P-8M: No, pues ya de ahí surgió la separación, y tiempo después mi mamá consiguió pareja, que es, o sea, la que tiene actualmente. O sea, desde ese momento pues siempre, siempre, ha existido como ese respeto, pero como que ese odio, porque parece que no terminaron bien. Pero es más de mi mamá hacia mi papá (*ríe*).

Investigadora: O sea, que ese, ese conflicto, ha permanecido a lo largo de la vida.

P-8M: Es como, cómo te lo explico. Como queee, ¡como perros y gatos! Como que a veces se relacionan, y a veces (*pausa*), pero así (*ríe*). Exacto, pero a veces, es más, más el odio que el respeto.

La narrativa presentada en el fragmento previo permite observar los procesos de apego que se pueden desencadenar tras la separación, lo que se complejiza cuando existe una coparentalidad. Tal cual detalló el entrevistado -quien aludió en múltiples ocasiones al odio entre sus padres- los recuerdos en torno a sus primeros años de vida estuvieron enmarcados en esta experiencia emocional conflictiva. Desde la perspectiva de apego, la persistencia en estas repuestas emocionales (p. ej., críticas, ataques, resentimientos e incluso odio) se consideran como una forma de resistencia inconsciente a la disolución del vínculo (Feeney & Monin, 2016). Por tanto, realmente reflejan gran ansiedad ante todo el proceso de desapego y reorganización emocional que va requiriendo la ruptura. Según detallado por el propio entrevistado, toda esta intensificación de los procesos de apego ha prevalecido mayormente en su madre.

Complementando el panorama afectivo antes descrito, el P-8M especificó que el proceso de vinculación en la díada madre-hijo se distinguió por un constante control y supervisión, lo que fue cónsono con un *modelo interno de apego ansioso* (Categoría A.3) en el vínculo con esta. A continuación, se presentarán algunas verbalizaciones que permiten ilustrar la calidad de la relación en la díada madre-hijo:

Verbalización 19 del P-8M: Bueno, pues de mi mamá. Como yo fui su primer hijo, pues siempre fue bien sobreprotectora. Eso era, no me quería dejar salir. Este, pero nuestra relación siempre fue buena. Yo, ella se molestaba mucho porque yo siempre fui bien, poco comunicativo. O sea, que pasaban las cosas y no se las contaba. Quería hacer algo y se lo decía a mi abuela, pero no se lo decía a ella, y ella se molestaba...Era el miedo, era el miedo a que no me dejara salir, a que no me dejara hacer cosas.

Verbalización 20 del P-8M: Sí (*ríe*). Bueno, también fue, como te conté con lo de mi hermano, porque sabes, yo estaba bien limitado. Y una vez mi mamá nos dejó con mi abuela materna. Y pues, de desespero, pues empecé a llorar y le conté que yo no podía hacer nada. Que me sentía bien limitado de poder jugar con mis amigos, y cosas así. Y sabes recurrí a ella, pues porque yo se lo decía a mami y ella yo que me decía era ‘pues, pero es que ese es tu hermano, tú tienes que cuidarlo’. Porque yo en ese momento me sentía bien limitado, no podía hacer nada.

Las verbalizaciones previas resumen un patrón de sobreprotección, que puede manifestarse como parte del modelo interno de apego ansioso e incluye diversas prácticas como la advertencia constante acerca de cosas que pueden ocurrir, el considerarle demasiado pequeño para hacer cosas que sus compañeros sí pueden hacer, la invasión de la intimidad, entre otras (Brenning et al., 2017). En este caso, el entrevistado relató que su madre constantemente le privaba de

relacionarse con sus vecinos y pares, equiparando su edad a la de su hermano quien era cinco años menor, obviando sus intereses como un niño más adelantado en su desarrollo. Esta constante ansiedad le produjo gran frustración durante su niñez y le consideró como un factor que afectó el proceso de vinculación con su hermano. A continuación, se presenta una verbalización ilustrativa del patrón de sobreprotección derivado del *modelo interno de apego ansioso* (Categoría A.3) en la díada madre-hijo, y sus implicaciones para el sub-sistema fraternal:

Verbalización 21 del P-8M: Nos llevamos cinco años [refiriéndose a su hermano]. Este, teníamos muchos roses, pero era por eso mismo, porque yo quería hacer cosas, de niño grande que él no podía hacer. Entonces, mi mamá me limitaba, porque él no podía hacer lo mismo que yo. Y no podía. Y yo buscaba sacármelo de encima. Y, te digo que lo sufrí porque ahora de grande. En ese momento no me lo disfruté y ahora de grande, lo busco, pero ya él tiene sus cosas, tiene sus amistades.

Por otro lado, el panorama relacional antes descrito propició que el P-8M fuera hallando mayor comodidad, refugio y apoyo en su abuela materna. Por ende, el análisis de contenido permitió identificar la existencia de un *modelo interno de apego seguro* (Categoría A.1) en el vínculo con esta abuela materna. En otras palabras, aunque el entrevistado describió haber contado con apegos múltiples (madre, abuela y padre) en su núcleo primario, el panorama de sobreprotección antes descrito fue creando las condiciones para que este prefiriera a la abuela materna por encima de su madre. A continuación, se presentan algunas verbalizaciones que permiten ilustrar la calidad de la relación en la díada abuela-nieto.

Verbalización 22 del P-8M: Con mi abuela. Yo me quedaba en casa de mi abuela casi todos los fines de semana. Si yo no me quedaba, ella llamaba y preguntaba, que si por qué

yo no me iba a quedar. Que ella me extrañaba...Cualquier cosa que yo quería, ella iba rápido, y abuela buscaba la forma de conseguírmelo con tal de que yo estuviese bien. Y así.

Verbalización 23 del P-8M: Cuando bien chiquito, o sea, ella [*refiriéndose a su madre*] trabajaba, porque era ella sola conmigo. Y ella siempre me dejaba con mi abuela. Cuando fui creciendo, pues como que ella siempre buscaba, ella como que buscaba cortar ese. Porque yo siempre buscaba irme pa' casa de abuela...Y ella como que quería ir cortando eso, cortando eso. Y así. Sí, siempre estaba esa, esa diferencia. Porque obviamente, ella era mi abuela, y ella me dejaba hacer de to'. Ella no quería que yo hiciera de todo, pues siempre hubo ese roce entre ellas dos.

Según ilustrado en las verbalizaciones, la narrativa permitió revelar que, en la medida en que el vínculo con su abuela materna se solidificaba, surgían más tensiones en el vínculo entre su madre y abuela. De hecho, este explicó que su madre siempre intentó cortar o interrumpir la conexión con su abuela. Asimismo, la narrativa permitió detallar el modo en que la madre reflejaba cierto celo ante la posibilidad de perder esa relación única con el entrevistado a manos de su propia madre (la abuela). Los celos en las relaciones de apego han sido descritos como una experiencia emocional que deriva del miedo a perder la exclusividad emocional y afectiva a manos de un tercero (Hart & Legerstee, 2013). A diferencia de la envidia (que se observa frecuentemente en las diadas entre hermanos) los celos generan mayor vulnerabilidad, amenazan la autoimagen y generan dolor al considerarse como no favorecido ante otro (Hart & Legerstee, 2013). Aunque el entrevistado atribuyó los celos a las diferencias en torno a las prácticas de crianza entre la madre y la abuela, a lo largo de la entrevista fue notable la manifestación de estos en diversos momentos de su desarrollo. A continuación, se presenta un fragmento de la

entrevista que permite confirmar la calidad del vínculo en la díada con su madre y abuela, así como el conflicto prevaleciente en este triángulo:

Verbalización 24 del P-8M: Como a los diecisiete o dieciséis, me fugué pa', un evento de música electrónica. Y pues, mi mamá era bien sobreprotectora, y se dio cuenta de que yo me había fugao'. Y yo le dije que me iba a quedar en casa de mi abuela. Pues ella empezó a llamar, a llamar. Y, pues como yo no sabía qué hacer, llamé a mi abuela, que era la intermediaria. Y lo que hice fue crear una mega bomba, porque después esas dos mujeres empezaron a pelear. Y yo no sabía ni qué decir, porque sabía que estaba mal. Pero, como no quería quedar mal con mami tampoco. *So*, ahí recurrí a mi abuela. Y fue verdaderamente, un momento lleno de estrés, que, como que estaba con las amistades, quería disfrutar, pero obviamente tenía a mami por el otro lao' llamándome, explotándome el teléfono. Por el otro lado, mi abuela, mi abuela estaba intermediando y eso.

Según se observa en la verbalización previa, las narrativas reflejan que el modelo interno ansioso en el vínculo madre-hijo fue escalando hasta desembocar en mayores conflictos en la etapa de la adolescencia. Esta narrativa fue que cónsona con hallazgos de investigaciones que argumentan que la vinculación de padres sobreprotectores interfiere con las crecientes necesidades de autonomía durante la adolescencia y en la adultez emergente (Brenning et al., 2017; Fulton et al., 2014). Según el entrevistado detalló a lo largo de la entrevista, su deseo de explorar el mundo, de disfrutar de nuevas relaciones y experiencias recreativas frecuentemente se vio empañado por las constante supervisión y vigilancia materna. Además, relató que toda esta sobreprotección derivó además en otras dificultades tales como el temor para establecer relaciones interpersonales, dificultades para manejar conflictos, lo que ha tenido ciertas

implicaciones en su relación de pareja actual. A continuación, se presentarán dos verbalizaciones en las que el P-8M detalla sus dificultades tanto el establecimiento de las relaciones interpersonales, como para lograr el manejo constructivo de los conflictos:

Verbalización 25 del P-8M: ...Pues de adolescente. O sea, desde los trece o catorce, yo siempre he sido. Desde esa edad, como que empezó, como que (*pausa*), por ponerte un ejemplo, mi mamá me mandaba -mi mamá, mi abuela, o cualquier persona- este a decirle a tal persona 'mira, que mi mamá dijo', y yo le decía 'no, vete y díselo tú'. Y si me tocaba hablar, o pedirle permiso a una persona, o algo así, como que se lo decía bieeeen bajito, como que con miedo. Así.

Verbalización 26 del P-8M: Yo tengo el genio de mi mamá. Este, y te lo digo porque eso influye mucho en mi relación de pareja. Mi mamá es de genio medio fuerte. Eso es importante. Obviamente, pues yo puedo controlarlo. Hay veces que yo, no me controlo. En cuestión de que me molesto y no quiero hablar. Como que me tranco, y así. O sea, en cuanto a la relación sí afecta, porque a veces que son, cualquier cosa. Y, pues me molesto, y en vez de resolverlo, o hablarlo. Pues lo que hago es que me quedo callado, porque estoy molesto.

Según se ha presentado, la narrativa del entrevistado es cónsona con hallazgos de investigaciones que demuestran una asociación entre la sobreprotección parental y el desarrollo de un estilo evitativo en situaciones sociales estresantes en la adolescencia (Brenning et al., 2017; Rousseau & Scharf, 2015). Asimismo, la sobreprotección parental percibida en la infancia se ha asociado significativamente con la evitación experiencial entre los jóvenes adultos (Fulton et al., 2014). En otras palabras, los individuos que percibieron sus experiencias de cuidado parental de alta ansiedad, sobreprotección, control e intrusión, tienden a presentar dificultades

para regular sus emociones manifestando evitación en la adolescencia y en la adultez. En este caso, las narrativas emergentes en torno al historial de apego en la infancia reflejan esa clara evitación experiencial que le permitió evadir experiencias internas no deseadas (p. ej., la incomodidad de enfrentar interacciones sociales con nuevas personas en su entorno). Además, aunque el entrevistado ha logrado mayor integración social, describió que (al presente) durante las interacciones conflictivas con su pareja predomina la supresión de las emociones y las dificultades para manejar los conflictos de manera abierta y comunicativa reflejando una clara evolución hacia un *estilo de apego evitativo en la adultez* (Categoría B.2), lo que se detallará más adelante.

Aparte de las figuras de apego antes mencionadas, el entrevistado resaltó en su entrevista que las *experiencias de separación durante la niñez* (Categoría A.11) tras el divorcio de sus padres afectaron significativamente el proceso de vinculación en la díada padre-hijo. Acorde con lo expuesto en literatura que examina algunas de las implicaciones de los procesos de divorcio en la niñez, la separación física del padre afectó la seguridad que este tenía en torno a la disponibilidad, accesibilidad y capacidad de respuesta de este (Feeney & Monin, 2016). A continuación, se presentan dos verbalizaciones que permiten ilustrar los procesos de pérdida asociados a esta experiencia de divorcio:

Verbalización 27 del P-8M: Bueno, pues yo recuerdo, que creo que me estaban regañando porque hice algo mal, creo. Y yo me escondí, porque en mi casa habían unos muebles. Eran como de madera, y yo me metía debajo. Me metía a jugar o qué sé yo, y recuerdo que me metí ahí a llorar. Y recuerdo que lo único que yo gritaba era ‘papiiii’. Diantre, yo creo que tenía como seis. Seis o siete años, yo creo que era lo más que tenía. Yo recuerdo que

yo había hecho algo malo, pero no recuerdo qué (*ríe*)... Yo creo que me quedé dormido, si no me equivocó.

Verbalización 28 del P-8M: No te voy a negar que esa fue la luz de mis ojos. Mi papá, a pesar de que no estuvo mucho tiempo conmigo. Ese siempre ha sido la luz de mis ojos. Este, pero con él recuerdo que (*pausa*). A mí mis papás me tuvieron bien jóvenes. Yo de chiquito, pues siempre lo buscaba, pero él siempre buscaba estar en la calle. Con las mujeres que se conseguía en ese momento. Y yo me acuerdo que yo lo esperaba bien tarde. Sabes, en su cuarto me quedaba dormido. Y dormía con él, pero eso era antes de los doce. En sí, yo me quedaba en casa de abuela y era por él, porque él vivía ahí. Pero, después de grande no le hacía caso.

Tal cual se refleja en las verbalizaciones previas, las oportunidades para recurrir al padre en búsqueda de consuelo quedaron limitadas tras la separación de la pareja parental. Al mismo tiempo, el entrevistado detalló que su padre se mantenía mayormente enfocado en su vida social y en sus nuevas relaciones, por lo que al evocar los relatos en torno al proceso de vinculación en la díada padre-hijo, elaboró narrativas que reflejaban la espera y la añoranza de volver a compartir con su padre, aunque fuera durante esos periodos de sueño. Estas condiciones pueden aludir a un *modelo interno de apego evitativo* (Categoría A.2), pues no había señales claras y consistentes de seguridad y disposición emocional por parte del padre. Sin embargo, es indispensable reiterar que la reconfiguración familiar tras la ruptura de la pareja parental limitó significativamente las oportunidades para que la relación de apego en la díada padre-hijo pudiera fortalecerse (lo que se elaborará con mayor detenimiento en a discusión).

Aparte de la separación por motivo del divorcio, las narrativas en torno al proceso de vinculación en la díada padre-hijo durante su adultez emergente estuvieron enmarcadas en otra

pérdida por motivos migratorios. Las verbalizaciones en torno a esta segunda separación de la figura paterna también permitieron observar otros aspectos que fueron categorizados como parte de los aspectos de *socialización de género* (Categoría 10.1) y de otros *estresores psicosociales* (Categoría 13.1). Tal cual se identificó en otros casos incluidos en esta investigación, algunos participantes describieron que el proceso de vinculación con su figura parental masculina como una centrada en el rol proveedor de una base segura económica, lo que puede llevar a una interrupción más grave del apego (Venta et al., 2020). A continuación, se presenta una verbalización que permite ilustrar lo anterior:

Verbalización 29 del P-8M: Este, obviamente, era mi papá que se iba. Pero en sí lo entendí, porque él económicamente nunca estado bien aquí. Y antes de irse nosotros habíamos hablado. Y en sí, lo que buscaba él era lo mejor para las tres nenas y para mí. So, nada, como que, sabes, pues obviamente le duele a uno porque es un familiar cercano, pero llegue a entender que era lo mejor para él para las nenas. Porque sabes, él hablaba de mí, pero sabes, ya yo estaba en grado once o grado doce. Y a mí nunca me ha llamado la atención irme...Sabes si es bueno para ti, te beneficia y tú te sientes bien. Sabes, si tú estás bien, yo estoy bien. Y eso. Recuerdo que el lloró un montón. Él decía: ‘es algo que yo quiero que entiendan’, que él no lo hacía porque nos quería abandonar, sino porque estaba buscando algo mejor.

El conjunto de esta disrupción en el desarrollo del apego tras el divorcio, y la posterior migración de su padre por razones económicas, limitó el que se pudiera dar una evolución hacia un apego más seguro en la díada padre-hijo. En resumen, prácticamente todas las narrativas representativas del vínculo afectivo paterno aludieron a una privación parcial y total de esta figura apego. No obstante, el entrevistado demostró total aceptación ante el hecho de que este se

haya mantenido en búsqueda de mejores alternativas económicas. Al mismo tiempo, el entrevistado detalló que las oportunidades para interaccionar, compartir y relacionarse con sus tres hermanas por parte de padre fueron mínimas, lo que también impidió que consolidara una relación de apego con estas.

Finalmente, es posible concluir que fue la abuela materna quien ofreció señales claras de seguridad, apoyo, confianza y reciprocidad afectiva. Al explorar las manifestaciones de afecto recibidas durante su infancia y niñez, el entrevistado rápidamente elaboró relatos en torno a su abuela materna. Tal cual se ilustró en la Verbalización 1, este reiteró que en momentos críticos recibió reclamos por parte de su madre cuando prefería recurrir a su abuela. A pesar de la prevalencia de este conflicto, las verbalizaciones en torno al proceso de vinculación en la díada abuela-nieto fueron cónsonas con un *modelo interno de apego seguro* (Categoría A.1), expresándose con total certeza acerca del acompañamiento y la accesibilidad emocional de esta abuela. A continuación, se presenta un fragmento que permite ilustrar la calidad de la relación con su abuela materna:

Fragmento 4

Investigadora: ¿De qué maneras te sentías valorado como niño y por quién? ¿De qué formas te sentías valorado?

P-8M: Con mi abuela. Yo me quedaba. Yo me quedaba en casa de mi abuela casi todos los fines de semana. Si yo no me quedaba, ella llamaba y preguntaba, que si por qué yo no me iba a quedar. Que ella me extrañaba. Ehhh, siempre buscaba complacerme. Cualquier cosa que yo quería, ella iba rápido, y abuela buscaba la forma de conseguírmelo con tal de que yo estuviese bien. Y así.

Investigadora: O sea, que tu abuela siempre te daba seguimiento. Siempre estaba buscando cómo estar cerca de ti. Y buscaba mucho cómo agradarte.

P-8M: Sí.

En la siguiente sección se presentará el análisis de contenido entre jueces realizado para la D-04 en el que se discutirán los estilos de apego y los patrones interaccionales observados en el contexto de la relación de pareja.

D-04: Estilos de apego

En busca de una base segura durante la adultez emergente.

En aras de comprender los estilos de apego de la D-04, conviene exponer algunos aspectos concernientes al inicio de la relación de pareja que fueron destacados por los entrevistados. Según detallado en la discusión acerca de los modelos internos de apego de la P-7F, las narrativas describieron experiencias que reflejan gran fragmentación familiar producto de una coalición transgeneracional, cortes emocionales en las relaciones con figuras parentales, y procesos migratorios. Todo esto limitó significativamente las oportunidades que esta tuvo para desarrollar un modelo interno de apego seguro al vincularse con sus cuidadores. Por consiguiente, su motivación para ingresar a esta relación de pareja fue un aspecto que la entrevistada asoció repetidamente al panorama de inestabilidad familiar que experimentaba.

Según esbozado en la revisión de literatura, los sistemas motivacionales en las relaciones promueven la regulación de las necesidades básicas permitiendo la sobrevivencia (concretándose a una meta fisiológica), mientras que el concepto de “base segura” implica contar con el apoyo acompañamiento y una presencia psicológica que será consistente (concretándose a una meta psicológica) (Castellano et al., 2014). En este caso, la entrevistada reconoció abiertamente sus motivaciones para ingresar a la relación de pareja, describiéndola como esa base segura que le

ayudaría en su transición hacia la adultez. Del análisis se desprende que esta buscaba acceder a una estructura o sistema familiar que le permitiera sobrellevar los cambios propios de esta “segunda situación extraña” que es el ingreso a la vida académica universitaria (Lapsley & Woodbury, 2015), lo que fue destacado por los jueces y juezas en su análisis. A continuación, se presentan algunas verbalizaciones en las que la P-7F resume las razones para haber ingresado a la relación de pareja:

Verbalización 30 de la P-7F: El asunto es que yo, pues, como he pasado por tantas transiciones en mi vida. Yo quería como estabilidad, y yo sabía que él era un nene bueno, con su anterior novia había durado mucho tiempo. Yyyy, pues a medida que fuimos hablando, yo me di cuenta, como que mira, esta es la persona con quien quizá, este, puedo con, concebir esa estabilidad que tanto busco. Aunque yo tenía como otros amores con otras personas para aquel entonces, pero como queee, los alejé de mí, porque dije como que mejor me quedo con (*nombre de su pareja*), que me ofrece más cosas.

Verbalización 31 de la P-7F: ...vuelvo y repito, fue, las tantas transiciones que yo he tenido en mi vida, yo quería estar con esta persona que finalmente me ofreciera estabilidad y yo, definitivamente lo encontré en él. Él me lo ofreció, yyyy, yo sabía que él venía de una familia que era bastante, como que estable, *which is* una familia, este tradicional. Y, tenía, en aquel momento él tenía carro, como que, que tenía unas, otras libertades, y, eh, entendí que ahí fue yo me empecé a hospedar que yo estaba en la transición de ir a la universidad. Como que yo dije, es una etapa diferente, voy a estar con él, y así fue...

Al mismo tiempo, las motivaciones del P-8M para ingresar a la relación, permiten ilustrar los procesos de apego propios de la llegada a la adultez emergente donde debe calibrarse un acuerdo entre la necesidad de conexión social y de independencia, lo que constituye la tarea

psicológica de mayor peso en esta etapa (Arnett, 2015). Este fue un punto crítico en la selección de pareja por parte del P-8M, quien describió a su madre como ansiosa y sobreprotectora. Por tanto, al profundizar en las cualidades que valoró durante su ingreso a la relación, este resaltó que (aparte del físico) la independencia fue el elemento que consideró atractivo y que le convocó a ingresar a la relación. En otras palabras, mientras la P-7F buscaba mayor estabilidad y seguridad, el P-8M destacó su interés por explorar y acceder a otras libertades durante su adultez emergente. A continuación, se presentará un fragmento de entrevista que permite ilustrar esto último:

Fragmento 5

Investigadora: ...Y ahora pues, eh, la pregunta que hago directa, directa y específica ¿qué te interesó de ella?

P-8M: Ella, o sea, la libertad de ella realmente, yo, o sea con ella, yo salía con ella y me sentía bien. Podíamos hacer cualquier cosa, lo disfrutábamos. Este, pues ella me gustaba...O sea su físico, como me trataba. Eh, y cosas así (*ríe*).

Se observa en estas narrativas el modo en que ambos integrantes de la D-04 buscaban hallar ese equilibrio entre la posibilidad de lograr mayor independencia y autonomía, al mismo tiempo que buscaban satisfacer sus necesidades de apego y la conexión (Lapsley & Woodbury, 2015). Las narrativas de ambos en torno al proceso de selección de su pareja permiten ilustrar el modo en que se encontraban evocando los modelos internos de apego (con sus cogniciones y representaciones mentales acerca de las relaciones); a la vez que se iba dando el proceso de separación-individuación propio del ingreso a la adultez.

En la siguiente sección se presentarán los hallazgos del análisis de contenido entre jueces y juezas que permitió identificar los estilos de apego de ambos integrantes de la D-04.

D-04: Estilo de apego en P-7F.

El análisis de contenido mediante confiabilidad entre jueces y juezas completado para la D-04 permitió identificar que la P-7F ha manifestado patrones cognitivos, emocionales y conductuales cónsonos con un *estilo de apego desorganizado* (Categoría B.4). De la narrativa se desprende que -en el contexto de la relación de pareja- esta presenta patrones simultáneos de ansiedad y evitación. Según relatado por ambos integrantes de la díada, esto tiende a observarse tanto en los momentos de intimidad emocional y física entre la pareja, como en los momentos en que enfrentan conflictos. A continuación, se presentará un fragmento de entrevista que fue categorizado por los jueces como parte de este estilo de apego de la P-7F:

Fragmento 6

P-7F: ...mira, pero yo pensando acá me di cuenta que (*nombre de su pareja*) no me dice: 'tú eres bien linda' o algo así. Y se lo dije a mi compañera: 'es que yo pienso que él quizás piensa que yo soy tan segura, que percibe eso que no lo necesita', pero y después él me dijo que (*pausa y ríe*).

P-8M: No es que, no es que no se lo diga, pero es bien pocas las veces.

P-7F: Ajá

P-8M: Pero es que, a mí me molesta.

P-7F: (*Carcajada*).

P-8M: Porque a veces yo le digo 'mira te ves bien bonita', y me contesta 'yo lo sé' (*imitando a su pareja*).

P-7F: (*Carcajada*) Es eso.

P-8M: Ah pues no te lo digo (*ríe*). Te estoy halagando y me vas a salir con eso, pues no te lo digo.

Investigadora: ...Entonces, en el, en el escenario idóneo, verdad, en eso que se estarían diciendo ¿eso sería una de las cosas que a ti te gustaría que pasara?

P-7F: ¡Es que tampoco siento que lo necesito!

Según presentado en el fragmento previo, durante la entrevista se les convocó a imaginar la relación con sus problemas resueltos (la pregunta milagrosa); y luego de unos minutos en los que la entrevistada mantuvo una estrategia represiva reiterando que ‘no tenían problemas serios’, esta comenzó a apalabrar su necesidad de apreciación y elogio en torno a su apariencia física. Sin embargo, el P-8M describió la forma en que durante las interacciones cotidianas la P-7F evade las oportunidades para mostrarse receptiva ante los elogios verbales que él realiza, lo que genera que este se retraiga y contenga esas expresiones. Todo esto que quedó actuado en la propia entrevista donde se observó a la P-7F oscilar entre sus necesidades de dependencia e independencia en una misma interacción. Este momento de la entrevista permitió ilustrar el modo en que la P-7F logra cierto contacto con sus necesidades afectivas, pero inmediatamente les cierra la puerta prefiriendo mostrarse como independiente y autosuficiente desaprovechando las oportunidades para fortalecer el vínculo en pareja. Este es un área de trabajo que comenzó a explorarse durante la entrevista y, desde la perspectiva de apego integrada en el modelo EFT, la terapia podría ayudar a esta pareja a identificar que existe la posibilidad de integrar esa seguridad personal, y -a la vez- demostrar apreciación y receptividad reconociéndoles como movidas que permiten fortalecer el vínculo seguro en pareja (Johnson, 2012, 2019).

Otro fragmento de la entrevista que también fue categorizado por los jueces y juezas como ilustrativo del estilo de apego desorganizado de la P-7F, se identificó cuando los miembros de la pareja detallaron sus respuestas ante una situación estresante. Además, ambos detallaron respuestas de llanto imprevisible o incontrolable por parte de la P-7F, en conjunto con respuestas

conductuales de huida en esta. Todo esto suele generar gran confusión en el P-8M, pues coexiste la necesidad de ser consolada con la necesidad de retirarse para lograr autorregular sus emociones, tal y como solía hacer durante su niñez. A continuación, se presenta el fragmento categorizado como ilustrativo del *estilo de apego desorganizado o irresuelto* (Categoría B.4) en la P-7F:

Fragmento 7

P-7F: (*Ríe*) Ese momento fue uno de mucha frustración para ambos porque él se metió en una cuneta, y el carro se le apagó. O sea, como que él abrió, no supo reaccionar, ni yo tampoco. Este, él abrió la puerta, se metió el agua, y yo salí. Estaba lloviendo un montón, y yo salí corriendo, yo me perdí, y a lo último nos (*ríe*) encontramos, y él estaba llorando y yo empecé a llorar, porque (*ríe*). Estábamos bien asustaos, fue un momento que yo pienso que fue bien intenso, y, pero estábamos ahí los dos, siempre terminamos ahí, como que dándonos cariño.

P-8M: Yo recuerdo que pasó una grúa y recogió el carro, y el de la grúa me dice 'vente móntate' y yo empecé a gritar el nombre de ella bien duro porque yo no sabía dónde estaba metía' (*ríe*).

Investigadora: ¡Oh, guau!

P-8M: Pero es que no me puedo ir porque no la puedo dejar sola (*ríe*).

Investigadora: ¿Y finalmente apareció?

P-7F: Sí, porque yo estaba buscando otra grúa porque yo estaba bien desesperá también.

P-8M: Lo más brutal es que estaba bien cerca (*ríe*).

P-7F: Bien cerca, pero que como que, fue un momento bien, de mucha frustración.

Investigadora: Mucha, mucha tensión.

P-7F: Fue horrible (*mientras ríe*).

A tono con esta respuesta de huida de la P-7F, el análisis de contenido permitió identificar que -dentro de las respuestas simultáneas de cercanía y evitación- manifiestas en la P-7F, esta tiende a prevalecer en su apego evitativo, pero bajo estrategias diversas. Por ejemplo, en ocasiones tiende a mostrarse como autosuficiente y manifiesta su deseo de abandonar la relación, mientras que en otras ocasiones tiende a enfatizar únicamente en los puntos positivos de la relación. En ambos casos esto refleja serias dificultades para enfrentar los problemas y temáticas que resultan incómodos. A continuación, se presentarán dos verbalizaciones que ilustran esta diversidad de estrategias represivas:

Verbalización 32 de la P-7F: Es que realmente, no, o sea, no, yo no tengo la, la habilidad de imaginármelo [refiriéndose a una relación libre de problemas], porque es que pasa todos los días, todos los días nosotros nos levantamos, como que, yo le digo ‘ay yo me siento tan feliz de amanecer a tu lado’, todas las noches nos damos besos y yo lo espero cuando llega del trabajo. Ehhh, que yo pienso que, a pesar de todo, tenemos una relación bien bonita. Una dinámica bien bonita, que de por sí, no hay que, no hay, yo pienso, no sé si es que, que no hay nada que imaginarse. O sea, yo le digo como que ‘yo quiero mi vida contigo’, y como que nosotros hablamos de familia.

Verbalización 33 de la P-7F: ...yo pienso que, en la relación mía de apego, que por tantas transiciones que yo he tenido, yo usaba mucho antes, ahora quizás no tanto, por el hecho de verbalizarlo quizás refleja como soy, yo ‘me voy a ir corriendo’, ‘pues salgo corriendo’, y literalmente, en un inicio, desde este catorce de abril hasta hace, diciembre, las navidades, era mi refrán *like* cotidiano. ‘Me voy a ir corriendo’, o yo constantemente quería ‘mira no, se acabó’ (*nombre de su pareja*), eh, ‘no quiero estar contigo’, eh, ‘siento que vamos en

direcciones opuestas'. Que, aunque yo valoraba desde cierto punto la estabilidad que él me brindaba, yo misma tenía quizás estos conflictos internos que, no sabía qué hacer con mi vida... esa inestabilidad emo, emocional, yo soy, era, muy inestable. Yo como que, no podía manejar tantas cosas en mi vida.

Según ilustrado, la Verbalización 31 fue categorizada como parte de la *estrategia represiva* (Categoría B. 2.1) donde resalta la falta de voluntad para identificar los aspectos de la relación que requieren trabajo. No obstante, en la Verbalización 32, la entrevistada presentó la imagen de la huida para ilustrar esa evitación que también suele observarse durante las experiencias emocionales contradictorias propias de un *estilo de apego desorganizado* (Categoría B.4). No en pese a lo anterior, en otras ocasiones esta tiende a demostrar insistencia, lo que se discutirá más adelante.

En la siguiente sección se discutirán los hallazgos del análisis que permitieron identificar el estilo de apego del P-8M.

D-04: Estilo de apego en P-8M.

El análisis de contenido mediante confiabilidad entre jueces permitió identificar que la categoría predominante al evaluar las narrativas elaboradas por el P-8M fue la correspondiente al estilo de apego evitativo. De la entrevista se desprende que frecuentemente el P-8M presenta un claro patrón de supresión de las emociones que suele observarse claramente cuando experimenta conflictos. De manera similar a lo detallado en la entrevista individual, el P-8M reiteró presentar gran dificultad para comunicar sus necesidades emocionales, así como para exponer sus puntos de vista cuando experimentan un conflicto con su pareja. El análisis de contenido permitió notar estas claras movidas de *distanciamiento o retirada* (Categoría C.3) que son cónsonas con un

estilo de apego evitativo (Categoría B.2). A continuación, se presenta un fragmento de entrevista que permite ilustrar lo anterior:

Fragmento 8

P-7F: Un ejemplo, esto, horita estábamos peleando (*ríe*), pero son, porqueeee, qué sé yo, yo soy una persona bien puntual, bien objetiva, y yo ten, yo necesito tener control de toda la situación. Y hay veces pues él me dice como que ‘tú no eres mi maaaaai’ (*dramatizando*).

P-8M: Yo soy todo lo contrario.

P-7F: Exacto, ‘tú no eres mi maiiii’ y yo como que me molesto por eso... le pregunto: ‘¿pero y qué te pasa?’, ‘¿por qué tú estás molesto?’, porque él tampoco pues se expresa mucho, *so* hay que sacarle las cosas. Y, pero es mayormente, yo sigo insistiendo hasta que me dice, o finalmente le sigo dando besos o cosas así.

Investigadora: ...De lo que escucho, verdad, eh, muchas veces tú (*refiriéndose a la P-7F*) tratas de hablar, tratas de resolver, tratas de preguntar, de acercarte, pero en el caso de (*nombre del P-8M*). Según tú percepción, o como tú lo estas sintiendo, como que él se, se incomoda.

P-7F: Exacto. Se molesta mucho. Cuando él se molesta (*pausa*).

P-8M: Es que yo cuando me molesto, a veces como que me encierro. Y ella como que ‘¿qué te pasa?’, y yo ‘nada’ (*voltea el rostro dramatizando y ríe*).

P-7F: (*Ríe*)

Investigadora: Okay, te sigo.

P-8M: Nada, o no le hablo y me quedo callao’.

El fragmento previo sirve como preámbulo para la identificación de los patrones interaccionales en la relación de pareja (que se discutirán en la siguiente sección) y fue

categorizado por los jueces como parte del *conflicto* (Categoría C.1) donde el P-8M expresa su disgusto cuando su pareja destaca el cumplimiento de ciertas normas (p. ej., puntualidad, asistencia a compromisos) en la relación, lo que claramente evoca los modelos internos de apego, con las representaciones mentales, cogniciones y emociones que experimentaba en la díada madre-hijo donde había hipervigilancia y supervisión. El análisis de contenido permitió identificar que frecuentemente el P-8M recurre a la proyección, atribuyendo a su pareja su propio conflicto interno como una forma de evadirlo, lo que ha sido previamente observado en narrativas de participantes con un estilo de apego evitativo (Prunas et al., 2019).

En la siguiente sección se describirán los patrones interaccionales que caracterizan a la D-04 donde los estilos de apego de ambos integrantes de la díada pueden ilustrarse con mayor claridad.

D-04: Patrones de interacción

Ataques, retiradas, y tacto afectuoso como amortiguador durante el conflicto.

El análisis de contenido mediante confiabilidad entre jueces y juezas permitió concluir que la pareja experimenta conflictos asociados a los siguientes temas: 1) sobrecarga de responsabilidades (p. ej., económicas, laborales y académicas), y 2) diferencias en torno al manejo de la relación entre la P-7F y la madre del P-8M (su suegra). A continuación, se presentarán dos fragmentos de entrevista que fueron categorizados como parte del *conflicto* (Categoría C.1):

Fragmento 9

P-8M: ...porque en realidad nosotros a veces, la presión es más por lo económico. O sea, porque, a veces casi ni nos vemos porque yo tengo dos trabajos.

P-7F: Yo tengo también el trabajo y estudio.

P-8M: Este, pues es esto, de estar estable, económicamente, porque en todo lo demás nosotros no.

P-7F: Exacto, eso sería como nuestros únicos problemas, así como, pero es porque estamos empezando, somos estudiantes. Y, pues queremos muchas cositas. Por ejemplo, queremos, este, tener el apartamento *ready* y *whatever*.

Según se observa en el fragmento previo que las condiciones socioeconómicas limitan las oportunidades de conexión emocional manteniéndoles mayormente centrados en sus responsabilidades laborales y académicas creando las condiciones para una desconexión emocional y física entre la pareja. Aparte de esto, la D-04 detalló serias tensiones con la madre del P-8M prevaleciendo un corte emocional entre la P-7F y su suegra. A continuación, se presentará un fragmento que ilustra este otro tipo de *conflicto* (Categoría C.1):

Fragmento 10

P-7F: ...Yo pienso que un aspecto bien importante es que, también, yo tengo diferencias con su mamá (*ríe*). Yyyy, muchas cosas y yo, incluso una de las razones por la que yo te decía es porque eventualmente vamos a ser familia. O sea, su mamá quizás, si nosotros llegamos a tener un hijo o hija, va a ser la abuela y yo como que. Pues él me dijo 'ah, eso no importa'. *Which* sí importa, pero, no sé, intento picharlo al momento.

Investigadora: Okay, ¿cómo mantienen su relación con ella, en este momento?

P-7F: (*Interrumpe a la investigadora*) No hay relación (*ríe*).

P-8M: (*Ríe*)

Investigadora: No hay relación, no tiene relación con ella, con la mamá de (*nombre del entrevistado*).

P-7F: No, no, no, es que no. No me gusta, no me gusta (*mientras ríe*).

Investigadora: Pero, en términos de, no hay relación, es que ¿no conversan o profundizan?, ¿mantienen una relación cordial? o ¿cómo se da?

P-7F: Lo que pasa es que yo, yo, yo pienso que su mamá (*pausa*), yo recuerdo una vez que ella me dijo: ‘Ah’, que ella me dijo: ‘yo soy como’, ‘yo era como tú’ o algo así. Y, quizás ella tuvo unas experiencias similares a las mías, o algo así. No sé, eso no le da derecho a nada, eh, pero no me gusta.

Este aspecto de la relación de pareja debe considerarse otro elemento que también sugiere que los modelos internos de apego inseguro (con sus afectos, cogniciones y representaciones mentales) parecen estarse evocando. Según detallado previamente, cuando la P-7F refuerza las reglas o acuerdos en la relación de pareja, el P-8M inconscientemente proyecta su conflicto interno en torno a la relación madre-hijo, pero ahora en el contexto de la relación de pareja (Ayers et al., 2022). Al mismo tiempo, la P-7F, reconoce abiertamente el conflicto con su suegra, demostrando cierta consciencia de sus propios afectos, pero describiéndoles como justificables, lo que alude más al mecanismo de identificación proyectiva (Prunas et al., 2019). Según Prunas y colaboradores (2019) establece que este tipo de mecanismo intrapsíquico es de aparición temprana pero duradera, y que puede observarse en personas con dificultades de regulación emocional -como tiende a ocurrir en personas con apegos desorganizados- al permitirle tolerar los estados afectivos intensos. Se observó que la P-7F, también aplicó este mecanismo al referirse a los vínculos afectivos con su padrastro y hermana, relaciones en las que también ha aplicado cortes emocionales, que fueron ampliamente justificados por la participante.

En el caso de la relación en la díada nuera-suegra, la literatura expone que (aunque poco estudiados) los conflictos con las suegras son comunes y tiene raíces evolutivas profundas (Adhikari, 2015; Hart & Legerstee, 2013). Por un lado, la suegra puede experimentar que la

proximidad (emocional y física) entre su hijo y su pareja amenaza la relación que tenía con su hijo manifestando inconscientemente ciertas conductas de dominación mediante las que busca interrumpir la cercanía entre la nueva pareja. Al mismo tiempo, la nuera (P-7F) tiende a defender los recursos emocionales, económicos, etc. como elementos que deben preservarse para ella, y para su futura descendencia o familia. Tal y como se refleja en este caso, pareciera ser que estos dos apegos pueden entrar en una especie de competencia en la que ambas tratan de demostrar su pertenencia y esencialidad para lograr una redistribución de los recursos (Adhikari, 2015). Esta explicación cobra gran pertinencia en el caso de la D-04, donde la P-7F, reconoció que una de las razones para ingresar a la relación se fundamentó en su necesidad de hallar un sistema de apoyo durante su adultez emergente.

Desde la perspectiva de apego, debe destacarse la díada madre-hijo es una emocional y físicamente dependiente desde el propio vientre (Ainsworth et al., 1978), por lo que hay una seguridad fundante que típicamente se reduce gradualmente ante la aparición de otros vínculos como el de la pareja (Lapsley & Woodbury, 2015). Asimismo, el sistema familiar tiende a reorganizarse si se da la llegada de un hijo o hija, donde usualmente la suegra se integra proveyendo otro tipo de apoyo y comparten el nuevo vínculo afectivo en el sistema familiar (Adhikari, 2015), posibilidad que la pareja comenzó a abordar durante la entrevista.

A la luz de estos conflictos identificados, se observó que -aunque existen momentos de conexión emocional cónsonos con un estilo de apego seguro- frecuentemente emergen *patrones de interacción desorganizados en la relación de pareja* (Categoría C.9), lo que representa que la D-04 tienda a actuar ciclos fluctuantes o contradictorios. Según se observó en el Fragmento 8, en ocasiones la P-7F tiende a manifestar mayor ansiedad mediante reclamos o insistencia, mientras que el P-8M se muestra más evitativo lo que fue cónsono con el *patrón de interacción de*

perseguir-retirar (Categoría C.6). Sin embargo, ambos integrantes de la pareja reiteraron que no siempre es igual, sino que estos patrones pueden variar dependiendo de la naturaleza del conflicto. En contraste con lo observado en el Fragmento 8, la pareja también describió patrones interaccionales de *atacar-atacar* (Categoría C.8) donde prevalecen las críticas y la culpabilización. A continuación, se presenta un fragmento que permite ilustrar este patrón en un conflicto previo:

Fragmento 11

Investigadora: ¿Cuánto tiempo estuvieron sin hablar?

P-7F: Creo que fue como (*pausa*).

Investigadora: ¿Sin hablar?

P-7F: No, estábamos hablando. Sí, peroooo él [refiriéndose a su pareja] me trataba mal, eh, fue por texto y me trataba mal, y pues yo me reía porque como que (*ríe*), ah, y yo le respondía ‘no seas inmaduro’, porque realmente yo pienso que eran acciones inmaduras, *which* estaban justificadas hasta cierto punto, peroooo, cuando yo lo vi, y ya, literalmente, él se me metió en los brazos. Como que. Sí, eh, no, eso, eso fue como. Es que no, no nos dejamos de hablar. No, siempre estuvimos.

P-8M: Si es cuestión de, de cuán, cuánto tiempo estuvimos molestos, o estuve molesto, eh, fue bastante.

P-7F: Pues sí, fue bastante (*carcajada*).

P-8M: (*Ríe*).

Investigadora: Bastante puede ser días.

P-8M: Días

Investigadora: Semanas.

P-7F: (*Ríe*).

P-8M: Bueno (*pausa*) semanas.

Aparte de estos ataques y defensas, la D-04 detalló otros momentos en los que la P-7F ha prevalecido en un estilo de apego evitativo realizando movidas de *distanciamiento o retirada* (Categoría C.3), generando esto una hiperactivación de los procesos de apego en el P-8M. Del análisis entre jueces se desprende que -a pesar de que el P-8M prevalece en su estilo de apego evitativo- existen instancias en las que este manifiesta mayor ansiedad realizando claras movidas mediante las que tiende a insistir y *perseguir* (Categoría C.4). A continuación, se presenta un fragmento que fue categorizado como parte de este *patrón de perseguir-retirar* (Categoría C.6) en el que los patrones (emocionales, conductuales, cognitivos) se invierten:

Fragmento 12

P-8M: Ah, sí, pero era porque, como dije al principio, yo me sentía cómodo con ella, y yo decía ‘después de, después de tanto tiempo, como que, que se vaya así porque sí’, ‘porque le da la gana’, como que ‘no’. Por eso yo era bien (*hace gesto con la mano y el puño*), insistente.

Investigadora: Entonces tú insistías, cuando se, cuando se daba, pues esta, esta respuesta tuya (*dirigiéndose a P-7F*), de esta amenaza, un tipo de amenaza de ‘me quiero ir’.

P-7F: Sí, la real es que soy bien manipulativa. Sabes yo normalmente intento manipular mucho.

P-8M: (*Ríe*).

Investigadora: Okay, cuando, cuando, cuando eso sucedía tú (*dirigiéndose a P-8M*) respondías diciéndole ‘me quedo’, ‘me quedo’, y, y hacías, así como que (*gesto con la mano*).

P-8M: Como insistente, como ‘¿por qué te vas?’, o sea o ‘¿por qué la decisión?’, ‘pero ¿lo estás pensando bien?’

Investigadora: En ese caso tú, tú entonces le decías a ella, tú la buscabas a ella.

P-7F: (*Interrumpe a la investigadora*) Exacto, como ‘mira tranquilízate’.

En términos de los procesos de apego, el Fragmento 12 también permite ilustrar el modo en que las emociones más intensas en las relaciones afectivas pueden surgir cuando un individuo se enfrenta la interrupción del vínculo afectivo (Bowlby, 1988; Johnson, 2012, 2019). Por tanto, cuando prevalece el estilo de apego ansioso las necesidades de dependencia son fuertes y las personas temen profundamente a la pérdida que representa esa desconexión emocional. Por ende, las amenazas de abandono evocan una intensa ansiedad, frustración e incluso ira que fue gesticulada en la entrevista. Se observa además en este fragmento que la entrevistada reconoció utilizar dichas amenazas de abandono como una estrategia de manipulación. Este último patrón mencionado de la P-7F, puede considerarse forma de violencia que debe observarse en la relación de pareja. De hecho, la manipulación de las necesidades de apego ha sido definida como una forma abusar de la capacidad de amor y preocupación de alguien (Badouk-Epstein et al., 2018).

Acerca de estas estrategias manipulativas, Badouk-Epstein y colaboradores (2018), han desarrollado un revelador análisis basado en los trabajos seminales de Bowlby donde distinguen entre las secuelas que conducen al apego desorganizado y al trauma interpersonal, y un segundo tipo de estrategias de apego que se observa en los casos de violencia o maltrato. Bajo esta segunda forma, se manifiesta la manipulación de las necesidades de apego para inducir el poder-control. Esto último tiene como finalidad que el otro no pueda ‘ser’ a menos que sea bajo el ‘diseño’ que establece aquel que mantiene el control en la relación. En este caso, la P-7F

reconoce que en ocasiones puede recaer en estas estrategias manipulativas, lo que claramente puede identificarse como una forma de violencia que se ha llegado a concretarse durante las interacciones conflictivas entre la D-04.

Considerando la variabilidad y complejidad de los patrones interaccionales identificados en la D-04, resulta imperativo cuestionarse el modo en sus miembros retoman la conexión tras un conflicto en el que pueden ocurrir distanciamientos, ataques, defensas e incluso manipulación. Del análisis se desprende que la pareja utiliza el contacto físico como una clave no verbal que indica que desean poner fin al conflicto. Además, la pareja utiliza el tacto como intervención para evocar afectos positivos interrumpiendo así el conflicto destructivo logrando reestablecer exitosamente el nivel de cercanía típicamente manifiesto en la relación. A continuación, se presentarán dos fragmentos ilustrativos que fueron categorizados por los jueces y juezas como parte de la *reconciliación* (Categoría C.5) mediada por el contacto físico:

Fragmento 13

Investigadora: ...Y ahora pregunto ¿cómo ustedes se reconectan?...¿Alguien dice, hace algo para que ustedes se vuelvan a reconectar? ¿Alguno de los dos hace algo? ¿cómo? ¿cómo vuelven a reconectarse?

P-7F: Yo creo que es por más caricias. O sea, más contacto físico lo de él. Como que yo lo empiezo a tocar. Le digo '(apodo en diminutivo) contra', yo le digo (apodo).

P-8M: (Ríe).

P-7F: Y yo es como que: '¿(apodo en diminutivo) estás bien?', este y le sigo buscando el mood, pero es bien físico, tú sabes, él es bieeen *touchy*, como que le gusta mucho la caricia.

Investigadora: Que, si me fueran a describir lo que, lo que sucede, el contacto físico, el tocarse es una forma de ustedes volverse a reconectar luego de, del conflicto.

P-7F: Sí. Nos abrazamos. Usualmente, sí nos abrazamos.

Investigadora: Okay, y, y (refiriéndose a P-8M). Algo más que tú, que tú notes.

P-8M: Igual o, o a veces salgo. Empezamos a jugar de manos.

P-7F: Ah, sí, nos hacemos cosquillas.

P-8M: Nos hacemos cosquillas.

A continuación, se presenta otro fragmento en el que se ilustra el uso de contacto físico como el elemento central para la reconciliación durante un conflicto.

Fragmento 14

Investigadora: Y luego de ese momento, ¿cómo lo, lo lograron resolver?

P-7F: Ehhh, ese día.

P-8M: Nada, llegamos al apartamento.

P-7F: Nos bañamos y nos quedamos juntos como abrazándonos.

P-8M: Y nos quedamos acostaos.

Investigadora: En el contacto físico es que ustedes se reconectan.

P-7F: Sííí, definitivamente

Investigadora: Les ayuda ustedes a, a tranquilizarse.

P-7F: Exacto, es quizás, como que ese calorcito.

Acorde con estos dos fragmentos, a lo largo de la entrevista se identificaron narrativas en los que no se concretaba una discusión abierta acerca del motivo de conflicto. Contrario a esto, se identificó que no necesariamente se abordaba el mismo, no se apalabraban las necesidades afectivas, o se establecían nuevos acuerdos, pero sí se concretaba una clara reconexión mediante

el contacto físico. Por tanto, estos fragmentos permitieron identificar contacto físico afectivo (p. ej., caricias, cosquillas, abrazos, besos) como una clave no verbal frecuentemente utilizada entre la pareja para propiciar la *regulación fisiológica* (Categoría B.1.1) y la *regulación emocional* (Categoría B.1.2).

Según destacado en la revisión de literatura, la comunicación afectiva física puede utilizarse como intervención durante y posterior al conflicto, pues es una potente forma de promover la interdependencia y el bienestar relacional entre las parejas (Jakubiak & Feeney, 2019). El tacto fomenta la identidad diádica facilitando que -por vía del cuerpo- la pareja logre visualizarse y sentirse como “nosotros” (en integración) en lugar de un prevalecer en el “yo” (o en individualidad), lo que podría escalar la defensividad y los ataques durante un conflicto. De manera que el tacto apela al sentido de unidad, a la vez que funge como un amortiguador de las respuestas fisiológicas de estrés facilitando el clima emocional para dirigirse al manejo del conflicto constructivo (Field, 2011; Holt-Lunstad et al., 2008).

No obstante, el análisis de contenido permitió notar claramente, que luego del conflicto la pareja no logra apalabrar sus necesidades afectivas abiertamente. Este es un punto importante de trabajo pues la literatura sobre afectividad en parejas expone claramente que -en la medida que la relación progresa en años- el contacto físico afectivo, y otros factores tales como el deseo sexual y la actividad sexual tienden a presentar un declive (Sutherland et al., 2019). Esto último permite suponer que, aunque la D-04 utiliza exitosamente el contacto físico como su herramienta principal para mediar y resolver los conflictos, las intervenciones basadas en el apego (que buscan acceder, aceptar y expresar las emociones) permitirían una atención más profunda de las necesidades afectivas subyacentes fortaleciendo la relación en el transcurso del tiempo. Por tanto, aunque el contacto físico afectivo es una fortaleza que les ha permitido romper con

patrones evitativos, sería ventajoso para esta pareja atender otros aspectos concernientes a la resolución constructiva de los conflictos.

Habiendo presentado la variedad de patrones interaccionales que distinguen a la D-04, en la siguiente sección se discutirán las metáforas alusivas a los procesos de apego identificadas en las narrativas.

D-04: Metáforas alusivas a los procesos de apego

Una de las metáforas presentadas por la D-04 aludió al primer tiempo de interacción en la escuela, lugar en el que se conocieron. La pareja relató que desde la escuela superior ambos comenzaron a desarrollar atracción física. Así que fue en ese el entorno escolar que inició un periodo de coqueteo en el que describieron miradas y cumplidos en torno a la apariencia física. A continuación, se presenta un fragmento que fue categorizado como parte de las *metáforas de las movidas de cercanía* (Categoría D.5.3) en la fase inicial de la relación:

Fragmento 15

Investigadora: ¿Y cómo se dio esa primera conversación? Si recuerdan ese primer momento en el que conversaron.

P-7F: (*Ríe*) Es que (*nombre de su pareja*) es bien, bien como tímido. *So*, aquel día que volvimos a (*pausa*). En general, como que un inicio siempre nos tirábamos maíz como que ay qué sé yo, ‘tú eres bonito’ o *whatever*. Pero nunca fue como que serio. O sea, esta, éramos súper jóvenes y estábamos en otras, ondas bien diferentes...Y creo que él me escribió por una red social después. No mentira, yo le escribí a él, pero, fue que a ti te habían robao’ el teléfono.

P-8M: Ah sí.

P-7F: Y después él me escribió por *Snapchat*, y me pidió mi número, y ahí fue que empezamos a hablar. Y tuvimos un *date* en *Cold Stone*.

Según ilustrado, la metáfora del “tirar maíz” alude a la estampa típica puertorriqueña donde se observaba al campesino lanzando el maíz a las gallinas. En la actualidad esta imagen se utiliza popularmente en el país para referirse a las movidas iniciales de acercamiento en el que se lanzan piropos, halagos, e invitaciones hacia una persona de interés, lo que surgió de manera orgánica en las narrativas de esta pareja. Se observa además que -en este caso- las interacciones prosiguieron mediante el uso de las aplicaciones tecnológicas hasta concretarse la primera cita. Posteriormente, al solicitarles crear una imagen representativa de su relación de pareja, el P-8M elaboró una metáfora con la que claramente aludió a una experiencia cónsona con un *estilo de apego desorganizado* (Categoría B.4). Se observó en el análisis de contenido del material en vídeo que, durante la construcción de su metáfora, el entrevistado reflejó miedo y preocupación ante la posibilidad de una reacción volátil por parte de su pareja, lo que también es característico de los miembros receptores del estilo de apego desorganizado (Rholes et al., 2016). A continuación, se presenta la *metáfora de un estilo de apego desorganizado* (Categoría D.5.1) elaborada por el P-8M:

Fragmento 16

P-8M: Es como todo, es una montaña rusa, porque hay veces que, como lo digo, que no lo vayas a malinterpretar (*refiriéndose a su pareja*).

P-7F: Nooooo, no lo voy a malinterpretar.

P-8M: Hay veces que, o sea, uno llega cansao’.

P-7F: (*Ríe*).

P-8M: No sé si ponerlo así, y como que ella está bien amorosa y uno está como que (*hace gesto de desgano*). Hay veces que es al revés, pero el amor siempre está, como que.

P-7F: (*Interrumpe*) Noooooo ¡Yo pienso que, nuestra relación es un árbol!

El análisis de contenido entre jueces y juezas permitió observar claramente las interacciones (miradas, gestos, tono de voz) durante la elaboración de estas imágenes el entrevistado iba tanteando la reacción de su pareja. Se observó que -en la medida que el P-8M ilustraba a través de su metáfora las fluctuaciones emocionales y conductuales que experimenta en la relación, la P-7F implementó una estrategia represiva descartando inmediatamente la imagen y movilizándose a destacar los puntos positivos de la relación. A continuación, se presenta un fragmento que, aunque en su texto fue categorizada como una *metáfora del estilo de apego seguro* (D. 5.1), a la misma vez fue destacada por los jueces y juezas como parte de una *estrategia represiva* (Categoría B. 2.1) que más bien refleja parte de la evitación de la P-7F y su dificultad para identificar y trabajar los aspectos de la relación que requieren mejoría.

Fragmento 17

P-7F: ¡Yo pienso que, nuestra relación es un árbol!

Investigadora: ¿Un árbol? Cuéntame de esa imagen.

P-7F: Es una fruta, o algo así, porque, yo, eh, yo constantemente estoy creciendo por lo que aprendo, e intento que mi conocimiento se transfiera a él.

P-8M: (*Ríe*).

P-7F: Ehhh, lo intento, hay veces que no pasa, pero ajá, pero yo pienso que en la medida que vamos creciendo, y yo lo veo como este súper tronco que se va fortaleciendo cada vez más, y que verdad, bien *cool*, por eso yo siento que un árbol, sabes que realmente como que va como que *stretching* mis, mis ramas, y voy alcanzando otros lugares.

Investigadora: Así que, ese árbol, que se nutre, que va creciendo, que sus ramas se van extendiendo. O sea, los árboles traen oxígeno, traen sombra.

P-7F: Eso mismo, porque, en parte a mí me gusta mucho ayudar a las otras personas, y yo creo que a ti también. So, definitivamente, para mí, somos un árbol.

Se observa en la metáfora que la P-7F elaboró una imagen con la que pareció aludir al fortalecimiento del vínculo afectivo en apego seguro. Sin embargo, el análisis minucioso de las narrativas -así como de las interacciones y procesos articulados mediante el lenguaje no verbal- permitió notar que la entrevistada se refirió también a su desarrollo y crecimiento intelectual como el recurso principal al servicio de la relación de pareja. Asimismo, a lo largo de ambas entrevistas (individual y en pareja), esta destacó el modo en que sus estudios (en ecología familiar) le han permitido aplicar su saber para beneficio de ambos. Por tanto, esta imagen en la que ilustró intentar ‘transferir su conocimiento’ realmente reveló una tendencia a la intelectualización mediante lo que (indirectamente) devaluó a su pareja, al mismo tiempo que se aislaba de las emociones que le evocaban ciertas temáticas abordadas en entrevista (Arnold, 2014). Esta tendencia a utilizar el intelecto de manera defensiva se observa frecuentemente en un primer tiempo de trabajo clínico con parejas bajo el modelo EFT, donde se convoca a que las parejas se expresen y se pongan en contacto con su experiencia emocional lo que -en el inicio- puede generar gran incomodidad (Johnson, 2019).

Finalmente, es importante destacar que, la investigadora pretendió retomar la imagen inicialmente presentada por el P-8M, quien expresó experimentar que la relación es como una montaña rusa, imagen mediante la que claramente aludió a las fluctuaciones emocionales que experimenta en la relación de pareja. Pese a esto, el P-8M prefirió autocensurarse y no

profundizar en torno al significado de esta imagen. A continuación, se presenta el fragmento que también fue categorizado como ilustrativo del *estilo de apego desorganizado* (Categoría B.4):

Fragmento 18

Investigadora: En el caso tuyo [refiriéndose al P-8M], que no me quedó, no me quedó como muy clara la imagen de la montaña rusa.

P-7F: Pero contéstale.

P-8M: Ahhh, no, no, una montaña rusa, porque tenemos nuestras altas y nuestras bajas, pero, ajá (*mira a su pareja y ríe*).

P-7F: (*Carcajada*). Okay, es como que, ¿en qué estamos en las altas y en qué estamos en las bajas? ¿qué tú consideras que? ¿qué son las bajas? Exacto.

Investigadora: Para ti, tú lo sientes como, como una montaña rusa.

P-7F: O que es una inestabilidad emocional, que puede pasar.

P-8M: No sé.

P-7F: No sabes.

P-8M: No sé describirlo, en verdad (*ríe*).

Investigadora: Puedes usar cualquier imagen, verdad, que te ayude a representarlos, pero para ti, esa imagen de la, de la montaña rusa, te identificas con, con ella.

P-8M: Creo que sí, creo, no sé (*ríe*). Creo, creo.

La dinámica antes presentada permitió observar claramente el modo en que el P-8M se censuraba para evitar una posible respuesta de rechazo, protesta y ataque que escale hacia un conflicto mayor en su relación de pareja. Esta evasión de sus propias opiniones permite dar cuenta de la inseguridad que experimentan aquellas personas que se vinculan bajo un estilo de apego desorganizado (Rholes et al., 2016). Acerca de esto, la literatura científica ha demostrado

que cuando los individuos se sienten más seguros con su pareja, la autenticidad, la apertura y la honestidad en torno a sus opiniones y emociones aumenta (Paprocki & Baucom, 2017).

A pesar de las observaciones destacadas en la discusión previa, es indispensable puntualizar que, se identificaron interacciones cónsonas con un estilo de apego seguro en las narrativas. Estas fueron más notables cuando se les convocó a pensar en momentos críticos en la historia de la relación. A continuación, se presenta un fragmento que fue categorizado por los jueces y juezas como ilustrativo de la *regulación emocional* (Categoría B.1.2) y el *bienestar mental* (Categoría B.1.5) experimentados por el P-8M en el contexto de la relación de pareja:

Fragmento 19

P-8M: Bueno, situaciones familiares ella es la que está ahí. Cuando uno siente esa, cómo se dice, como esa presión, pues con ella es que yo hablo, y ella es la que me dice ‘mira, cógelo suave, cógelo con calma’, o ‘míralo desde este punto’, o ‘piénsalo así’, y cosas así.

P-7F: (*Ríe*).

P-8M: Pero, pero ella es la que siempre está ahí (*ríe*).

P-7F: Ehhh, sí, porque nosotros somos, estamos siempre juntos la mayoría del tiempo.

En este fragmento el entrevistado (P-8M) reveló que las interacciones con su pareja le dirigen claramente a una mayor capacidad de tolerancia a puntos distintos de vista y a un mejor afrontamiento de los conflictos. Al mismo tiempo, la P-7F relató el modo en que el P-8M ha estado disponible para ella en momentos críticos de pérdidas. Según destacado a lo largo de este estudio, este es un punto crucial que revela aspectos centrales de la relación, pues parte del trabajo conceptual de la teoría de apego gira en torno a estos procesos emocionales durante las separaciones y pérdidas físicas (Bowlby, 1980, 1988). En este caso se observó que la relación de pareja también le ha permitido a la P-7F lidiar con las emociones y lograr un mejor

afrontamiento ante situaciones incómodas, conflictivas o dolorosas. A continuación, se presenta una verbalización que fue categorizada como ilustrativa de la *regulación emocional* (Categoría B.1.2) que la P-7F puede lograr en el contexto de la relación de pareja:

Verbalización 34: Mi vida está jarta de crisis. Sabe' como que cuando mi padrastro murió, él estuvo ahí, física, emocional. Esteeee, cuando mami le dan unas cosas muy extrañas, y yo empiezo a llorar, él siempre está ahí. Cuando me dan las, cuando estoy bien frustrada en la universidad él también como que, yo pienso que, en todos los aspectos, físico, emocional, eh, a nivel espiritual también, como que en todas las dimensiones de la salud está ahí. Ese es, como que yo diría, como que es mi apoyo más fijo... Es que yo siempre me siento, ah, sabes, como que literalmente cuando mi padrastro murió, ese fue como que el momento bien fuerte, pero él siempre estuvo ahí.

Tanto el Fragmento 19 como la Verbalización 34, ilustran claramente que, a pesar de la desorganización en los procesos de apego, la D-04 ha podido apoyarse para lograr mayor regulación emocional de cara a los retos de la vida laboral, académica y familiar. Esto evidencia que se han ido consolidando en su historial evidencias de una clara evolución hacia un apego más seguro. Aunque prevalecen ciertas dificultades para desescalar los patrones de interacción durante los conflictos, suelen emplear el uso del contacto físico como estrategia principal para evocar afectos positivos en aras de lograr la reconciliación, siendo la *regulación fisiológica* (Categoría B.1.1) una de sus fortalezas.

A continuación, se incluirán varios diagramas que resumen los hallazgos antes presentados. La Figura 20 resume los datos en torno a los modelos internos de apego de la P-7F, mientras que la Figura 21 resume los modelos internos de apego correspondientes al P-8M. Además, la Figura 22 provee una representación gráfica de los estilos de apego y los patrones de interacción

identificados mediante al análisis de contenido mediante confiabilidad entre jueces y juezas.

Finalmente, la Figura 23 presenta las metáforas alusivas a los procesos de apego elaboradas por los miembros de la D-04 durante la entrevista en pareja.

Figura 20

Día 04: Verbalizaciones ilustrativas de modelos internos (MI) de apego en P-7F

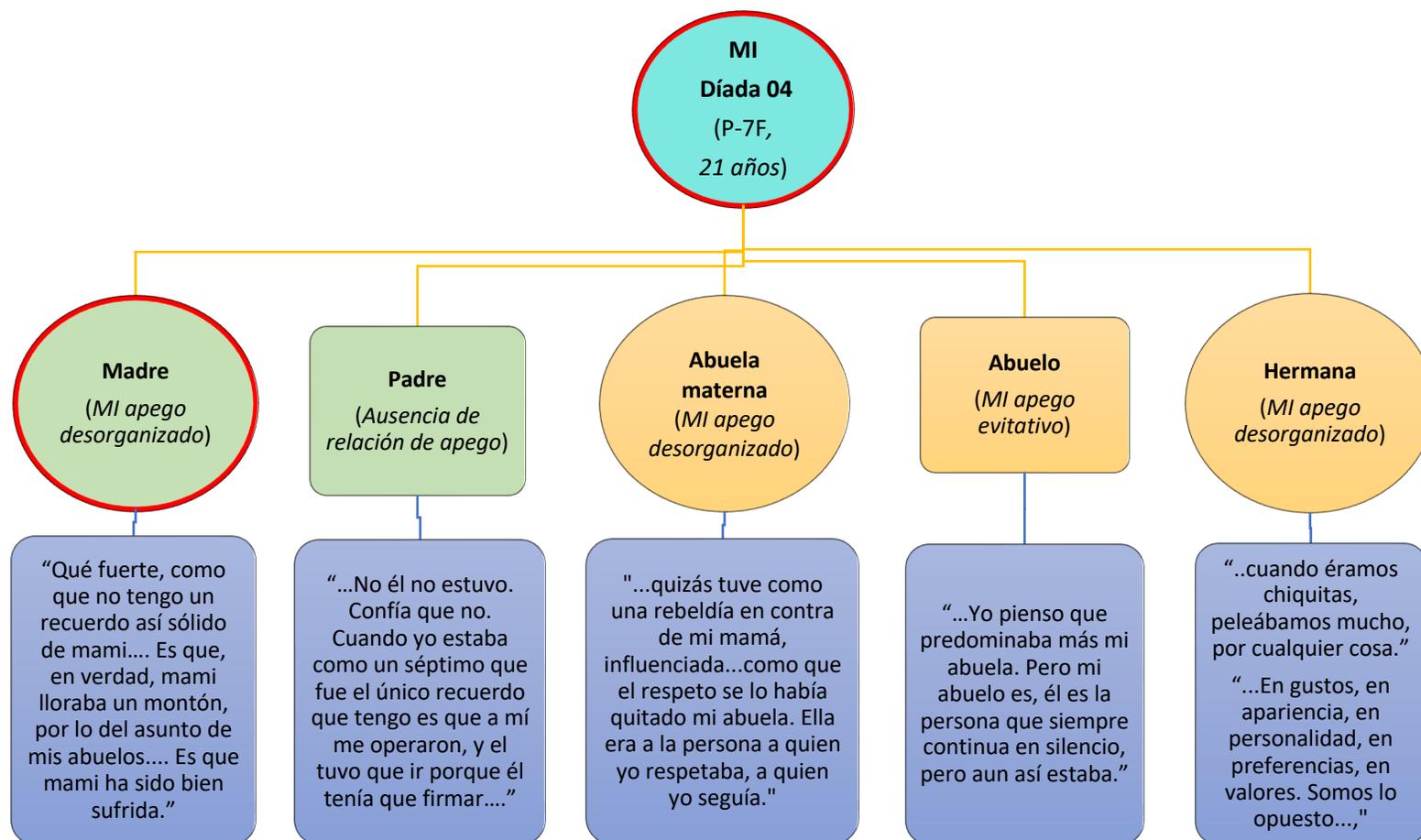


Figura 21

Diada 04: Verbalizaciones ilustrativas de modelos internos (MI) de apego en P-8M

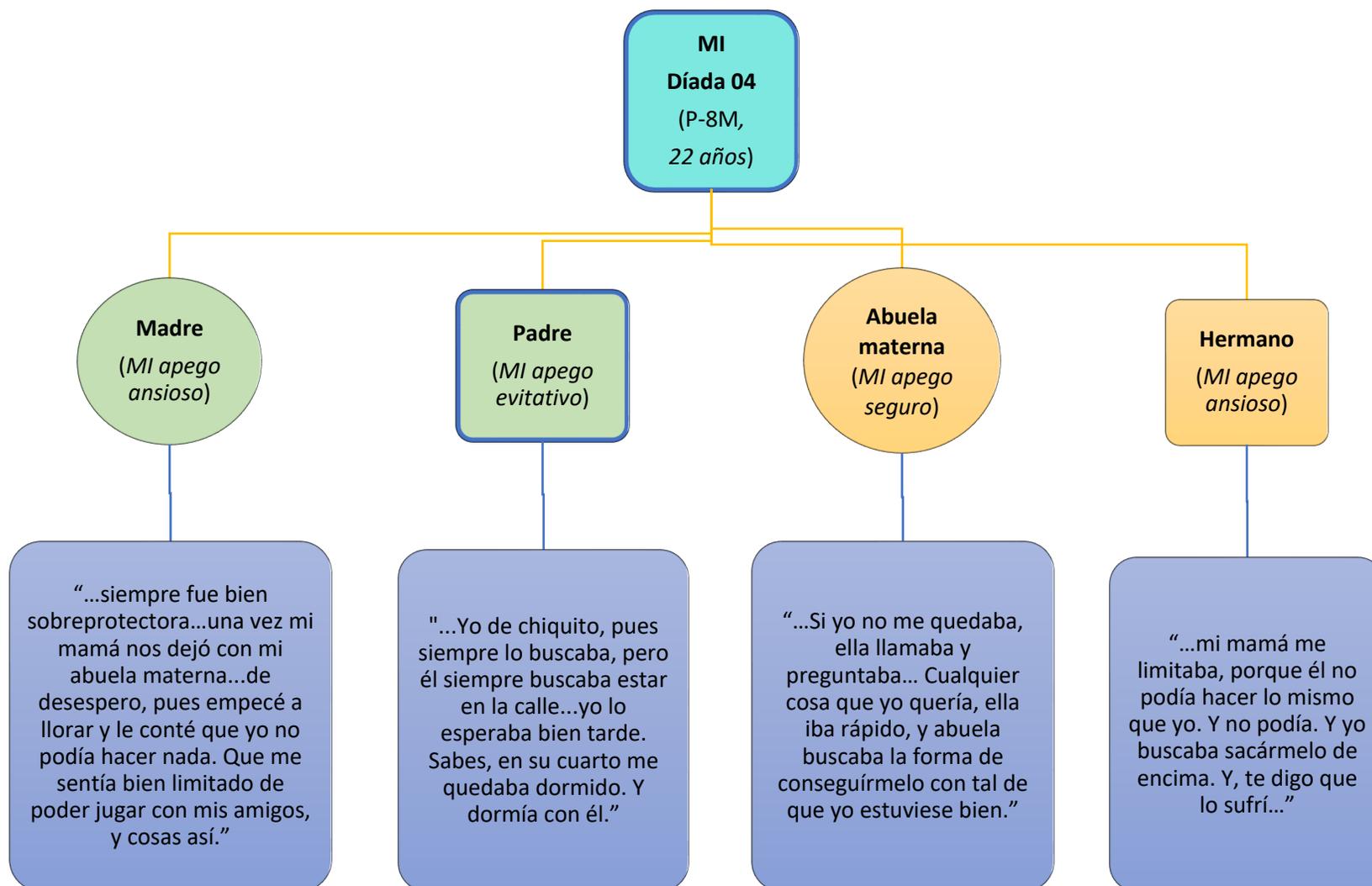


Figura 22

Diada 04: Verbalizaciones ilustrativas de estilos de apego (EA) y patrones de interacción (PI)

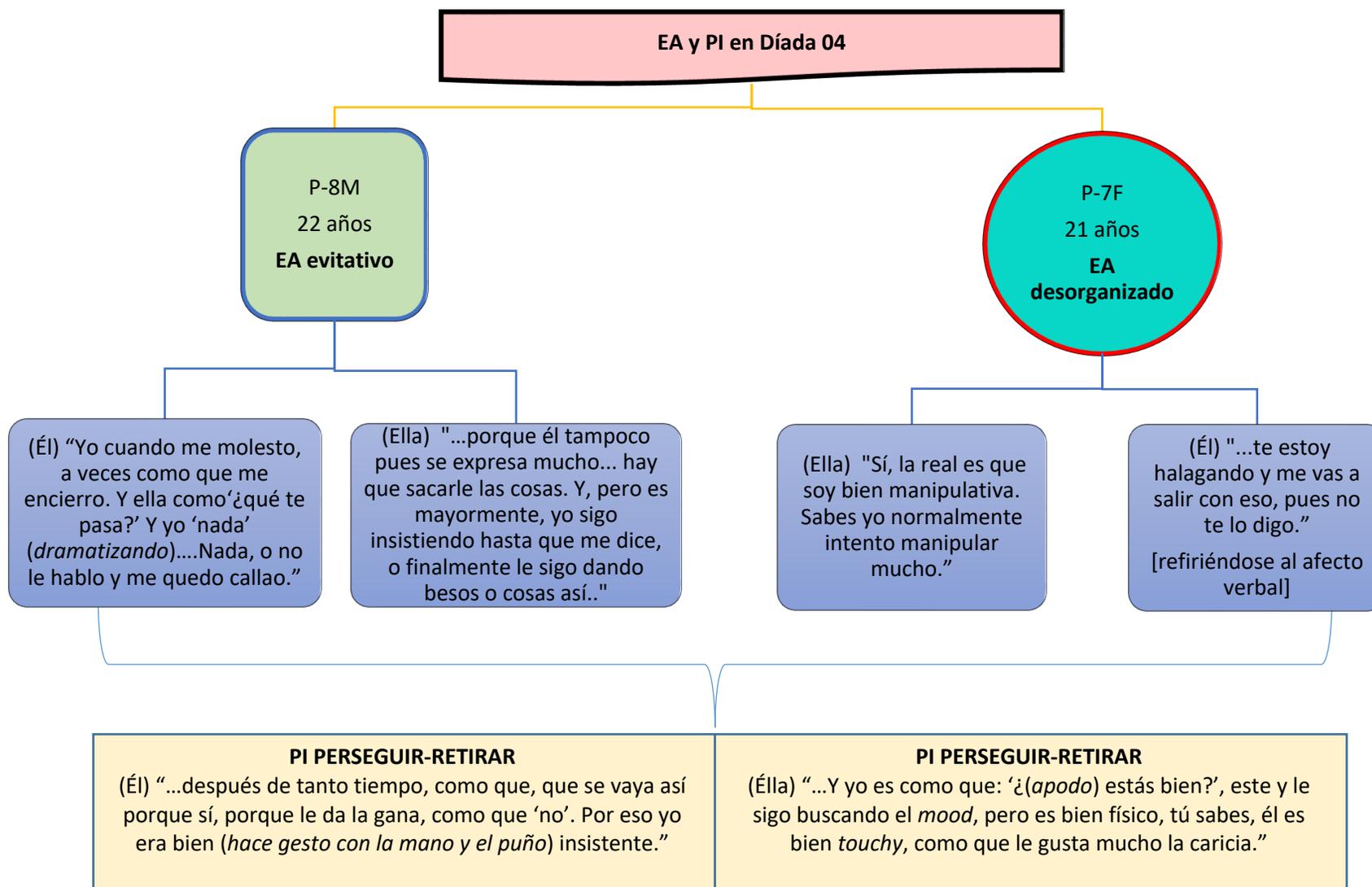
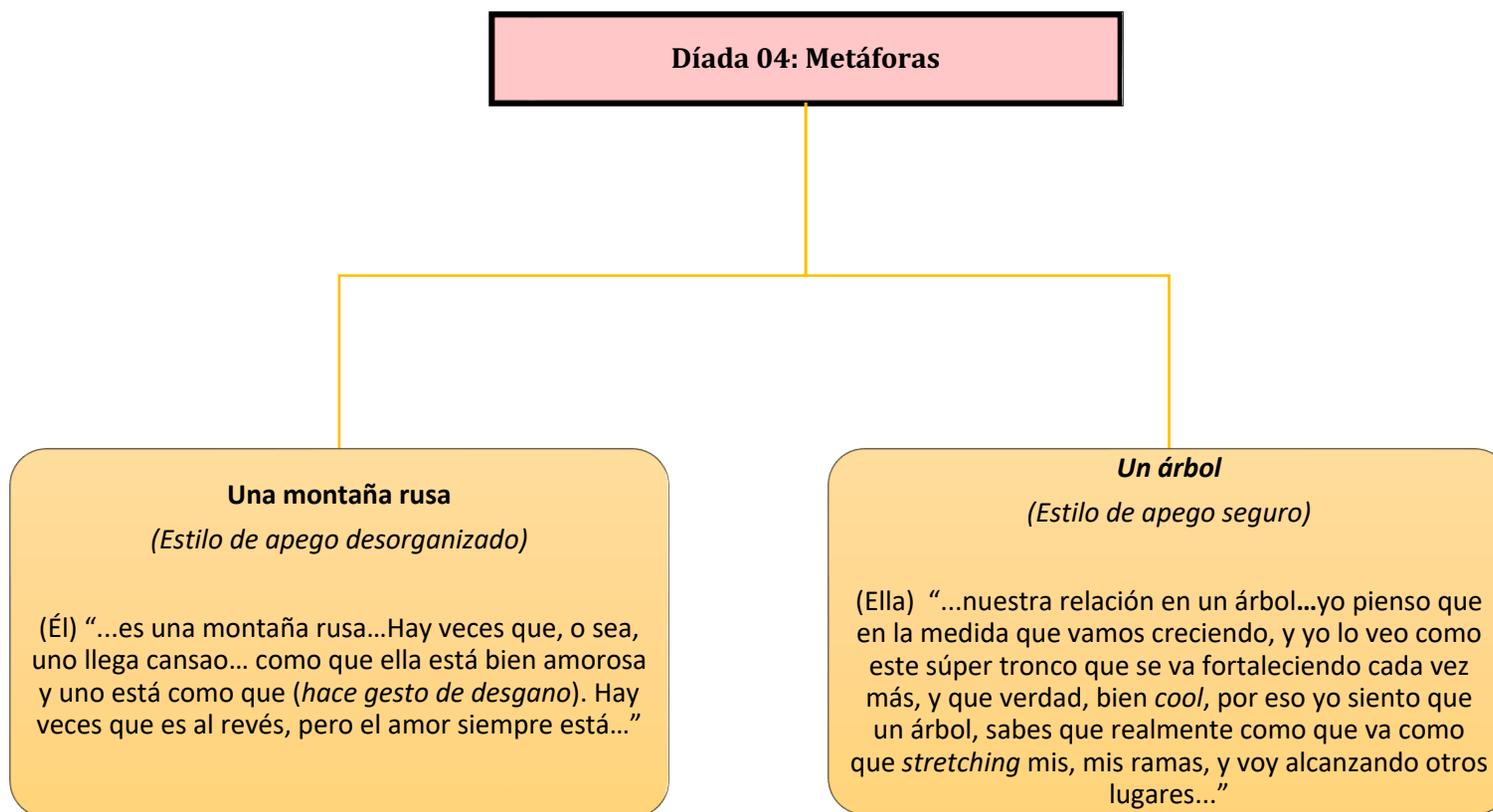


Figura 23

Díada 04: Metáforas alusivas a los procesos de apego



En la secuencia de diagramas presentados, las figuras de apego masculinas fueron identificadas mediante formas cuadradas y las femeninas mediante formas circulares. La Figura 20 resume los modelos internos de apego identificados mediante el historial de apego en la infancia de la P-7F. Se observó la prevalencia de narrativas cónsonas *con un modelo interno de apego desorganizado* instaurado en el vínculo con su madre, lo que fue resaltado mediante las líneas en color rojo que destacan la díada madre-hija. La Figura 21 resume los modelos internos identificados mediante el historial de apego en la infancia del P-8M. En este participante prevalecieron las narrativas cónsonas con *modelo interno de apego evitativo*, lo que fue resaltado mediante las líneas en color azul que destacan la díada padre-hijo.

La Figura 22, presenta los estilos de apego prevalecientes en las narrativas de la entrevista de historial de apego en pareja. La P-7F prevaleció en la categorización de un *estilo de apego desorganizado*, lo que fue enmarcado en color rojo, mientras que el P-8M prevaleció en un *estilo de apego evitativo*, lo que fue enmarcado en azul. Además, se presentan dos verbalizaciones ilustrativas en las que los miembros de esta pareja intercambian sus roles para conformar el *patrón de interacción perseguir-retirar*. Finalmente, la Figura 23, permite observar los contrastes de la experiencia emocional de ambos en la relación, lo que fue representado mediante imágenes aludían a un *estilo de apego seguro* por parte de la P-7F, y un *estilo de apego desorganizado* por parte del P-8M.

En la siguiente sección se discutirán las puntuaciones del ECR-R completado por cada uno de los miembros de la D-04 de modo que puedan compararse y contrastarse los resultados con los hallazgos del análisis de contenido antes presentado.

D-04: Puntuaciones en el ECR-R

Los integrantes de la D-04 completaron la versión corta traducida y validada del ECR-R de Zambrano y colaboradores (2009) que evalúa las diferencias individuales con respecto a las orientaciones de ansiedad y evitación en el apego. En el caso de la P-7F, los resultados obtenidos reflejan una ansiedad estimada de 1.77, lo que corresponde a una *ansiedad baja* al compararla con el promedio obtenido en una muestra de adultos casados ($M=3.26$, $SD=1.15$). Además, la participante obtuvo una evitación estimada de 1.91, lo que corresponde a una *evitación baja* al compararla con el promedio obtenido en una muestra de adultos casados ($M=2.86$, $SD=1.26$). Para fines del análisis cuantitativo, esto podría categorizarse bajo el prototipo de *estilo de apego seguro*. Sin embargo, al compararla consigo misma, se observó que la *evitación estimada* fue más alta que la ansiedad estimada. Esto último fue consistente con los resultados del análisis de contenido mediante confiabilidad entre jueces y juezas, donde se identificó una clara prevalencia en el uso de estrategias represivas y mecanismos defensivos (p. ej., intelectualización, identificación proyectiva, idealización) notables a lo largo de las entrevistas de historial de apego confirmándose una tendencia hacia una orientación de apego más evitativa.

No obstante, los resultados del autoinforme del ECR-R de la P-7F no reflejan los patrones de alta ansiedad-alta evitación identificados mediante el análisis de contenido entre jueces y juezas. Esta inconsistencia ha sido reportada en hallazgos de investigaciones previas en las que participantes niveles *más altos de evitación* puede llegar a reportar sentimientos positivos hacia sus parejas (Seedall & Wampler, 2012). Esta característica ha sido descrita por los investigadores como un tipo de incongruencia emocional, donde el adulto evitativo carece de la apertura necesaria para comunicar abiertamente su experiencia emocional interna, optando por evadirla emitiendo un juicio positivo en las medidas de autoinforme (Seedall & Wampler, 2012). Este

aspecto fue destacado por los jueces y juezas en el análisis, quienes identificaron que la participante enfatizaba excesivamente en los puntos positivos de la relación durante la entrevista, presentando dificultad para reconocer las áreas que requerían mejoría o trabajo en la relación.

En el caso del P-8M, los resultados obtenidos reflejan una ansiedad estimada de 1.88, lo que corresponde a una *ansiedad baja* al compararle con el promedio obtenido en una muestra de adultos casados ($M = 3.26$, $SD = 1.15$). Además, el participante obtuvo una evitación estimada de 1.33, lo que corresponde a una *evitación baja* al compararla con el promedio obtenido en una muestra de adultos casados ($M=2.86$, $SD=1.26$). Por consiguiente, estos resultados indican que el P-8M también autoinformó características cónsonas con el prototipo de un *estilo de apego seguro*. Sin embargo, al compararle consigo mismo, este obtuvo una puntuación más alta en la *escala ansiedad* que en la de evitación.

Estos resultados también reflejan cierta discrepancia en torno al análisis de contenido mediante confiabilidad entre jueces. Mientras los resultados del análisis cualitativo entre jueces y juezas evidencian claramente una narrativa en la que prevalece el tracto de un *modelo interno* y un *estilo de apego evitativo* en el P-8M, la puntuación obtenida en la escala del ECR-R refleja una prevalencia en mayor ansiedad en el contexto de la relación de pareja actual. Aunque esta puntuación de ansiedad no fue estadísticamente significativa, sí se refleja una tendencia hacia el cuadrante *alta ansiedad-baja evitación* prevaleciendo en un estilo de apego ansioso en esta medida de autoinforme.

Esta discrepancia permite destacar la influencia de los aspectos contextuales, dialógicos y relacionales sobre las orientaciones de apego. Asimismo, esta incongruencia es cónsona con aportes recientes que establecen una diferenciación entre el estilo de apego fundamentado en un modelo interno de carácter más *general* y uno otro más *específico* en relación de pareja (Burgess

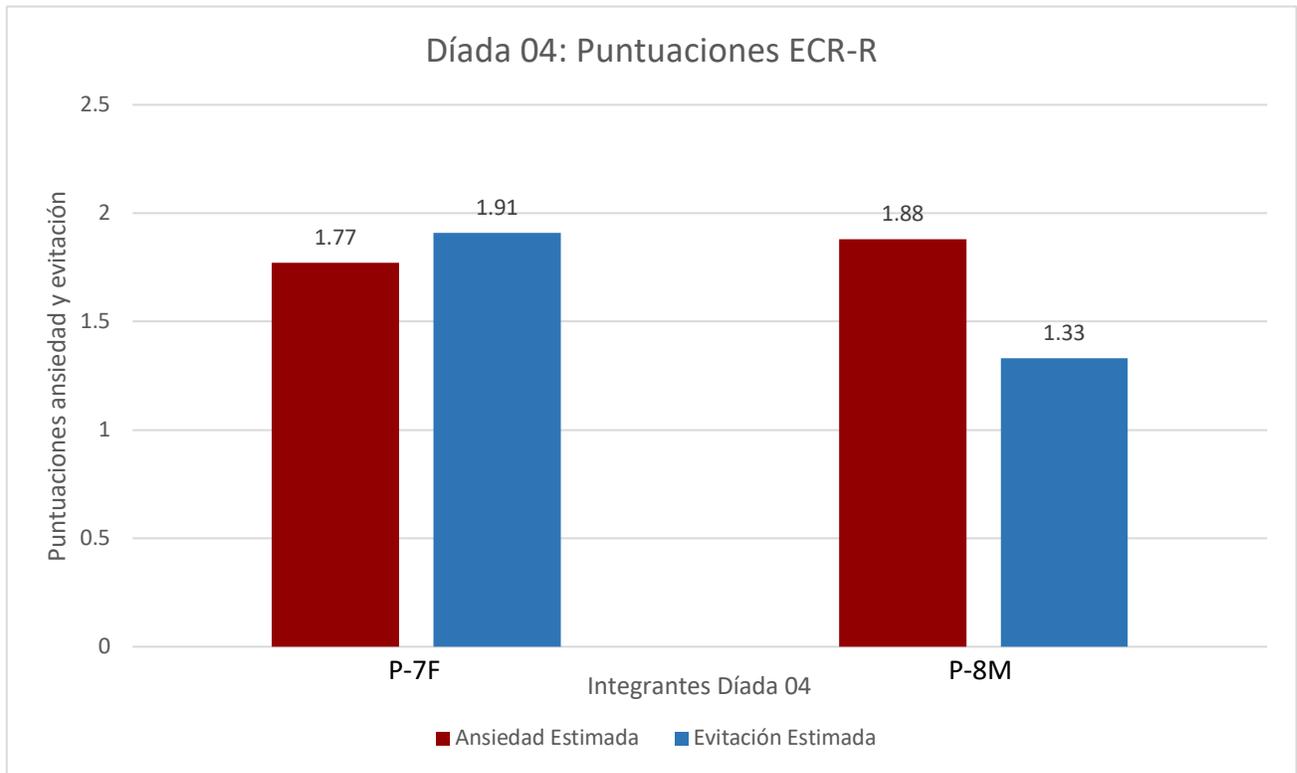
et al., 2016). En este caso, las narrativas cualitativas reflejan distintos factores tales como el inicio de la convivencia en pareja, las responsabilidades del hogar, las frecuentes amenazas de abandono por parte de su pareja, entre otros factores discutidos que parecen propiciar que el P-8M manifieste mayor ansiedad en el contexto de esta relación de pareja en específico. De hecho, el análisis de contenido refleja que en ocasiones en las que el P-8M manifiesta hiperactivación de los procesos de apego realizando movidas en las que persiste, demanda o exige reconexión emocional y cercanía (ver Fragmento 12).

Estos hallazgos permiten destacar una limitación de las investigaciones cuantitativas que se centran únicamente en las diferencias individuales reflejadas en puntuaciones de escalas del ECR-R, lo que puede conducir a conclusiones incompletas. En el caso del P-8M, la integración de los datos cualitativos y cuantitativos sugieren que -a pesar de la prevalencia del historial de apego evitativo- en el contexto de la relación de pareja actual, el P-8M refleja dudas con respecto a la disponibilidad de su pareja, manifestando mayor hipervigilancia ante un posible rechazo o abandono por parte de su pareja. Al mismo tiempo, es importante destacar que el ECR-R pretende realizar una evaluación diádica, por lo que la propia evitación de la P-7F puede estar influenciando su autoevaluación (p. ej., censura de sus opiniones) en torno a la experiencia emocional que realmente vive en la relación de pareja, lo que también fue destacado en el análisis de contenido realizado por los jueces y juezas.

La Figura 24 presenta una gráfica que resume las puntuaciones obtenidas en las orientaciones de apego por ambos miembros de la D-04.

Figura 24

Día 04: Ansiedad y evitación estimadas

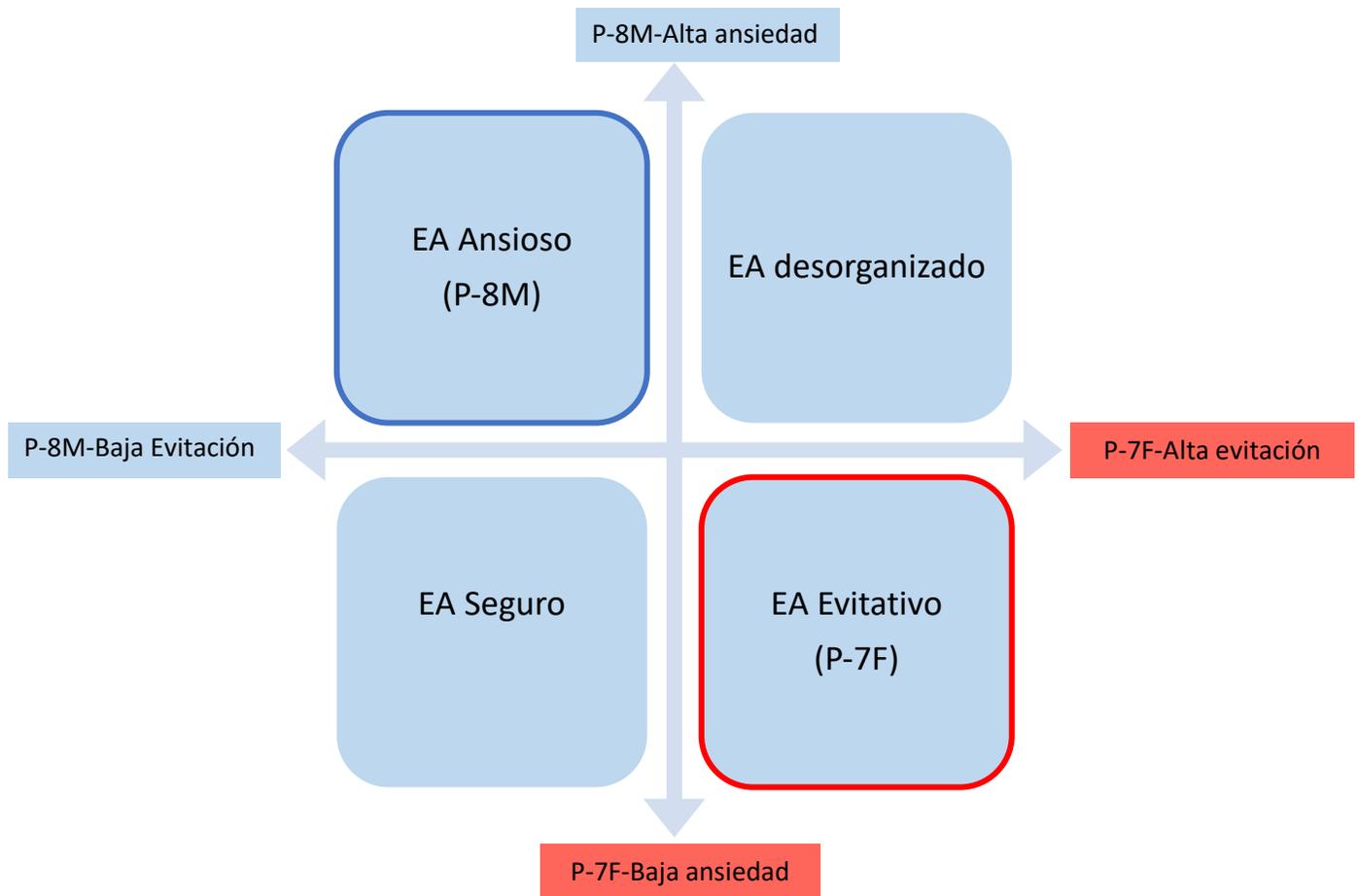


Se observa en la Figura 24 que la puntuación obtenida en la *escala de evitación* por la P-7F fue mayor que la obtenida en la escala de ansiedad. Por otro lado, el P-8M presenta una puntuación más alta en la *escala de ansiedad* que en la escala de evitación reflejando mayor orientación hacia un estilo de *apego ansioso* el contexto de la relación de pareja actual.

A continuación, la Figura 25 presenta la ubicación de ambos integrantes de la díada en las dimensiones del cuadrante de apego que facilita la interpretación del ECR-R.

Figura 25

Diada 04: Orientaciones de apego según puntuaciones obtenidas en el ECR-R



Se observa en la Figura 25 que el miembro P-7F se ubica en el cuadrante de alta evitación-baja ansiedad prevaleciendo en un *estilo de apego evitativo*, mientras que el P-8M se ubica en el cuadrante de alta ansiedad-baja evitación, lo que es cónsono con un *estilo de apego ansioso*.

Según presentado a lo largo de esta sección, se confirmó una consistencia entre los *modelos internos* y los *estilos de apego* en siete de los ocho participantes, lo que implica que los mismos patrones (cognitivos, conductuales y emocionales) identificados en el vínculo con sus figuras de apego primarias han prevalecido en el trayecto hacia la adultez en el vínculo con su

actual pareja. En la Tabla 2 se presenta un resumen de los resultados obtenidos en los tres niveles de análisis: entrevistas individuales de historial de apego, entrevistas de historial de apego en la relación de pareja actual, y escala de autoinforme ECR-R:

Tabla 2

Consistencias e inconsistencias entre los modelos internos de apego (MI) y estilos de apego (EA)

Código Pareja	Código Participante	Edad	MI según análisis de entrevista individual	EA según análisis de entrevista en pareja	Ansiedad y evitación estimadas en el ECR-R	Consistencia entre MI y EA (Sí o No)
<i>Díada 01</i>	P-1F	32	MI ansioso	EA ansioso	1.77 (ansiedad) 1.08 (evitación)	Sí
<i>Díada 01</i>	P-2M	58	MI evitativo	EA evitativo	2.66 (evitación) 1.22 (ansiedad)	Sí
<i>Díada 02</i>	P-3F	25	MI desorganizado	EA desorganizado con mayor ansiedad	3.66 (ansiedad) 2.33 (evitación)	Sí

<i>Díada</i> <i>02</i>	P-4M	33	MI seguro	EA seguro	1.44 (ansiedad) 1.42 (evitación)	Sí
<i>Díada</i> <i>03</i>	P-5F	21	MI desorganizado	EA apego desorganizado con mayor evitación	1.92 (evitación) 1.67 (ansiedad)	Sí
<i>Díada</i> <i>03</i>	P-6M	24	MI desorganizado	EA apego desorganizado con mayor evitación	2.33 (evitación) 2.22 (ansiedad)	Sí
<i>Díada</i> <i>04</i>	P-7F	21	MI desorganizado	EA apego desorganizado con mayor evitación	1.91 (evitación) 1.77 (ansiedad)	Sí
<i>Díada</i> <i>04</i>	P-8M	22	MI evitativo	EA evitativo	1.88 (ansiedad) 1.33 (evitación)	No

Según presentado en la Tabla 2, se refleja una clara consistencia entre todas las estrategias de análisis incorporados en el estudio. Se observó una discrepancia en la medida de autoinforme del ECR-R del P-8M de la D-04, lo que fue explicado por factores asociados a su experiencia emocional como receptor de un estilo de apego desorganizado, y a otros factores contextuales que le llevan a manifestar una orientación de apego más ansiosa en esta relación específicamente. Al mismo tiempo, los jueces y juezas destacaron mayor ansiedad que la autoinformada por la P-7F de la D-04 en el ECR-R, por lo que le categorizaron con un estilo de apego desorganizado a pesar de que coincidieron en que prevalecería en mayor evitación.

A pesar de esta congruencia o consistencia entre los modelos internos y los estilos de apego en la mayoría de las parejas, es preciso reiterar que el estilo de apego no es un rasgo estático, por lo que las narrativas también reflejaron aspectos evolutivos del apego (Johnson, 2012, 2019). Según detallado a lo largo de los resultados, en algunos casos, los entrevistados destacaron la influencia de las experiencias de apego inseguro en relaciones de pareja pasadas, y atribuyeron a este factor algunas de sus conductas en su relación actual. Por ejemplo, el P-6M de la D-03, ilustró el modo en que los pensamientos recurrentes y conductas ansiosas en torno al tema de la infidelidad (p. ej., realizar llamadas constantes, aparecer inesperadamente en el hogar) se reproducen en la relación actual, a pesar de que su pareja demuestra consistencia y compromiso relacional. Esta interacción ejemplifica el modo en que las heridas en los procesos de apego experimentadas en pasadas relaciones románticas pueden ir minando la apertura y disposición para sentirse emocionalmente más seguro en el vínculo en pareja (Johnson, 2019; Makinen & Johnson, 2006). Un patrón similar se observó en las narrativas de la D-01, quienes destacaron que la ansiedad (nombrada como una ‘celotipia’ por la propia pareja) asociadas a

experiencias en una relación de pareja pasada provocaron cierta defensividad en el inicio de la relación actual.

Acorde con este aspecto evolutivo del apego, otras diadas reflejaron cambios hacia una mayor disposición, apertura y receptividad como resultado de las interacciones en la relación de pareja actual y de otras relaciones en apego seguro. Por ejemplo, las narrativas del P-2M de la D-01 ilustraron el modo en que la confianza en su relación de pareja actual, en conjunto con el inicio de la paternidad, han propiciado una evolución hacia un estilo de apego más seguro (Fraley, 2019). En síntesis, a pesar de la consistencia entre las narrativas en torno a los modelos internos y los estilos de apego, los hallazgos también permiten reiterar que el estilo de apego está bajo constante influencia e impacto de otros vínculos y de otras variables contextuales. En este sentido la inconsistencia observada en el P-8M de la D-04 puede estar reflejando este aspecto evolutivo del apego.

CAPÍTULO V

DISCUSIÓN

Fundamentándome en el trabajo conceptual de la teoría de apego, esta investigación tuvo como objetivo central exponer los modos en que las parejas que residen en Puerto Rico apalabran sus necesidades afectivas (objetivo 1). Se utilizó la estrategia de análisis de contenido -mediante la creación una guía de categorías- para identificar los patrones temáticos asociados a los modelos internos de apego y a los estilos de apego de parejas que se vinculan en el contexto puertorriqueño (objetivo 2). Finalmente, se exploraron las consistencias e inconsistencias entre las narrativas en torno a los modelos internos de apego y los estilos de apego identificados mediante el análisis cualitativo y mediante la administración de una medida de apego cuantitativa (objetivo 3). Para la consecución de este último objetivo, se integró la escala de autoinforme (ECR-R) que fue comparada y contrastada con los resultados del análisis cualitativo, lo que permitió observar de manera más clara las congruencias e incongruencias en torno a los procesos de apego de cada pareja.

La particularidad de este trabajo estribó en la inclusión de una perspectiva diádica que permitió un análisis más completo y profundo de los procesos de apego que se articulan entre las parejas. Para fines de facilitar la discusión de los hallazgos, esta se dividirá en tres secciones: 1) síntesis de las narrativas emergentes en torno a los modelos internos de apego, 2) síntesis de las narrativas en torno a los estilos de apego y los patrones interaccionales en las relaciones de pareja. Finalmente se discutirán algunas implicaciones para el trabajo psicoterapéutico clínico con familias y parejas.

Síntesis de las narrativas emergentes en torno a los modelos internos de apego

La pertinencia de las figuras de apego suplementarias

El primer elemento a destacar en las narrativas emergentes en torno a los modelos internos de apego sustenta la pertinencia de los apegos múltiples expuesta inicialmente por Ainsworth y colaboradores (1978). Si bien la relación con los padres biológicos tiene un rol fundante en la instauración de los modelos internos de apego, las narrativas permitieron identificar la clara influencia de figuras de apego suplementarias. Aunque en algunos participantes mantuvieron un patrón ordinal en el desarrollo del apego bajo la jerarquía madre > padre > hermanos, también se observaron patrones alternos en los que figuras de apego que eran inicialmente suplementarias fueron tomando un rol más protagónico en la instauración de los modelos internos de apego. Por ejemplo, en el caso de la P-3F de la D-02, esta ubicó a su madre en el último lugar de la jerarquía de sus procesos de apego, considerando a su hermana gemela como la figura de apego que proveyó cercanía, apoyo emocional y consuelo en momentos críticos.

En aquellos casos en los que esta jerarquía en las figuras de apego tomó otro orden y se consideraron más cercanos a figuras suplementarias, los participantes refirieron una variedad de factores entre los que se destacan los siguientes: 1) experiencias de separación o divorcio contenciosos que produjeron una privación parcial o total de una sus figuras parentales, 2) figuras parentales que estaban físicamente presentes, pero emocionalmente desvinculadas debido a problemas de regulación emocional asociados diagnóstico clínicos (p. ej., depresión y bipolaridad en dos madres) o debido a conflictos entre la pareja parental, y 3) ansiedad materna excesiva que redundó en sobreprotección. Todas estas condiciones se fueron conjugando para que los entrevistados lograran mayor proximidad emocional y física con figuras de apego suplementarias entre las que destacamos las abuelas y los hermanos. De hecho, solamente uno de

los participantes (P-4M de la D-02) predominó en la categorización de modelo interno de apego seguro en el vínculo con ambas figuras parentales (entiéndase madre y padre), reflejándose una consistencia en su estilo de apego seguro tanto en los datos cualitativos, como en las puntuaciones del ECR-R.

Este hallazgo permite destacar los planteamientos de Ainsworth (1991), quien enfatizó en la pertinencia de los apegos múltiples, y observó que la relación entre hermanos y otros miembros del sistema familiar puede -paulatinamente- instaurarse como un apego suplementario al parental. En congruencia con este planteamiento, al menos tres de los entrevistados presentaron narrativas en las que describieron a sus abuelas como figuras de apego seguro y establecieron una clara distinción entre el nivel de cercanía, confianza y comunicación afectiva (verbal y física) que mantenían con sus madres, donde elaboraron narrativas cónsonas con modelos internos de apego ansioso, evitativo e incluso desorganizado.

Este hallazgo cobra gran pertinencia, pues esa sensibilidad emocional del apego seguro que se caracteriza por la capacidad para notar, interpretar y responder eficazmente a las señales del infante o niño (Ainsworth et al., 1978), fue observada con consistencia en las diadas abuela-nieto, abuela-nieta en este estudio. Este hallazgo no debe obviarse, pues la mayoría de los estudios de co-parentalidad se centran principalmente en la red o triada madre-padre-hijos (Brown et al., 2022). No obstante, las observaciones en torno a los modelos internos de esta muestra exponen la co-parentalidad madre-abuela como una fundamental para las familias que se vinculan en el contexto puertorriqueño, lo que requiere mayor investigación que permita orientar el trabajo clínico con familias.

Pese a lo anterior, es importante destacar que el rol protagónico de las abuelas en el proceso de co-parentalidad permitió también observar narrativas con procesos de apego bastante

complejos y variados. Por ejemplo, en el caso de la P-1F de la D-01, el cuidado de la abuela materna ayudó a ampliar la red de apoyo familiar y a aumentar la eficacia parental (p. ej., cumplir responsabilidades cotidianas, suplir ciertas necesidades afectivas y económicas) en el proceso de crianza, lo que ha sido destacado en algunos estudios (Barnett et al., 2011; Connor, 2006; Liang et al., 2021; Strong et al., 2010). Sin embargo, en otros casos (p. ej., la P-7F de D-04), la participación de la abuela derivó otras tensiones en la red conformada por padres-hijos y abuelos. Se observó que en algunos casos la proximidad emocional y física con estas figuras de apego se tornó en una fuente de estrés e interrupción de la crianza parental (Barnett et al., 2011; Connor, 2006). De hecho, en uno de los casos se identificó una coalición transgeneracional que terminó en un corte emocional entre los sub-sistemas.

A la luz de estos hallazgos, las narrativas en torno al rol de las abuelas pueden considerarse como pertinentes en el desarrollo de los modelos internos de apego, pues simultáneamente influyen el proceso de vinculación en las diadas madre-hijos y padre-hijos, abriendo un espacio para que resurjan conflictos inconscientes durante el proceso de crianza (Barnett et al., 2011; Connor, 2006; Liang et al., 2021; Strong et al., 2010). En términos de los procesos de apego, es posible sintetizar que la co-parentalidad articulada entre los entrevistados y sus abuelas tomó dos vías: en algunos participantes ayudó a fortalecer al apego seguro en el sistema familiar proveyendo diversos apoyos (como lo fue el apoyo emocional, instrumental y económico), mientras que en otros desembocó en experiencias emocionales conflictivas y nocivas (p. ej., hostilidad, celos, antagonismos y competencia por la autoridad) provocando cortes emocionales en el sistema familiar, generando mayor inseguridad (Barnett et al., 2011; Connor, 2006; Liang et al., 2021; Strong et al., 2010).

Por otro lado, las observaciones de este estudio permiten puntualizar que las narrativas emergentes en torno a los modelos internos de apego inseguro (p.ej., madres altamente ansiosas o sobreprotectoras) reflejaron ciertos patrones intergeneracionales fundamentados en el apego inseguro con estas abuelas. Este hallazgo permite resaltar que -en el trabajo clínico con familias y parejas- se requiere una mejor exploración del resultado de la integración de los abuelos en la co-parentalidad, pues su influencia en la instauración de los modelos internos de apego ha demostrado ser importante (Barnett et al., 2011; Connor, 2006). Asimismo, este hallazgo permite sugerir que, durante la integración de las abuelas y abuelos en los procesos de crianza, puede ser útil explorar abiertamente la voluntad, capacidad y alcance de su rol como cuidadores; pues la pobre atención de este aspecto podría generar conflictos mayores que impactarán el desarrollo afectivo de los integrantes del sistema familiar (Connor, 2006).

En cuanto a los procesos de vinculación afectiva con las figuras masculinas de los abuelos, es preciso distinguir que las narrativas de este estudio reflejaron muy poca información. Prácticamente todos los entrevistados se centraron en la participación de la figura femenina de la abuela, y describieron a la figura masculina del abuelo como una distante y evitativa. Es posible que esto esté vinculado a factores contextuales y de socialización de género que influyen los roles, creencias y expectativas en torno a estas figuras parentales masculinas, lo que se discutirá más adelante.

Apego materno y su influencia en el desarrollo de los modelos internos y estilos de apego

A pesar de la influencia del vínculo con las abuelas resaltada en las narrativas, el análisis de contenido permitió identificar que las personas participantes consistentemente apalabrarán vivencias significativas mediante las que destacaron la influencia contundente de la calidad del

vínculo materno, lo que evidentemente impactó la conformación de sus modelos internos y estilos de apego. Esto implica que, a pesar de la presencia en apego seguro de algunas abuelas, padres (o de otras figuras de apego), las personas entrevistadas fueron consistentes en replicar el modelo interno de apego instaurado en el vínculo con la madre, lo que también pudo confirmarse mediante la evaluación de las medidas de autoinforme del ECR-R. Estos hallazgos reafirman el enfoque etológico de Bowlby (1969), quien defendió una clara tendencia hacia la madre como figura principal de apego. No obstante, esto también parece estar atado a otros factores contextuales que imponen mayor responsabilidad a la figura materna.

Complementando lo anterior, conviene destacar que solamente uno de los participantes (P-4M de la D-02) prevaleció en narrativas cónsonas con un modelo interno de apego seguro con todas las figuras de apego en la infancia incluidos sus padres y su abuela. Al comparar las puntuaciones de todos los participantes, este obtuvo un perfil estable en ambas escalas (*ansiedad estimada*= 1.44, *evitación estimada*=1.42) evaluadas en la medida del ECR-R. Al mismo tiempo, prevaleció en las narrativas cónsonas con un modelo interno de apego seguro y un estilo de apego seguro en la relación de pareja. Esto sugiere que, cuando un modelo interno de apego seguro materno se combina con la presencia de otras figuras de apego seguro, estas condiciones -en conjunto- aportan al desarrollo de esa consistencia (o relativa estabilidad) en las orientaciones de apego seguro en el trayecto hacia la adultez.

En congruencia con lo anterior, los participantes que prevalecieron en narrativas cónsonas con modelos internos y estilos de apego inseguros reflejaron una tendencia hacia puntuaciones más altas en las dimensiones de ansiedad y evitación en la medida ECR-R. Por ejemplo, esto se observó contundentemente en la P-3F de la D-02, quien prevaleció en las narrativas cónsonas con modelos internos de apego inseguro (desorganizado y evitativo) con ambas figuras

parentales, y a la vez obtuvo las puntuaciones más altas en el ECR-R (*ansiedad estimada*=3.66, *evitación estimada*=2.33) reflejando una clara evolución hacia estilo de apego inseguro desorganizado en la adultez.

Apego materno y dificultades interpersonales

Otro hallazgo relevante en torno a los modelos internos de apego fue identificado en las narrativas de las personas participantes que refirieron haber tenido madres altamente evitativas y sobreprotectoras, lo que tuvo como saldo el desarrollo de serias dificultades interpersonales. Por ejemplo, el caso del P-2M de la D-01 -quien expuso haber recibido el rechazo materno ante sus demostraciones de afecto verbal o físico- detalló haber desarrollado una inhibición de tipo patológica afectándose profundamente su capacidad para establecer nuevas relaciones afectivas. Al mismo tiempo, este describió dificultades en buscar apoyo y lograr regulación emocional a través de las relaciones sociales lo que también ha influenciado el proceso de vinculación con la pareja. De hecho, este participante obtuvo la puntuación más alta en evitación entre todos los participantes del estudio (*evitación estimada*=2.66). Este mismo patrón se observó en las narrativas del P-8M de la D-04, quien detalló haber experimentado sobreprotección materna durante la infancia y la niñez. En este caso fue la evitación experiencial la que afectó seriamente su capacidad para explorar nuevos ambientes y establecer nuevas relaciones sociales, presentando una marcada ansiedad social que todavía prevalece. Estas observaciones han sido reseñadas previamente en la literatura, donde se ha establecido que las dificultades interpersonales en la adultez frecuentemente están altamente vinculadas al desarrollo de modelos internos de apego inseguro (Bistricky et al., 2017).

Este hallazgo permite destacar la forma en que las dificultades maternas para sintonizar con los estados emocionales del infante pueden evolucionar a lo largo de la vida, lo que sugiere

que el consuelo y la protección de las figuras de apego parentales durante primer tiempo de vida (infancia y niñez) continúa demostrando ser un elemento central en el desarrollo de la seguridad y la confianza a manifestarse a lo largo de la vida (Lampe & Malhi, 2018). Lo observado en estos dos participantes reafirma lo siguiente: si las pautas de rechazo o alta ansiedad de la figura de apego materno se repiten constantemente a lo largo del tiempo, el resultado puede ser un niño, y eventualmente un adulto, que se contiene emocionalmente y que evita acercarse a los demás debido al temor asociado a la respuesta esperada de rechazo o inadecuación (Arriaga et al., 2018; Lampe & Malhi, 2018). En otras palabras, las interacciones con estas figuras de apego primarias conforman el cimiento de las destrezas interpersonales posteriores. Este hallazgo resulta vital para el trabajo clínico con psicopatologías diversas (p. ej., trastorno de personalidad evitativa) que tienen como médula los modelos internos de apego inseguro centrados en el miedo al rechazo, lo que les puede llevar a evitar a toda costa situaciones sociales en las que puedan ser criticados o evaluados negativamente limitando así dramáticamente su desarrollo laboral y social (Lampe & Malhi, 2018).

El apego suplementario fraternal y la parentificación

Acorde con lo anterior, en las narrativas en torno a los modelos internos de apego las personas participantes destacaron las relaciones con figuras fraternales (tales como los hermanos, hermanas, primos y primas) como parte importante de su desarrollo afectivo. No obstante -tal cual ocurrió en el vínculo con las abuelas- este proceso de vinculación afectiva también tomó distintas vías. En algunos casos, la presencia de los hermanos y primos propició interacciones cónsonas con un modelo interno de apego seguro ayudándoles a modelar interacciones solidarias, de apoyo y reciprocidad con pares (Lapsley & Woodbury, 2015). Esto estimuló mayor apertura en el desarrollo de relaciones más empáticas y seguras tanto con amistades como con su

actual pareja. En contraste con este resultado, en otros participantes se observó que el vínculo con hermanos derivó interacciones complejas conjugándose un tipo de parentificación emocional. Según explicado en los hallazgos, este tipo parentificación se concretó cuando la madre (o padre) estuvo físicamente presente, pero emocionalmente ausente debido a los síntomas de depresión, otras psicopatologías, o conflictos de pareja (Goldner et al., 2019).

La parentificación emocional alude a un patrón en el que las figuras parentales -consciente o inconscientemente- esperan que el hijo (niño o adolescente) satisfaga ciertas necesidades socioemocionales como lo puede ser el apoyo en las crisis emocionales, la protección de los miembros de la familia, la toma de decisiones, la mediación en los conflictos, entre otras (Mathias, 2022). Esto implica que mientras el niño cuida del padre o madre, los padres no cuidan del niño y sus necesidades afectivas quedan insatisfechas. Al mismo tiempo, el niño o niña parentificado no recibe un modelaje de los comportamientos de reciprocidad emocional (Mathias, 2022). Narrativas como estas fueron identificadas en el historial de apego del P-6M de la D-03, quien expresó haber tenido que cuidar sus hermanos mientras su madre enfrentaba ciclos de violencia en sus relaciones de pareja. Este tipo de parentificación emocional también se observó en el caso de la P-5F de D-03, quien consideró que su madre fue descargando la responsabilidad de su cuidado y protección en su hermana gemela. Esto último fue propiciando una fusión en este sub-sistema fraternal, lo redundó en serias dificultades en el proceso de individuación durante la adultez emergente.

En síntesis, las narrativas recopiladas en torno las figuras de apego fraternales de las personas entrevistadas sugieren lo siguiente: a pesar del acompañamiento suplementario de los hermanos y hermanas, el cuidado parental sigue siendo fundamental en la evolución de los modelos internos de apego seguro, pues propicia una diferenciación que es vital para el

desarrollo de la identidad y refuerza la protección bajo una estructura que es fundamental en el sistema familiar (Goldner et al., 2019; Tancredy, 2004). Nuevamente, este hallazgo destaca cierta jerarquía o protagonismo de los apegos parentales en el desarrollo de los modelos internos de apego.

Variables contextuales que limitan el proceso de vinculación afectiva con figuras parentales masculinas

Un tema emergente en los hallazgos del análisis de contenido estuvo relacionado con la socialización tradicional de género que limitó significativamente el proceso de vinculación entre los entrevistados y las figuras parentales masculinas. Este hallazgo expone la presencia de variables contextuales macrosistémicas, como lo son las normas socioculturales que constantemente tienen el potencial de influenciar el desarrollo de un individuo a un nivel más íntimo (o microsistémico) (Bronfenbrenner, 1979). Según presentado en el análisis de los modelos internos de apego, la mayoría de las figuras parentales masculinas (específicamente los padres y abuelos) fueron descritas como renuentes a los intentos de comunicación afectiva. En los relatos se recogen imágenes en las que estos evadían el afecto, o reflejaban incomodidad ante el contacto afectivo verbal y físico. Algunos de los participantes indicaron que aún en la adultez no han logrado sintonizarse afectivamente con sus padres.

Por otro lado, dos de los participantes detallaron que -tras la separación de la pareja parental- las oportunidades de vinculación afectiva con sus padres estuvieron cada vez más limitadas. Además, algunos entrevistados puntualizaron que figuras parentales masculinas buscaban mostrar el afecto mediante la provisión de algún bien material (p. ej., regalos) e incluso a través de la propia estabilidad económica. De hecho, una de las participantes evocó recuerdos en los que estableció una relación entre el estado depresivo de su padre y el énfasis excesivo de

este en el trabajo como una estrategia para sobrellevar su estado emocional. A grandes rasgos, estas narrativas presentan a figuras parentales masculinas centradas en el rol de proveedor y limitados significativamente en su apertura emocional y disponibilidad para solidificar el vínculo afectivo en las diadas padre-hijo y padre-hija.

Lo anterior permite señalar que la socialización tradicional de género (p. ej., donde frecuentemente se concibe al hombre como proveedor y desvinculado de otras responsabilidades afectivas) constituye una variable social-contextual que no debe obviarse cuando se evalúan los modelos internos y los estilos de apego en las relaciones de pareja. A la misma vez, las narrativas emergentes permiten sustentar que cuando un cuidador -basándose en estos roles de género- constantemente evade las necesidades afectivas de los infantes o niños (p. ej., los niños no escriben poesía, los niños no lloran) puede contribuir al desarrollo de un modelo interno de apego evitativo (DeFranc & Mahalik, 2002; Levy & Johnson, 2019). Todo esto va consolidando patrones disfuncionales (como la contención emocional y la autosuficiencia excesiva) que se sostienen a lo largo del desarrollo y que van minando la capacidad para lograr mayor intimidad posteriormente en una relación de pareja (Johnson, 2019). Tal cual se observó en las narrativas del P-2M de la D-01, el lograr conciencia de estos roles tradicionales de género -y de las normas sociales y culturales atadas a esto- es precisamente lo que puede propiciar cambios y facilitar la reparación tras haber atravesado algún conflicto.

De igual importancia fue hallar en las narrativas que -tras la separación o divorcio de los padres- las oportunidades para cultivar el vínculo afectivo en las diadas padre-hijo y padre-hija quedaron limitadas por distintas razones. El análisis de contenido reflejó que algunas figuras parentales masculinas de los entrevistados se enfocaron en retomar su vida social, amorosa o reiniciaron una vida familiar luego de la ruptura, pero manteniendo un contacto limitado con

ellos como hijos o hijas de la primera relación conyugal. Sin embargo, en otros casos las narrativas reflejan que el conflicto interparental (p. ej., rechazo a la nueva pareja de alguno de los padres) fue minando las posibilidades de conexión emocional entre los niños o infantes y sus figuras parentales masculinas. En estos casos, se observó que los acuerdos en torno a temas fundamentales para el apego tales como a los regímenes de visitas y decisiones en torno procesos migratorios, no se discutían abiertamente entre los padres. Por consiguiente, esta reconfiguración familiar derivada del divorcio o separación emergió en las narrativas como otra variable que limitó significativamente las oportunidades para cultivar el vínculo afectivo con las figuras de apego masculinas.

Estas dificultades para alcanzar acuerdos armoniosos tras una separación o divorcio frecuentemente pueden estar alimentadas por los conflictos irresueltos de la pareja parental o díada que se separa (Hawkins & Fagan, 2018). Todo esto permite reflexionar acerca de la pertinencia de los procesos terapéuticos para parejas y familias que atraviesan separaciones o divorcios, lo que claramente podría aportar a calibrar un acuerdo en torno a temas tales como los cambios en rutina que se van concretando, la integración de nuevos miembros al sistema familiar, entre otros. Resulta pertinente prestar igual atención a la preservación de la conexión emocional entre las figuras parentales masculinas, quienes en las narrativas (de al menos tres de los entrevistados) expusieron que estos quedaron prácticamente excluidos de su crianza luego de la ruptura o separación con la madre.

Todos estos hallazgos también confirman los supuestos del modelo sistémico ecológico, que enfatiza la importancia de estas transiciones relacionales, en conjunto con la cultura, el contexto social, características personales y los roles asignados socialmente que interactúan constantemente para influenciar la proximidad o distancia en las relaciones afectivas (Kuscul &

Adamsons, 2022). Desde la perspectiva de apego, estas separaciones (o pérdidas) y reorganizaciones del sistema familiar deben considerarse como circunstancias que también pueden influenciar el desarrollo de los modelos internos y de los estilos de apego.

Heridas de apego identificadas en los historiales de apego individuales

Las narrativas a lo largo de este estudio también permitieron identificar patrones temáticos alusivos a lo que proponentes de la teoría de apego denominan como “heridas en el desarrollo del apego” (o ‘*attachment injuries*’) (Johnson, 2012, 2019; Makinen & Johnson, 2006). Este concepto alude a esas experiencias emocionales de pérdida, desconexión emocional, aislamiento y soledad que generan profunda vulnerabilidad. Las heridas en los procesos de apego también pueden comprenderse como violaciones a esa necesidad innata y básica de conexión humana en el momento en que más se necesitaba (Johnson, 2012, 2019). Desde el lente de apego, se consideran traumáticas cuando el miedo, la angustia y desesperanza derivados de estas experiencias inseguras generan una impotencia abrumadora que frecuentemente limita la confianza y la apertura para lograr intimidad emocional (e incluso física) en relaciones posteriores, incluida la pareja.

Estas heridas en los procesos de apego fueron claramente identificadas por las personas entrevistadas mediante los relatos en los que reconstruyeron esas violaciones o faltas en sus necesidades de conexión y protección. Por ejemplo, un niño que se consuela hablando con un amigo imaginario tras haber sufrido violencia (P-2M de D-01), una niña que recuerda a su madre distante y deprimida (P-3F, D-02), un niño que solo podía cultivar la relación con su padre únicamente cuando su madre le prestaba el celular (P-6M de D-03), una niña que solamente vio a su padre para una gestión médico-legal (P-7F de D-04), un niño que lloraba y clamaba por la presencia de su padre cuando este ya no residía en el hogar (P-8M de D-04), un adolescente que

protegía a su propia madre y hermanos de la violencia género (P-6M de D-03), una niña que solamente se sentía apreciada y valorada por sus logros académicos (P-1F de D-01), entre otras narrativas reconstruidas por los participantes.

El impacto emocional de estos sucesos identificados en los historiales de apego sobre la infancia y niñez fue evidente durante las entrevistas, pues los participantes pudieron elaborar y profundizar en torno a las experiencias emocionales de miedo, soledad, rechazo y abandono que experimentaron durante ese primer tiempo de vida. Conjuntamente, la realización del historial de apego les permitió reconectar con una perspectiva multigeneracional donde identificaron el abandono y la soledad que sus propias figuras parentales vivieron en su desarrollo primario. Esto añadió una mirada más empática y comprensiva en la identificación de estos patrones de vinculación afectiva en sus sistemas familiares. Todo esto también fue revelador para los propios entrevistados, pues -tal cual se ha destacado previamente- notar la forma en que estas faltas en el apego se han repetido permite proyectar hacia el cambio deseado en sus relaciones con figuras parentales y con su actual pareja.

En la siguiente sección se presentará la discusión que resume el análisis de datos de las narrativas emergentes de las entrevistas de historial de apego en pareja.

Síntesis de las narrativas emergentes en torno a los estilos de apego

Procesos de apego y sus implicaciones sobre la disposición para ingresar a una relación de pareja

Según presentado en las narrativas en torno a las movidas iniciales de las cuatro parejas, al evocar los recuerdos en torno al primer tiempo de la relación, los jueces y juezas observaron un lenguaje no verbal que incluyó miradas de complicidad, risas y una colaboración entre las parejas para lograr reconstruir y armar una sola historia: la historia de su vínculo afectivo.

Algunos de los participantes evocaron recuerdos mediante los que re-experimentaron algunas emociones positivas y destacaron aspectos tales como el atractivo físico, amabilidad, inteligencia, el sentido del humor, la afinidad, el apoyo mutuo durante los primeros encuentros y citas con su pareja. No obstante, a lo largo de las entrevistas se observó que en las parejas con mayores niveles de evitación y desorganización en su apego (p. ej., D-03 y D-04) la experiencia de entrevista les conectó un sentido de pérdida, profunda tristeza, dolor y frustración. Estas observaciones son de vital importancia, pues develan que los integrantes de la pareja actualmente experimentan desconexión emocional, lo que contrastó dramáticamente con el inicio de la relación. Por tanto, la reconstrucción de la historia de la relación -y toda la experiencia emocional evocada- sirve como punto de referencia que arroja pistas sobre el trabajo clínico en aras de retomar esa reconexión.

Por otro lado, las narrativas emergentes permitieron a los jueces y juezas identificar una clara distinción entre las personas participantes categorizadas con un estilo de apego inseguro desorganizado. Se identificó que los miembros con este estilo de apego se mostraban más renuentes a asumir un compromiso presentando una marcada ambivalencia en el inicio de la relación. De hecho, una de las entrevistadas refirió no recordar el diálogo en el que accedió a iniciar la relación de pareja, mientras que otra refirió que hubo evolución paulatina. En ambos casos, las entrevistadas relataron haber estado conviviendo con su pareja y -a la vez- haber experimentado gran inseguridad y ambivalencia en torno a la decisión de permanecer en la relación. A pesar de que ambas se mostraban renuentes al compromiso, la participante que prevaleció en narrativas desorganizadas, pero más evitativas (P-7F de D-04) explicó haber realizado toda una evaluación de tipo sistémica estructural (p. ej., composición familiar de su pareja, relación con la madre, valores) priorizando en los beneficios de asumir un compromiso

relacional. En contraste con este análisis, la participante que prevaleció en narrativas desorganizadas, pero más ansiosas (P-3F de D-02), explicó que no consideraba la posibilidad de que ‘le quisieran de esa forma’, por lo que típicamente presuponía que sus relaciones serían casuales y que incluirían actividad sexual, pero sin necesidad de asumir algún tipo de compromiso relacional.

Estos resultados reafirman que el estilo de apego desempeña un papel importante en el compromiso relacional que se está dispuesto a asumir con la pareja (Park et al., 2019). Esta ambivalencia relacional reflejada en las narrativas de los participantes con un estilo de apego desorganizado guardó una clara relación con los modelos internos de apego inseguro, pues los entrevistados refirieron marcadas dificultades para anticipar los resultados positivos en las relaciones afectivas debido a la inseguridad que experimentaron en sus vínculos primarios. Este hallazgo también resulta sumamente pertinente para el trabajo clínico con parejas. Se observó que la marcada dificultad para reconstruir el historial e identificar el momento en el que se acordó un compromiso de pareja -destacada por los jueces y juezas en las discusiones- debe tomarse en consideración pues lejos de reflejar simples olvidos o discrepancias, parece develar procesos de apego inseguro en los que prevaleció una tendencia a la autoprotección en el inicio de la relación. Según descrito a lo largo de esta investigación, el miedo a las figuras de apego viene a ser la médula de este estilo de apego y las narrativas así lo reflejan (Rholes et al., 2016).

En contraste con esta ambivalencia relacional en las narrativas del apego desorganizado, la entrevistada que predominó en una categorización con un estilo de apego ansioso (P-1F de D-01) expresó sentir total disposición y comodidad ante la posibilidad de asumir un compromiso relacional. De hecho, esta indicó que fue precisamente la prontitud con la que su pareja le solicitó asumir un compromiso relacional lo que propició mayor seguridad, confianza y apertura

en el inicio de la relación. Esta marcada urgencia por asumir un compromiso relacional también se identificó en las narrativas del historial de apego individual, donde la entrevistada relató haber acordado compromisos con prontitud en relaciones de pareja previas. Estas narrativas fueron congruentes aportes investigativos en los que se demuestra que bajo un estilo de apego ansioso se tiende a manifestar una hiperactivación de los procesos de apego que se traduce en una rumiación en torno a la posibilidad de un abandono, prefiriendo asumir un compromiso relacional rápido como una estrategia para eliminar esta amenaza (Campbell & Marshall, 2011; Mende et al., 2019).

Estos datos puestos en conjunto también permiten ilustrar los procesos inconscientes que se desencadenan durante la selección de una pareja y que claramente fueron destacados por los pioneros de la teoría de apego aplicada a los adultos (Johnson, 2012, 2019). Tal cual quedó ilustrado en las narrativas de estas diadas, algunos participantes reprodujeron en sus relaciones de pareja los mismos patrones que indicaron repudiar en las interacciones con sus padres (p. ej., control excesivo, manipulación, inestabilidad emocional). Por ejemplo, uno de los participantes expresó abiertamente sentirse atraído por las mujeres ‘medio tóxicas’ (P-6M de D-03), mientras que otra participante cuestionó haber escogido un hombre mayor en busca de aprobación paterna (P-1F de D-01). Asimismo, una participante (P-3F de D-02) describió a su madre en estados depresivos y reiteró tener como meta ‘no tener una relación como la de sus padres’, pero a la vez lucha con una depresión severa que ha afectado seriamente su relación de pareja. Todo esto permite observar que los procesos de apego en pareja se enmarcan en este interjuego de procesos conscientes e inconscientes, partes aceptables y partes inaceptables (Hewison, 2018). Sin embargo, la recopilación del historial de apego en la infancia (individualmente), en conjunto con el trabajo de historial de apego en pareja, permitió a la investigadora observar claramente la

variedad de repeticiones, identificaciones y proyecciones que se conjugan en este proceso de selección de pareja. En este sentido, algunos entrevistados aprovecharon el espacio de la entrevista individual para generar preguntas en torno a sus patrones en la selección de parejas a lo largo de su vida.

La adultez emergente como una segunda situación extraña

El conjunto de los datos permitió observar que los participantes entrevistados establecieron una conexión entre las experiencias de separación de sus figuras parentales primarias en dos momentos evolutivos: la infancia o niñez y la adultez emergente. Aunque el protocolo de las entrevistas no incluyó preguntas sobre las separaciones en el inicio de la adultez (pues se centró en las etapas de la infancia y niñez), los propios participantes hilaron estas narrativas y profundizaron en torno a los momentos de separación de sus figuras parentales durante el ingreso a la adultez. Se identificó que estos describieron experiencias tales como su salida del hogar para iniciar sus estudios universitarios, e incluso destacaron experiencias de salida del país por razones de estudio. Estos hallazgos recalcan el rol medular de los modelos internos de apego evocados durante la adultez emergente, siendo este un momento del desarrollo que requiere mayor autonomía, autogestión, autoconfianza, capacidad de autorregulación, negociación de nuevos entornos físicos y sociales en aras de concretar la ejecución de metas (académicas, vocacionales, sociales y profesionales, entre otras) (Lapsley & Woodbury, 2016; Mikulincer & Shaver, 2010). Según presentado en los casos discutidos, todo esto será esencial en la evolución hacia el estilo de apego específico que encaminará los procesos de apego en pareja.

Por tanto, se sugiere que las separaciones en el ingreso a la adultez sean incorporadas en los protocolos de entrevistas, pues permiten comprender de manera más profunda la continuidad de los modelos internos de apego evocados durante esta importante transición de vida (Lapsley et

al., 2000; Lapsley & Woodbury, 2016). Por ejemplo, en este estudio, los participantes que prevalecieron en narrativas cónsonas con un estilo de apego ansioso (P-1F y P-3F en D-01 y D-02) experimentaron gran tensión emocional, angustia, sentimientos de abandono ante las crecientes demandas de autorregulación que les requerían las tareas simultáneas de trabajo, estudio, administración de una vivienda sin el apoyo directo de sus padres u otras figuras de apego primarias. Otra participante (P-3F de D-02), describió la salida de su hogar para iniciar sus estudios universitarios como un momento crítico en su desarrollo -que implicó la separación de su hermana gemela- identificando esta etapa como una que evocó tristeza profunda e incluso depresión. Además, un entrevistado (P-6M, de D-03) refirió no haber finalizado sus estudios universitarios y expresó solo haber contado con el respaldo parental limitado en esta fase de su vida. En contraste con lo anterior, el miembro que predominó un estilo de apego seguro (P-4M de D-02) definió esta etapa universitaria como un periodo de autodescubrimiento y exploración en el que únicamente experimentó libertad.

Estos hallazgos nos sugieren que esta frecuente separación del hogar de origen para iniciar los estudios universitarios debe ser comprendida como una 'segunda situación extraña' que también arroja pistas sobre los procesos de apego (Lapsley & Woodbury, 2016; Mikulincer & Shaver, 2010). Tal cual ocurrió en este trabajo investigativo, incorporar preguntas en torno a la adultez emergente puede arrojar valiosa información en torno a los procesos de apego en las primeras relaciones de pareja y otras estrategias de regulación emocional (p. ej., prácticas sexuales, consumo de alcohol, uso de tecnología, entre otras) que ayudarán a comprender el estilo de apego a manifestarse en la relación de pareja en la adultez.

La tecnología como mediadora de los procesos de apego en pareja

Las narrativas emergentes revelaron importantes hallazgos en torno al rol de la tecnología en los procesos de apego y los patrones interaccionales entre las parejas que se vinculan en el contexto puertorriqueño. El uso de las tecnologías -tales como los mensajes de texto, las redes sociales, las aplicaciones de citas o los juegos cibernéticos- se observó con más frecuencia en las narrativas de las parejas más jóvenes (D-03 y D-04). De hecho, estas parejas relataron haber realizado los primeros acercamientos de interés romántico mediante el uso de aplicaciones tecnológicas (*Tinder, Snapchat y WhatsApp*). En términos generales, las narrativas reflejan que la integración de la tecnología en las interacciones de pareja puede tomar distintas vertientes.

En primer lugar, se identificó que el uso de la tecnología puede fortalecer el apego permitiéndole a los integrantes de la pareja sentir que su pareja está disponible mientras continúa con sus tareas y responsabilidades de vida. En otras palabras, las interacciones facilitadas por la tecnología pueden comprenderse como otra forma de estar presente en la relación o de reafirmar la accesibilidad (Schade et al., 2013). El análisis de contenido permitió notar que en algunas instancias de la relación -particularmente durante el inicio- el uso de la tecnología estimuló la interdependencia o la dependencia constructiva. Por ejemplo, algunos miembros detallaron haber utilizado estas tecnologías para coquetear con su pareja, para dar apoyo en momentos críticos, e incluso para fomentar el humor demostrando estar receptivos e interesados. De hecho, la utilización de estos contenidos fue categorizada por los jueces como *ofertas de conexión a través de la tecnología* (Categoría D.14). En otras instancias de la relación los miembros especificaron haber utilizado el envío de memes u otros contenidos como una estrategia para propiciar la reconciliación y la reconexión emocional tras un conflicto.

En contraste con lo anterior, en algunas ocasiones se observó que el uso tan intrínseco de la tecnología -particularmente el uso del celular- puede tomar una forma casi omnipresente en las interacciones entre las díadas, llegando a interrumpir significativamente las interacciones cara a cara, lo que se conoce como *tecnoferencia* (González-Rivera et al., 2018; McDaniel & Coyne, 2016). Este hallazgo fue congruente con investigaciones que plantean que debido a la proliferación de uso del celular es probable que algunas personas puedan llegar a generar cierto tipo de apego a un aparato electrónico, lo que debe tenerse en cuenta cuando se realiza trabajo clínico con parejas (Bugatti, 2018; McDaniel & Coyne, 2016). Por ejemplo, el uso del celular fue observado entre la D-03 como el mecanismo principal de regulación emocional que permitía sobrellevar las ansiedades derivadas de la propia relación, el estrés laboral y familiar, lo que se fue tornando en una estrategia de tipo evitativa. Asimismo, en dos de las parejas (D-03 y D-04), se observó que el uso de la tecnología detonó la escalada de patrones interaccionales conflictivos y destructivos (mensajes hirientes, ataques, defensas, críticas) que condujeron a la desregulación emocional entre los integrantes de la díada (Schade et al., 2013).

Estos hallazgos en torno al uso de la tecnología permiten destacar que la comunicación afectiva mediada por esta tiene efectos interpersonales muy significativos en las relaciones de pareja. En síntesis, el uso de la tecnología puede claramente reflejar los patrones interaccionales vinculados a los procesos de apego (Schade et al., 2013). Por ejemplo, el bloquear abruptamente el contacto tecnológico telefónico, y de todas las redes sociales tras una discusión (como ocurrió en la D-03), o el lanzar ataques hirientes durante semanas (como relató la D-04) puede desatar experiencias emocionales de incertidumbre, angustia, miedo y abandono aumentando la inseguridad en la relación. En términos del trabajo clínico con parejas, esto sugiere que tanto los terapeutas -como los pacientes- deberán estar conscientes del potencial que tiene el uso de la

tecnología en el fortalecimiento o deterioro del vínculo afectivo. Del mismo modo, en algunos casos de pareja, donde la tecnología media gran parte de las interacciones, será indispensable explorar cómo la comunicación afectiva mediada por la tecnología puede transformarse para ayudarles a aumentar la accesibilidad, des-escalar ciclos conflictivos destructivos o a aumentar las ofertas de conexión en aras de lograr mayor sintonía emocional entre la pareja.

Estresores psicosociales en Puerto Rico: Un factor de riesgo para el apego inseguro

Un hallazgo contundente derivado del análisis de contenido se centró en otra variable contextual: los estresores psicosociales tales como las condiciones laborales, el trato del patrono, los desastres naturales y la situación sociopolítica y económica del País. Estos elementos fueron identificados en las narrativas de prácticamente todos los participantes, haciéndose más notables cuando se les invitó -mediante la pregunta milagrosa- a imaginar la relación de pareja libre de problemas. Por ejemplo, una de las parejas expresó imaginarse, aunque fuera por un tiempo, lejos de la situación sociopolítica que viven en Puerto Rico; mientras que el resto de las parejas expresó imaginarse con estabilidad laboral, seguridad financiera, con vivienda segura y ambientada al gusto de ambos. De hecho, estas parejas explicaron el modo en que los horarios de trabajo -o el tener dos trabajos- en conjunto con las responsabilidades de administración del hogar, limitan significativamente los espacios para compartir y fortalecer el vínculo en pareja.

Este hallazgo en torno a los estresores psicosociales es cónsono con planteamientos de investigaciones recientes en las que se sustenta que la variable nivel de ingresos tiene un potencial predictivo en el estilo de apego ansioso y evitativo (Sakman et al., 2022). Por tanto, es indispensable reiterar que los hallazgos de este estudio sugieren que los patrones de apego inseguro son sensibles a la crudeza de estos factores psicosociales que atraviesa el País. Por tanto, el apego inseguro (evitativo, ansioso o desorganizado) se puede exacerbar como parte de

una respuesta adaptativa a la realidad socioeconómica que estas parejas enfrentan (Sakman et al., 2022). La línea de investigación sistémica incluida en este trabajo permite comprender que los procesos de apego están sujetos a estas otras influencias más amplias que incluyen las relaciones con la comunidad, la sociedad y la cultura (Bronfenbrenner, 1979; Johnson, 2012).

Acorde con estos planteamientos, este trabajo reafirma que los patrones interaccionales y las movidas que emergieron en las narrativas fueron sensibles a los retos y exigencias del entorno social. Por ejemplo -la D-04- aludió a la inestabilidad económica como el único problema en su relación. Si bien esto puede interpretarse como una estrategia represiva propia de la evitación en la pareja, no es menos cierto que estos estresores socioeconómicos aportan a la desconexión entre la díada. Observaciones de esta índole cobran gran importancia en el trabajo clínico, y permiten sugerir que -de no abordarse propiamente- la eficacia de las intervenciones dirigidas a fortalecer el vínculo afectivo podría ser limitada (Karney et al., 2018). Esto último ha sido evidenciado en evaluaciones de programas de psicoterapia para parejas donde la diversidad de intervenciones clínicas aisladas ha presentado resultados cuestionables al compararse con programas que canalizaron otros servicios tales como orientación financiera, y acceso a oportunidades de empleo; lo que expone la necesidad de un trabajo transdisciplinario y enfocado en el desarrollo de programas innovadores y de políticas públicas desde un enfoque sistémico (Karney et al., 2018).

Implicaciones para la psicología clínica y profesiones relacionadas

Implicaciones clínicas para el trabajo terapéutico con familias

Los hallazgos de este estudio permiten destacar la pertinencia de la exploración mediante el historial de apego en la infancia como una intervención clínica que viabiliza un trabajo sistémico más profundo con parejas. Las preguntas incluidas en el historial individual pueden

integrarse en la fase de evaluación inicial realizada a los miembros de la pareja contribuyendo a la identificación de los modelos internos de apego (con sus emociones, cogniciones, imágenes y representaciones mentales) que evocan las experiencias de conexión, separación o pérdida con sus figuras de apego. A la misma vez, este modelo de entrevista demostró contribuir a la identificación de otros factores sociales y culturales que pueden haber influenciado las relaciones de apego en el sistema familiar primario, y que pueden estarse reproduciendo en la relación de pareja. Por ende, este tipo de intervención sistémica contribuye a que la díada paciente-terapeuta puedan aliarse para observar claramente cómo el pasado es visible en el presente e influencia el resto de sus relaciones afectivas (Bowen, 1976; Johnson, 2019).

Otro aspecto relevante para el trabajo clínico compete a la socialización tradicional de género y la influencia de este factor en el proceso de vinculación afectiva. Estos hallazgos permiten sugerir que -en el trabajo clínico con familias y parejas que refieran un distanciamiento emocional o dificultades para conectarse afectivamente- se considere la recopilación del historial de apego para aportar una mirada más certera, sensible y contextualizada acerca de la problemática. Esto puede ayudar a externalizar el problema remarcándolo y promoviendo que puedan comprenderlo como un enemigo en común (p. ej., mensajes que dio la familia o la sociedad sobre lo que significa ser un hombre o mujer) (Johnson, 2019). En este sentido, los datos del historial de apego pueden utilizarse para enfatizar en las emociones y en las partes de la historia afectiva que no habían sido del todo reconocidas, y en la necesidad de aceptación de estas influencias para promover cambios en el presente (Jiménez-Torres & Maldonado-Peña, 2020).

Además, la evaluación estructurada del historial de apego individual permite construir un mapa relacional, que incluso puede asimilarse al genograma, pero brindando especial énfasis en

la calidad de los vínculos afectivos, y en las emociones que estos evocan, facilitando la reinterpretación desde la perspectiva de apego. Lejos de categorizar a un individuo como evitativo, ansioso o desorganizado, estos hallazgos exponen que la problemática de la desconexión emocional entre una pareja tiene raíces históricas-familiares, multigeneracionales y también puede responder a presiones socializadas (p. ej., roles de género, racismo, y antagonismos instaurados en los sistemas familiares). Por ende, tal cual se ha propuesto con la herramienta del genograma, el historial de apego individual puede realizarse al inicio del proceso terapéutico, pues conforma parte de la evaluación clínica comprensiva que trabaja con aspectos diacrónicos y sincrónicos facilitando el acceso a material histórico complejo, y con gran carga emocional, que ayudará a lograr ciertas movidas en el proceso de psicoterapia (Bowen, 1976).

Por otra parte, los hallazgos emergentes en este estudio también permiten reflexionar acerca del rol como psicoterapeutas donde -inconscientemente- podemos estar sosteniendo patrones sistémicos que conciben a las figuras de apego masculinas como desvinculadas de la experiencia emocional de los miembros del sistema familiar. Observar estos datos a la luz de la experiencia de psicoterapia en el contexto puertorriqueño permite sugerir que se requiere mayor esfuerzo -tanto de las familias como de los profesionales de la salud mental- para que las figuras parentales masculinas no permanezcan en la periferia de los servicios psicológicos cuando se trabaja en terapia. Es indispensable cuestionar el modo en que la inacción en este aspecto puede contribuir a uno de los patrones o danzas más típicas de las relaciones de pareja donde la mujer prevalece en mayor ansiedad y el hombre en mayor evitación (Fagan & Hawkins, 2018; Johnson, 2019). En este trabajo los padres (e incluso abuelos) fueron -en su mayoría- descritos como silentes, evitativos, distantes, secos, y ausentes lo que evocó gran dolor, sentimientos de abandono y pérdida en los entrevistados. Esto permite reafirmar lo siguiente: las figuras de apego

parentales masculinas son vitales en el desarrollo de los vínculos familiares, y su presencia y participación es esencial para comprender la comunicación afectiva y los roles familiares. Si bien los hallazgos confirman el enfoque etológico del Bowlby (1969, 1988) donde se prioriza en el vínculo materno, estos no excluyen los planteamientos de Ainsworth (1978) en torno a la pertinencia de los apegos múltiples, incluido el paterno.

A tenor con el planteamiento previo, en este estudio los entrevistados relataron presentar dificultad para dar continuidad a las relaciones padre-hijo/padre-hija luego de la ruptura en relación entre sus padres (la pareja parental). Algunos entrevistados explicaron haber articulado ciertos acuerdos, pero indudablemente esto conlleva otros esfuerzos debido a las dificultades de proximidad espontánea para jugar, consolar, compartir intereses, tener conversaciones más serias, como se lograría en la cotidianidad (Fagan & Hawkins, 2018). El análisis de datos permitió observar que estas interacciones quedaron como “encapsuladas” en un tiempo limitado, por lo que la calidad de la relación de apego se afectó. En todo este proceso de ajuste post-separación, es muy probable que -tanto los entrevistados como sus padres- hayan experimentado ambigüedad en torno al rol de esta figura parental masculina en el sistema familiar (Fagan & Hawkins, 2018). Por ejemplo, en las narrativas analizadas un participante detalló que solamente podía compartir con su padre únicamente durante un tiempo muy limitado los fines de semana, otra entrevistada sentía que debía escoger entre su padre y su padrastro, mientras que otro expresó haber logrado cultivar la relación en la diada padre-hijo ya en su adolescencia cuando logró cierta independencia de su madre.

Ante estas dificultades en el proceso de vinculación entre las diadas padre-hijo/padre-hija, es necesario que los profesionales de la psicología (y de otras profesiones relacionadas) estudiemos los retos particulares que enfrentan las figuras de apego parental masculinas,

particularmente luego de una separación. Una intervención eficaz podría comenzar por demostrar mayor comprensión, apertura y respeto por las experiencias únicas de los padres como hombres, incluido el coraje, la culpa, la ambigüedad, los sentimientos de abandono que también puedan experimentar por estar lejos de sus hijos (Fagan & Hawkins, 2018). Por tanto, reitero que la construcción del vínculo afectivo con las figuras de apego masculinas también debe considerarse como un fenómeno sistémico que puede verse influenciado por los conflictos irresueltos entre los padres, los roles de género, entre una variedad de aspectos que también pueden mediar la participación o inhibición de las figuras masculinas en la vida de sus hijos. Todo esto exige una mirada multidimensional que debe trascender el discurso o narrativa que penaliza al “padre ausente” y que popularmente es replicado incluso entre los profesionales de salud mental.

En torno a este último punto, la investigación sugiere que los profesionales de salud mental frecuentemente asumimos en las interacciones con familias lo que se conoce como “el modelo de déficit” presumiendo que las figuras parentales masculinas son deficientes en sus habilidades y conocimientos sobre las necesidades emocionales y de salud física que competen al desarrollo de sus hijos (Lechowicz et al., 2019). Esto influencia el desarrollo de las intervenciones clínicas que perpetúan estos estereotipos y afectan el compromiso para fortalecer la relación de apego entre las figuras parentales masculinas y sus hijos. Sin ánimos de obviar que existen figuras parentales que se desvinculan o que no muestran interés o compromiso, conviene reflexionar en torno a un trabajo clínico distinto, creativo, que propicie la verdadera inclusión de las figuras parentales masculinas en el mundo emocional de sus hijos.

Finalmente, y en consonancia con los planteamientos pioneros de la teoría de apego, la contundencia del apego seguro a lo largo de la vida fue evidente a través de uno de los participantes (P-4M de D-02). El conjunto de datos de las narrativas de las entrevistas, permiten

afirmar lo siguiente: las interacciones familiares pueden llegar a ser más armoniosas y positivas cuando diversos integrantes del sistema familiar propician interacciones en las que prevalece la disposición, la apertura y el apoyo (Bureau et al., 2021). Estos resultados son coherentes con los planteamientos de Bureau y colaboradores (2021) quienes destacan el poder predictivo de las relaciones en apego seguro con *ambos* padres para un funcionamiento familiar óptimo. Sin embargo -como he enfatizado- este trabajo también reflexiona en torno a otros factores sociales que inhiben la participación de las figuras de apego, lo que exige una mirada más allá de la díada infante-cuidador/a.

Implicaciones clínicas para el trabajo clínico con parejas

La discusión sostenida a lo largo de este estudio resulta vital para el trabajo clínico pues nos ilustra que las narrativas, los significados, las emociones, las cogniciones y los patrones conductuales que se manifiestan en las relaciones de pareja permanecen anclados a los procesos de apego. La evidencia presentada a lo largo de esta investigación permite sustentar que el apego es un proceso tanto biológico como socio-emocional que cumple una variedad de funciones importantes para el desarrollo (afectivo, cognitivo y fisiológico) lo que debate la idea popularizada que supone que la necesidad de afecto es una mera invención; un planteamiento común cuando se aborda el tema de las relaciones de románticas (Hazan & Shaver, 1987). Además, al integrar la perspectiva sistémica contenida en la teoría de apego, estos hallazgos también confirman que existen factores externos a distintos niveles (mesosistémico, exosistémico, macrosistémico y cronosistémico) que inciden en los procesos de apego (Bronfenbrenner, 1979). Por ejemplo, la cultura, los roles tradicionales de género, la inestabilidad económica, las condiciones laborales, generan interacciones que pueden escalar los patrones de evitación y ansiedad entre las parejas. Asimismo, el análisis de las narrativas reflejó

que otros elementos, tales como los desastres naturales e incluso la situación sociopolítica del país, son estresores que influyen la capacidad de conexión emocional y física en la relación de pareja. Todo esto debe mantenerse presente en el trabajo clínico donde -en efecto- la hiperactivación o la desactivación de los procesos de apego puede exacerbarse como resultado de estos factores contextuales.

Sumado a estas influencias que inciden en los procesos de apego, las narrativas emergentes confirman que la base de las relaciones de apego en pareja es una representacional. Tal cual propone Johnson (2012, 2019), el proceso de vinculación afectiva en las relaciones románticas se da como si cada integrante o miembro ‘cargara a sus seres queridos en sus mentes’, utilizándoles como un mapa o referente para comprenderse a sí mismo y a otros, dirigiendo así el resto de sus relaciones. Al mismo tiempo, cada integrante de la pareja ‘carga dentro de sí ese niño o niña’ con necesidades afectivas que prevalecen en todos los momentos de su desarrollo. Sin embargo, este estudio también confirma que -debido a la complejidad de los procesos de apego que se dan en gran parte inconscientemente- los integrantes de las diadas presentan marcadas dificultades para identificar y apalabrar todo esto. Es aquí donde resulta esencial el trabajo clínico desde la perspectiva de apego, donde se evoca la experiencia emocional para propiciar que los integrantes de las diadas reconecten con sus necesidades afectivas de modo que estas puedan ser primeramente apalabradas y eventualmente satisfechas (Johnson, 2019).

Cabe destacar que el trabajo clínico con parejas desde esta mirada enfrenta retos debido a las influencias contextuales. Dado el énfasis cultural en la independencia y en la autosuficiencia, puede ser difícil para los integrantes de las diadas -e incluso para los psicoterapeutas- profundizar en la experiencia emocional como lo propone la teoría de apego (Jiménez-Torres & Maldonado-Peña, 2020). No obstante, las narrativas emergentes de este estudio permiten exponer

que (con ayuda de un psicoterapeuta) los miembros pueden adentrarse en sus historias afectivas para reconocer su influencia en los patrones de interacción que reproducen en la relación de pareja actual (e incluso en relaciones de pareja previas). Asimismo, los miembros de las díadas reconocieron la influencia de estos vínculos sobre otros aspectos tales como su inseguridad, su autoestima, y sus dificultades interpersonales. Este proceso no se concretó sin evasiones o resistencias, lo que requiere un trabajo sólido con la alianza terapéutica. Sin embargo, las narrativas aquí analizadas permiten argumentar que el énfasis exclusivo en aspectos cognitivos, conductuales o comunicacionales (como proponen algunos modelos de intervención clínica para parejas) pueden conducir a un trabajo superficial que podría producir resultados limitados dejando necesidades afectivas insatisfechas.

La ejecución de este trabajo investigativo me permite reiterar que la terapia de pareja puede ser un escenario muy intimidante, complejo y emocionalmente abrumador, tanto para los psicoterapeutas como para los integrantes de la díada (Jiménez-Torres & Maldonado-Peña, 2020). Por tanto, es indispensable que las intervenciones clínicas con parejas estén encaminadas en una brújula teórica sólida y clara como lo permite la teoría de apego. A lo largo de las entrevistas -individuales y en pareja- la investigadora principal y los jueces y juezas pudieron dar sentido a esas experiencias que evocaron profundo amor, protección, aceptación incondicional, apoyo, y cuidado que conforma esa “base segura” (que es el apego seguro). A la misma vez, fue posible dar sentido a la variedad de narrativas en torno a experiencias relacionales que aludieron al profundo dolor, angustia, abandono, soledad, desesperanza, antagonismos, ira, celos, mecanismos defensivos, y proyecciones que pueden evocar los procesos de apego inseguro.

Aunque el entramado de narrativas presentadas encierra gran complejidad, y las historias o dramas familiares y románticos presentados fueron sumamente variados, los hallazgos

encontraron su punto de encuentro en los procesos de apego. Por tanto, este trabajo (incluida la Guía de Categorías) podría ser utilizado por otros psicoterapeutas en aras de lograr un claro entendimiento de las interacciones, patrones o “danzas” que pueden conjugarse en una relación de pareja. Es evidente que la teoría de apego permite una clara síntesis de toda esa complejidad en términos de las dimensiones centrales de seguridad, ansiedad y evitación, o una combinación de ambas (estilo de apego desorganizado). Esto facilita una orientación teórica sólida capaz de utilizar estratégicamente las emociones, las metáforas, el contacto físico, entre otras técnicas para promover cambios en las orientaciones de apego inseguro entre las parejas (Jiménez-Torres & Maldonado-Peña, 2020).

Teniendo en cuenta los aspectos antes detallados, los hallazgos aquí presentados objetan los modelos psicoterapéuticos para el trabajo clínico con parejas que se conceptualizan bajo el planteamiento central que concibe a las emociones negativas y a las interacciones conflictivas como la causa de la desconexión emocional y física de la pareja (Roberts & Greenberg, 2002). Siguiendo las narrativas de los participantes, es posible reafirmar la propuesta que establece una conceptualización inversa. Es decir que, al “viajar” al punto de inicio o la fundación en la relación de las parejas participantes -como se logró mediante el historial de apego- se validó la propuesta alterna para el trabajo clínico que establece lo siguiente: es la desconexión emocional la que desencadena el proceso de angustia en la relación entre las parejas (Johnson, 2019; Roberts & Greenberg, 2002).

Finalmente, es imperativo destacar que este estudio visibiliza la pertinencia del trabajo clínico desde una perspectiva sistémica (en este caso bajo el modelo EFT), siendo este el modelo teórico que permitió la observación detenida de los contenidos y de los procesos de apego que se conjugan entre las parejas. El análisis minucioso de los vídeos permitió observar que, aunque las

parejas co-construyeron narrativas que en múltiples ocasiones eran congruentes con los procesos interaccionales (no verbales) que incluían toques, miradas, sonrisas de aprobación, apoyo y complicidad, etc., esta coherencia no siempre prevaleció. En otras instancias las discrepancias entre las narrativas (contenidos) y los procesos fueron muy reveladoras. Esta observación permitió -tanto a la entrevistadora, como a los jueces y juezas- descubrir y visibilizar otros hallazgos cruciales en torno a las necesidades afectivas ocultas y a los patrones interaccionales conflictivos que verdaderamente distinguían a algunas de las parejas. En algunas díadas (p. ej., D-04) fue posible identificar narrativas sobre apego seguro, pero acompañadas de miradas amenazantes, de censuras y rechazos actuados que eventualmente develaron heridas de apego que no fueron inicialmente apalabradas mas sí gesticuladas, lo que requirió mayor exploración de los procesos que allí se desplegaron. En este sentido, este trabajo sistémico permite reafirmar que la propia pareja también emerge (o se presenta) en el trabajo clínico como un proceso que en muchas ocasiones excede al diálogo o contenido que ellos mismos presentan. Por tanto, es indispensable poder discernir y capturar este aspecto, pues en múltiples ocasiones será necesario que el/la psicoterapeuta pueda “sumergirse” en esta dimensión procesal para destacarla, notar las discrepancias y propiciar cambios en ciertas pautas interaccionales en aras de construir y consolidar un apego más seguro (Johnson, 2019).

Teoría de apego y el rol del psicoterapeuta en el mundo afectivo de la pareja

La realización de los historiales desde la conceptualización de la teoría de apego en este estudio permite visibilizar algunas de las funciones de los psicoterapeutas en el desarrollo de las relaciones afectivas. Por ejemplo, las narrativas de un participante (P-2M de la D-01) detallan el rol vital de sostén emocional que tuvo su psicólogo durante múltiples momentos de separación o pérdida refiriendo importantes cambios en sus relaciones familiares como resultado de su

proceso terapéutico. Este apoyo conjugado en la díada paciente-psicoterapeuta sirve de pie forzado para destacar que la entrada al mundo emocional de la pareja tiene el potencial de contribuir a la reevaluación de los modelos internos de apego, ayudando a reestructurar las interacciones a nivel intrapersonal e interpersonal (Skourteli & Lennie, 2013). De hecho, el propio Bowlby (1988) describió que la relación terapéutica proporciona una base segura que le permite al paciente explorar sus representaciones mentales, cogniciones y emociones en torno a sus relaciones afectivas. Esto mismo también quedó ilustrado en las narrativas de la D-02, quienes reconocieron que tras iniciada la ayuda psicológica (que incluyó hospitalización parcial, ayuda individual y de pareja) su relación ha mejorado, lo que reafirma el rol de psicoterapeuta como un vínculo capaz de ayudarles a articular otra ‘coreografía o danza’ en la que se busca una mayor sincronía emocional.

Sin ánimos de resumir todas las técnicas y estrategias del modelo EFT (que no es el objetivo del estudio), un aspecto fundamental para el trabajo clínico es el de replantear el problema desde los ‘lentes’ o desde la perspectiva de apego (Johnson, 2012, 2019). Siguiendo las dimensiones básicas del apego, los y las terapeutas pueden utilizar estos hallazgos para re-enmarcar (*reframe*) la ira, o las demandas que se observan bajo el estilo de apego ansioso como una respuesta de protesta ante la desconexión emocional o la posible pérdida (como se realizó cuando la P-1F de la D-01 hablaba de la posible muerte de su esposo). Mientras que la evitación puede re-enmarcarse como el miedo a fallar en atender las necesidades, e incluso como una presión socializada que exige contención emocional y fortaleza (como describió el P-2M de la D-01) en lugar de atribuir que la pareja es “fría” o “insensible”.

Finalmente, la perspectiva de apego sirve como guía para comprender la alianza terapéutica, la transferencia y el progreso clínico en la terapia de pareja. Conforme a lo expuesto

en la literatura, los participantes con menor evitación mostraron mayor apertura, curiosidad, introspección y reflexión (Holmes & Slade, 2017). Por el contrario, los participantes con apego evitativo en ocasiones prevalecieron en estrategias represivas durante la propia entrevista, transfiriendo su estilo de apego a la relación con la entrevistadora. Esto último se observó más claramente en el primer tiempo de la entrevista realizada a la D-04, donde ambos actuaron parte de la evitación que viven como pareja.

En síntesis, comprender a cabalidad el dinamismo de los procesos de apego permite a los psicoterapeutas mayor agudeza clínica y comprensión del mundo relacional de las parejas y de nuestro rol en el mismo (Dallos, 2006). Por tanto, la perspectiva de apego es una guía sólida que puede ayudar a los y las psicoterapeutas a encontrar el lenguaje, con las reinterpretaciones, las metáforas adecuadas para representarlo e interactuar en el mismo. Así, en el contexto de otra relación transformadora, ética y segura (pacientes y psicoterapeutas) tenemos la posibilidad de actuar las historias de apego, pero también de explorar y ensayar otros guiones, narrativas y realidades; con otras imágenes, emociones y patrones (Dallos, 2006). Con esto se busca lograr el objetivo terapéutico central de la terapia de pareja: colaborar en la reparación y reconstrucción de una conexión emocional en confianza, apertura, apoyo mutuo y empatía, pero sin perder de vista la variedad de factores contextuales que van influenciar esta experiencia (Jiménez-Torres & Maldonado-Peña, 2020; Sakman et al., 2022).

Limitaciones

Entre las limitaciones de este estudio se debe puntualizar el hecho de que la muestra seleccionada fue una bastante limitada, esto debido a la profundidad del análisis de contenido y a la cantidad de jueces con adiestramiento previo en la teoría de apego disponibles para evaluar, codificar y categorizar los videos. Aunque es sabido que la investigación cualitativa no pretende

generalizar los datos, los hallazgos aquí presentados deben utilizarse para compararse y contrastarse a la luz los de otras investigaciones dirigidas a profundizar en los procesos de apego entre parejas que se vinculan en el contexto puertorriqueño. Si bien estos hallazgos sustentan la necesidad de apego como una básica y universal, también demuestran que las expresiones y conductas de apego están atravesados por la cultura. Por lo tanto, es necesario que se realicen en el País más investigaciones -basadas en la teoría de apego- con poblaciones diversas (p. ej., con otras etnias, orientaciones sexuales). Las parejas que participaron en este estudio reflejan más las pautas típicas de parejas heteronormativas (en composición hombre-mujer) y con estudios universitarios. Por ende, este trabajo no permitió explorar las narrativas en parejas con otros arreglos donde los resultados pueden haber reflejado otros hallazgos (p. ej., mayor conexión emocional, menos conflictos asociados en torno a los roles de género, etc.)

Otra limitación de este estudio compete al tema de la sensibilidad cultural. Es indispensable mencionar que la teoría de apego aplicada a la adultez, y el desarrollo del modelo EFT que fundamentó en esta investigación, inició con parejas heterosexuales canadienses y norteamericanas, y posteriormente ha sido aplicado a parejas heterosexuales latinas (Parra-Cardona et al., 2008). Por lo tanto, los hallazgos de este estudio no deben aplicarse sin lograr sintonía cultural cuando se implementen en el trabajo clínico y en el desarrollo de futuras investigaciones con poblaciones diversas (Jiménez-Torres & Maldonado-Peña, 2020). Por ejemplo, en algunas culturas podríamos observar que las narrativas en torno al rol del hombre centrado en el trabajo no es visto necesariamente como problemático, sino como parte de los valores que deben preservarse (Elias-Juarez & Knudson-Martin, 2017). De hecho, algunos entrevistados describieron el desprendimiento y la disposición económica de sus figuras parentales masculinas como una clara expresión de afecto. Por lo tanto, lograr sintonía cultural

implicará que él o la terapeuta o investigador deberá ser sensible a la experiencia cultural que cada paciente aporta buscando formas creativas de fortalecer el apego cuando estos significados son distintos a los que postula la propia teoría (Jiménez-Torres & Maldonado-Peña, 2020). Se espera que este trabajo abra puertas para continuar la exploración de los procesos de apego en muestras más numerosas y más diversas.

Finalmente, es necesario mencionar una limitación o riesgo que comparten todos los modelos teóricos en general, y compete a la aplicación simplista de las categorías (p. ej., modelos internos o estilos de apego) que se presentan en este estudio. Si bien se ha presentado una Guía de Categorías que sintetiza el trabajo conceptual de la teoría de apego, esto tuvo el propósito de encaminar un análisis profundo de los procesos de apego entre las parejas participantes y no debe tomarse como categorías rígidas. Estas aplicaciones erradas de la teoría de apego ya se han visto en otras jurisdicciones donde la categoría de ‘apego desorganizado’ se ha comenzado a aplicar para patologizar algunas prácticas de crianza y sin considerar los factores contextuales y estructurales como lo pueden ser los cambios económicos (White & Gibson, 2019). Por tanto, reitero que la aplicación deficiente de estas categorías puede conducir a decisiones nefastas (p. ej., asignar diagnósticos clínicos errados como se ha visto con el trastorno de apego). Asimismo, la aplicación superficial de los conceptos de apego puede llevar a algunos clínicos e investigadores a evadir factores tales como a la desigualdad social perpetuando el modelo de déficit donde -aplicando la teoría- se inhabilitan a las figuras de apego que enfrentan estas condiciones. En este sentido, la convocatoria es a siempre contextualizar, a mantener una mirada sistémica y socioculturalmente sensible, ya que tiene influencia sobre los modos en que se construye nuevo conocimiento (Felder & Robbins, 2021).

Recomendaciones

Las recomendaciones aquí presentadas se basan en el hallazgo central de este estudio que respalda una relación entre los modelos internos de apego y el proceso de vinculación afectiva -categorizado como estilo de apego- que posteriormente se manifiestan en la relación de pareja en la adultez. Por tanto, en el trabajo clínico con parejas será crucial poder reconstruir las historias que detallan las experiencias con las figuras de apego primarias. No obstante, dada la naturaleza de los procesos de apego -donde median variedad de mecanismos defensivos, inconscientes y autoprotectivos- puede que la entrevista de ingreso a la terapia de pareja constituya la primera exposición de los pacientes en reconstruir esas experiencias fundantes de su vida afectiva, lo que frecuentemente evoca emociones intensas (abandono, rechazo, soledad, pérdida, coraje, entre otras) y puede llegar a ser abrumador (Jiménez-Torres & Maldonado-Peña, 2020). Todo esto, más allá de provocar una catarsis, tienen el objetivo de llegar a la médula de las necesidades afectivas que perpetúan la angustia y los conflictos en la relación. Con el fin de integrar los hallazgos de este estudio, se ofrecerán algunas recomendaciones para el trabajo clínico.

En primer lugar, se recomienda que el protocolo de administración de los instrumentos sea replicado en el orden en que se presentó (administración del ECR-R-, realización de entrevista de historial de apego en la infancia y finalmente la realización de la entrevista de historial de apego en pareja), y que se presente como parte de la evaluación requerida en el inicio del proceso de psicoterapia. Cabe destacar que los terapeutas con amplio adiestramiento en modelos sistémicos, integrativos, y experienciales podrían utilizar las primeras sesiones para recopilar estos datos del historial en la infancia con ambos miembros presentes. Tal cual se observa en los vídeos demostrativos de adiestramiento en EFT, una vez se ha avanzado en las destrezas clínicas, un

terapeuta es capaz de realizar toda una exploración de la infancia a la vez que crea espacios para que (desde la primera sesión) la pareja se provea consuelo y apoyo mutuo fortaleciendo el vínculo en pareja. Sin embargo, la recopilación del historial de apego de manera individual también provee otras ventajas para psicoterapeutas que se encuentran en formación clínica y en primeras exposiciones a la teoría de apego aplicada en la adultez.

En este trabajo se observó que la entrevista individual contribuyó al desarrollo de alianza con la investigadora permitiéndole capturar con profundidad aspectos muy íntimos de sus relaciones primarias -que se replican en la actualidad- pero en un espacio menos amenazante. Por ende, se puede anticipar que la aplicación de este protocolo en el trabajo clínico puede contribuir al desarrollo de la alianza paciente-psicoterapeuta. Al mismo tiempo considero que -en esta fase inicial- donde todavía las intervenciones en pareja no han iniciado se tiene mayor oportunidad para clarificar las orientaciones en torno a los modelos internos de apego, al mismo tiempo que el paciente se reencuentra con esas narrativas y las reintegra a su trama de vida. De hecho, el modelo EFT sugiere la utilización de preguntas abiertas y de clarificación (Jiménez-Torres & Maldonado-Peña, 2020). La clarificación mediante la entrevista inicial individual puede ayudar a los terapeutas en formación a orientar su trabajo clínico de manera certera una vez iniciada la terapia de pareja. No obstante, es indispensable que este protocolo se presente como parte de la evaluación de ingreso a la terapia de modo que ambos integrantes de las diadas tengan ese primer encuentro con esas narrativas que contribuirán a otras movidas y pasos en la terapia de pareja.

Considero que la experiencia de entrevistar siempre es una herramienta poderosa, pero luego de haber completado las entrevistas -individuales y en pareja- reafirmo que la elaboración de este relato sostenido de la propia historia es indispensable en la identificación de los patrones intergeneracionales, experiencias de separación, abandono, rechazo, duelos y otros procesos de

familia que son transcendentales para el entendimiento de los modelos internos de apego. Toda esta información permite seguir el tracto del “mapa de apego” que guía el modo en que cada individuo se posiciona en sus relaciones afectivas, y en el contexto de su relación romántica. Por ende, se recomienda su aplicación como parte esencial del trabajo sistémico con parejas. Más allá de una intervención clínica, es prácticamente una forma de guiar y humanizar el proceso de psicoterapia donde hay un otro que está dispuesto a considerar la posibilidad de que el origen de la problemática actual tiene toda una historia relacional que debe ser explorada y escuchada (Steele & Steele, 2008).

En segundo lugar, recomiendo que los psicoterapeutas o investigadores utilicen la Guía de Categorías desarrollada como estrategia analítica. Este es un instrumento que fue desarrollado a base de la revisión de literatura y se nutrió a lo largo de las discusiones con los jueces y juezas. Este documento facilita el proceso de síntesis y es un instrumento que puede ampliarse partiendo de las observaciones de otros investigadores y psicoterapeutas. Las anotaciones de los jueces y juezas en torno a las categorías tales como la idealización de las figuras de apego, o las estrategias represivas permiten seguir el tracto de los modelos internos y de los estilos de apego inseguro. Por ejemplo, en el caso de algunos participantes observamos que incongruencias en las narrativas (p. ej., énfasis en aspectos positivos) realmente reflejaban un estilo de apego evitativo. En otros casos, los entrevistados describieron a sus madres o abuelas como “buenas” o “cariñosas” pero cuando se les solicitaba que presentaran ejemplos concretos de las formas de comunicación afectiva no podían hallarlos o equiparaban el cariño con las descripciones de sobreprotección. La guía teórica creada ofreció pistas clínicas para ir notando las incongruencias, las defensas, las historias encubiertas, entre otros aspectos esenciales.

En tercer lugar, destaco la relevancia de grabar las entrevistas de historial de apego en pareja. De hecho, los trabajos pioneros de Bowlby (1969) se validaron y nutrieron mediante al trabajo de “La situación extraña” de Ainsworth y colaboradores (1978) donde se codificaron y categorizaron las grabaciones en formato de vídeo de las interacciones entre las díadas estudiadas. Fue precisamente este ejercicio -que implicó el uso de la tecnología- lo que estimuló el desarrollo de un trabajo conceptual más completo que condujo al desarrollo intervenciones (p. ej., fortalecimiento del apego entre padres e hijos) más completas en torno a los modelos internos de apego. Del mismo modo Sue Johnson y Greenberg (1985, 1988) realizaron un trabajo de observación de cientos de vídeos de sesiones de terapia de pareja que les permitió identificar los patrones intrapsíquicos e interpersonales de apego entre parejas, así como los elementos que dirigían al cambio en los patrones interaccionales de estas díadas, lo que condujo al desarrollo del primer manual del modelo EFT (Brubacher, 2018).

Por tanto, la continuidad al trabajo de la teoría de apego mediante el uso de grabaciones y nuevas tecnologías permite grandes ventajas a la hora de incorporar esta teoría en el trabajo con parejas, pues permite enmarcar las respuestas negativas que se identifican que conforman una danza (con todos sus gestos, movimientos y corporalidad). Estudiar estos vídeos es el modo que propicia el desarrollo de destrezas clínicas que permitirán a los psicoterapeutas notar las movidas (protestas, ataques, retiradas, defensas, los intentos de cercanía) de apego que se conjugan en cada pareja, y de saber en qué momento el terapeuta debe entrar para evocar otras emociones y señales de apertura, disposición y conexión emocional entre las díadas.

En cuarto lugar, este trabajo permite realizar ciertas recomendaciones en torno a la aplicación de la teoría de apego al contexto puertorriqueño. Al revisar la literatura fue notable que la mayoría de las investigaciones sobre los procesos de apego ignoran o excluyen los

factores contextuales que los participantes que residen en Puerto Rico constantemente destacaron. Se observó que la literatura sobre la teoría de apego ciñe su análisis exclusivamente a las características que aportan las díadas (infante-cuidador o las parejas) lo que provee un análisis parcial, que en cierta medida invisibiliza el abordaje contextual que debe preservar la aplicación de toda teoría. Por consiguiente, es indispensable que -en la aplicación de la teoría de apego para el trabajo clínico con individuos, familias o parejas- cada investigador/a o terapeuta considere la influencia de los factores socioeconómicos, históricos y culturales, y el poder que esto ejerce en cada relación o díada. Tal cual se reflejó en las narrativas, las dificultades tales como la incertidumbre económica y el ingreso insuficiente, ya han demostrado generar angustia y mayores conflictos entre la pareja a la vez que afecta e inhibe las interacciones amorosas con los hijos (Karney et al., 2018; Masarik et al., 2016).

Acorde con lo anterior, se identificó que psicopatologías tales como depresión y la bipolaridad materna interfirieron con el cuidado sensible en las diadas entre infantes/niños y sus cuidadores, lo que se asoció a dificultades interpersonales posteriormente en la adultez y desembocó en otras dificultades en el establecimiento de las relaciones de pareja. Sin embargo, al revisar la literatura sobre apego se observó que gran parte de los investigadores tienden a excluir el escenario social en el que se configuran estas patologías. Por tanto, es recomendable que investigaciones emergentes tengan en cuenta que los procesos de apego van más allá de las características e historias que aportan los integrantes de las diadas. Tal cual se observó en este trabajo investigativo, esto permanece en interacción con las diversas variables contextuales tales como el acceso limitado a actividades y materiales recreativos (p. ej., juguetes para explorar el ambiente), e incluso el tiempo limitado debido a la sobrecarga laboral limitaron las oportunidades para cultivar la relación influenciando así la conformación de los internos y de los

estilos de apego. Es indispensable que -en el ejercicio de la psicología-no se pierda de vista que la individualización de la angustia ha sido el sello distintivo de diversos enfoques tradicionales en los que se obvian estos elementos, lo que termina por desvincular los contextos culturales, sociales, políticos e históricos en los que se conforman las relaciones (Patel, 2003). En este sentido, hablar de promover un apego seguro sin señalar las diversas formas de injusticia social que contribuyen a un apego inseguro podría estar reforzando las desigualdades y opresiones existentes.

Teniendo en cuenta esta observación, es indispensable que -en el trabajo clínico con familias y parejas- se observe más allá de las dificultades para apalabrar las necesidades afectivas y se consideren otras variables contextuales que inhiben la posibilidad de construir vínculo afectivo seguro. En concreto, tanto investigadores como terapeutas podrían cuestionarse lo siguiente: ¿puede una madre con una psicopatología y que no tiene acceso a servicios psicológicos de calidad lograr una conexión de apego seguro con sus hijos o pareja? ¿Puede un padre que se ve obligado a emigrar para alcanzar la estabilidad económica lograr una presencia emocional sólida y consistente en la vida de sus hijos? ¿Puede una pareja sin apoyo social para la crianza de sus hijos y en incertidumbre económica replicar momentos de conexión emocional en los que se nutran su relación amorosa? ¿Pueden las familias y parejas compensar las tensiones, retos y angustias que imponen las condiciones de precariedad económica? o ¿qué otros recursos se requieren para que las díadas realmente puedan ir construyendo un apego seguro? Estos, entre otros cuestionamientos, no deben perderse de vista cuando se estudian las relaciones afectivas.

Conclusiones

Tras el análisis y discusión de los datos concernientes en torno a los procesos de apego de las parejas participantes de este estudio, se presentarán algunas conclusiones que pueden ayudar

a contextualizar y fortalecer el trabajo clínico con parejas y familias. Las narrativas de las cuatro parejas participantes permitieron concluir que la prevalencia del apego instaurada en los vínculos afectivos primarios, particularmente el fundado en las diadas madre-hijos/madre-hijas, se mantiene relativamente estable a lo largo de la vida, reafirmando así los hallazgos de las investigaciones pioneras sobre el apego en pareja realizadas por Hazan y Shaver (1987). De esta forma se confirmó la consistencia entre los *modelos internos* y los *estilos de apego* de las personas participantes. No obstante, se observó que esos procesos de apego no son estáticos y están indiscutiblemente incrustados en un sistema social más amplio, siendo mediados por aspectos socioculturales y no únicamente por los elementos que aportan los integrantes de las diadas.

En esta muestra, la manifestación de las necesidades afectivas entre las parejas y sus figuras de apego, estuvo mediada por otros aprendizajes, discursos y narrativas con claras influencias de la socialización tradicional de género, los roles asignados y las dinámicas de poder que derivan de esto (Knudson-Martin, 2012). Asimismo, los procesos de apego recibieron influencias de aspectos sociopolíticos y económicos del contexto puertorriqueño en el que se articulan las “danzas” o patrones de interacción entre cada pareja. Las narrativas reflejan que estas variables contextuales no solo mediaron las interacciones y roles actuales entre las parejas, sino que también mediaron los procesos de vinculación afectiva con sus figuras de apego primarias durante la consolidación de los modelos internos de apego.

Con este hallazgo se reafirma que las distintas dimensiones (neurobiológica, afectiva, conductual y cognitiva) del apego se mantiene en una compleja relación con el contexto social (Johnson, 2012, 2019). Aunque el modelo teórico EFT (*emotionally focused therapy*), que sirvió de fundamento para conceptualizar las interacciones entre las parejas, tiene como fortaleza que

es inherentemente sistémico, integrativo y relacional, no es menos cierto que existe el riesgo de caer en una aplicación reduccionista que se excluya estas influencias. En este sentido, estos hallazgos permiten resaltar lo siguiente: las emociones (seguridad, miedo, ira, etc.) y en las que se van conformando los patrones interaccionales (categorizados bajo las orientaciones básicas de apego seguro, ansioso, evitativo y desorganizado) también tienen un origen social y contextual. Es decir, que los integrantes de cada díada cargan una historia afectiva que tiene gran impacto en la conformación del vínculo, pero también cargan aprendizajes y condiciones sociales y culturales. Al conceptualizar los procesos de apego en pareja en esta constante interacción con los sistemas socioculturales más amplios, es posible lograr una intersección con otras perspectivas -como lo puede ser la teoría feminista- para llegar a conclusiones más complejas (Knudson-Martin, 2012).

En este estudio se expuso que las personas participantes prevalecieron en narrativas que reflejan mayor evitación y contención emocional en el proceso de vinculación afectiva con las figuras parentales masculinas (p. ej., ‘eran conservadores’, ‘tuvieron una crianza difícil’, ‘se enfocaron en trabajar’), o describieron haber sufrido la ausencia parcial o total de una relación de apego parental debido a conflictos familiares, separaciones entre sus padres o migraciones. Conjuntamente, las narrativas en torno a los modelos internos de apego reflejaron una marcada ambigüedad en torno al rol y la participación de estas figuras parentales masculinas que -en algunos casos- quedó instaurada tras una separación o ruptura. Además, las personas participantes reconocieron abiertamente que esta carencia afectiva no les fue indiferente; contrario a esto reconocieron que esta falta ha tenido influencia sobre su disposición para sintonizarse afectivamente en la relación de pareja actual, e incluso con parejas previas y en otras relaciones interpersonales. Todo esto, permitió concluir que -más allá de la narrativa del padre

evitativo y ausente- se requiere mayor estudio y comprensión de las experiencias y retos particulares que enfrentan las figuras de apego parentales masculinas y el modo en que la ruptura en el subsistema parental puede limitar las oportunidades para cultivar la relación de apego con sus hijos o hijas (Fagan & Hawkins, 2018).

A tenor con este hallazgo, sugiero rescatar los planteamientos de teóricas como Susan Franzblau (1999), quien añade una mirada crítica, histórica y feminista a la teoría de apego en aras de lograr un trabajo clínico más sensible y contextualizado. Vale la pena preguntar si el énfasis excesivo en la responsabilidad afectiva de figura materna inicialmente propuesta por la propia teoría de apego (y desarrollada tras las múltiples transiciones contextuales resultantes de la Segunda Guerra Mundial) es un factor que puede haber contribuido a esta exclusión de las figuras parentales masculinas (Franzblau, 1999). Aunque esta visión ha evolucionado tras los trabajos investigativos de Mary Ainsworth y colaboradores (1978), quienes enfatizaron y validaron científicamente la pertinencia de los apegos múltiples, este estudio expone la urgencia de lograr continuidad a ese trabajo científico que promueve la verdadera inclusión de las figuras parentales masculinas en la vida afectiva del sistema familiar. Asimismo, este trabajo destaca la pertinencia y alcance que tienen otras figuras de apego (tales como las abuelas, abuelos, tíos, tías, hermanos y hermanas), lo que también amerita mayor estudio. Según ilustrado en las narrativas de algunas díadas (p. ej., D-01), es al lograr consciencia de la influencia del marco social y contextual (que excluye al hombre de su responsabilidad afectiva y lo delega a la mujer) se abre una puerta para lograr unas movidas (p. ej., ser capaz de facilitar la pronta reconciliación en pareja y de lograr comunicación afectiva con sus hijas como se reflejó en P-2M) en aras de lograr construir un apego seguro en las familias y parejas.

Estas narrativas también permiten reflexionar sobre las transformaciones sociales donde los múltiples roles de la mujer y madre trabajadora también exigen la articulación de redes de apoyo social en las que incluso participen las instituciones (gubernamentales y no gubernamentales) mediante el desarrollo y promoción de políticas públicas y programas que ayuden a fortalecer la seguridad en el apego entre los infantes o niños y sus cuidadores. Según presentado en la discusión, el apoyo de figuras de apego suplementarias tuvo límites y en ocasiones derivó otras dinámicas muy conflictivas y complejas. No obstante, este podría combinarse con intervenciones clínicas diseñadas para estimular fortalecimiento de la seguridad en el apego, donde se privilegie la calidad de los vínculos afectivos de aquellos que colaboran en la crianza (Fraley, 2019; Johnson, 2019). Los cambios culturales (p. ej., la reconfiguración familiar que exigen las altas tasa de divorcio, los roles múltiples de la mujer trabajadora e incluso las emergencias globales como la pandemia) exigen que el cuidado sea concebido como un servicio esencial que tiene un rol vital para el desarrollo social pues apoya la crianza parental. Acerca de esto, la investigación ya sustenta que los niños pueden establecer relaciones de apego con sus proveedores de servicios bien capacitados, y que una relación de apego segura con un profesional de un centro de cuidado puede incluso dar continuidad y -en ocasiones- hasta compensar ciertos aspectos de la crianza aportando al desarrollo de relaciones de apego más seguras (Eckstein-Madry et al., 2021).

Sumado a lo anterior, fue posible concluir que los patrones correspondientes a las narrativas en torno a los procesos de apego en pareja reflejan influencia de múltiples variables contextuales que afectan negativamente e interrumpen la conexión emocional entre las díadas. Entre estas se destacó el estrés laboral, la precariedad económica, la situación sociopolítica del País e incluso el afrontamiento impuesto por los desastres naturales. Por ende, este trabajo

reafirmó la perspectiva sistémica concluyendo que los estilos de apego inseguro (ansioso, evitativo o desorganizado) pueden exacerbarse como una respuesta adaptativa, pues son sensibles a la crudeza de nuestra realidad psicosocial (Sakman et al., 2022). Al mismo tiempo, se identificaron otras influencias y tendencias más globales que intervienen en los procesos de apego tales como la tecnoferencia o el uso excesivo de la tecnología (p. ej., celulares, aplicaciones de mensajería, aplicaciones para citas, etc.) conformando patrones que pueden aportar a la seguridad o inseguridad en el apego (Schade et al., 2013). Por ejemplo, el uso de la mensajería a través del celular fungió como una herramienta para canalizar ataques, defensas, evitación (p. ej., bloqueos) e incluso movidas de búsqueda de cercanía (p. ej., invitaciones durante el coqueteo inicial, piropos, mediar reconciliaciones, entre otras). De hecho la omnipresencia de la tecnología en las interacciones diadas más jóvenes permitió reflexionar en torno a la tecnoferencia como un tipo de ‘apego en competencia’ que interrumpe la conexión cara a cara entre las diadas (González-Rivera et al., 2018; McDaniel & Coyne, 2016). Esta notable integración de las nuevas tecnologías en las relaciones de apego en pareja requiere mayor investigación clínica, pues demostró ser un elemento capaz de aumentar la accesibilidad y la comunicación afectiva en vías de una mayor seguridad en el apego, pero -a la vez- demostró tener el potencial real de escalar los conflictos, promover mayor incertidumbre, angustia y miedo fomentando mayor inseguridad en la relación.

Finalmente, este estudio permitió reiterar que las representaciones de apego que se manifiestan en las relaciones de pareja pueden evolucionar en función de los procesos de apego (seguro o inseguro) que consistentemente se repliquen en dicha relación. Por ende, las incongruencias entre las narrativas cualitativas y las medidas de apego, realmente demuestran que las diadas pueden tener unas orientaciones generales de apego, pero el vínculo actual puede

llegar a ser más predictivo reflejándose unas orientaciones de apego más específicas. Por tanto, las respuestas en el ECR-R (u otras medidas cuantitativas) deben observarse con cautela y no como representativas de un rasgo estático e individualizado pues el propio instrumento pretende lograr una evaluación diádica, reflejando así la naturaleza fluida y contextual de los procesos de apego. Precisamente, la integración entre los datos del historial de apego, en conjunto con la medida de apego cuantitativa, permitió capturar estas incongruencias distinguiendo así este aspecto evolutivo que se va concretando como resultado de la relación en pareja. Tal cual se evidenció en algunas díadas participantes, en la medida que las experiencias relacionales se sostienen a lo largo del tiempo, los vínculos románticos pueden provocar transformaciones en las orientaciones de apego familiar. Por ende, el trabajo clínico con parejas requiere una observación detenida de los procesos de cambio que pueden estarse concretando en estas.

En síntesis, este trabajo expone la necesidad de continuar ampliando la mirada contextual en el ejercicio de la psicología. Urge cruzar linderos entre las distintas ramas de conocimiento disciplinar de modo que logremos el desarrollo de explicaciones y la aplicación de modelos de psicoterapia más completos e integrados para el trabajo con familias y parejas (Libreros-Piñeros, 2012). Se reitera la necesidad de conceptualizar los procesos de apego, y el ejercicio de la psicología en general desde una perspectiva crítica y transdisciplinaria que dialogue con los saberes que aporta la historia, la psicología social, la sociología, la antropología, el trabajo social, la neurobiología, la economía, entre otras ramas. Simultáneamente, esta investigación reafirma la necesidad de una psicología que aporte al reconocimiento de las opresiones sistémicas y sus efectos en los procesos más íntimos de la construcción de la vida en familia y pareja.

La aplicación de la teoría de apego desde una postura crítica debe aspirar a transformar las interacciones más íntimas entre la pareja o díada (o re-estructurar las orientaciones de apego),

a la vez que señala y reta el “estatus quo” que sostiene las opresiones del contexto (Patel, 2003). Este trabajo arroja pistas en torno los componentes sociales y económicos que facilitan o inhiben las oportunidades para que las parejas que se vinculan en el contexto puertorriqueño puedan lograr la construcción de vínculos afectivos en apego seguro, lo que sugiero debe ser una de las líneas para el desarrollo de investigaciones futuras en el País. Asimismo, este trabajo visibiliza la urgencia de una aplicación más contextualizada de la teoría de apego lo que requerirá la integración de otros modelos y perspectivas (tales como el modelo de estrés familiar, la psicología crítica, el modelo de determinantes sociales, entre otros) que nutran la teoría de apego al evaluar las desigualdades en el acceso a recursos (económicos, sociales, informativos) y su poder predictivo en variables tales como los comportamientos hostiles, los reclamos e incluso las retiradas que van cristalizando los patrones de interacción o las danzas propias de un estilo de apego inseguro (Sakman et al., 2022). Los hallazgos aquí presentados nos plantean nuevas preguntas que deberán ser contestadas ¿Qué factores contextuales y condiciones socioeconómicas son las que facilitan las oportunidades para que el apego seguro pueda concretarse y fortalecerse? ¿Es el apego seguro actualmente una condición de privilegio viable para aquellas familias y parejas con mayor acceso a ciertos recursos? ¿Tienen todas las familias y parejas la posibilidad de consolidar vínculos en apego seguro? o ¿qué transformaciones sociales y contextuales se requieren para que esto sea posible?

Referencias

- Adhikari, H. (2015). Limerence causing conflict in relationship between mother-in-law and daughter-in-law: A study on unhappiness in family relations and broken family. *Multidisciplinary Journal of Gender Studies*, 4(2), 739.
<https://doi.org/10.17583/generos.2015.1261>
- Ainsworth, M. D. S. (1991). Attachments and other affectional bonds across the life cycle. En C. M. Parkes, J. Stevenson-Hinde, & P. Marris (Eds.), *Attachment across the lifecycle* (pp. 33–51). Routledge.
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Psychology Press. https://doi.org/10.1007/978-0-230-34601-7_4
- Amato, P. R. (2014). The consequences of divorce for adults and children. *Journal of Marriage and Family*, 62(4), 1269–1287. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2000.01269.x>
- Antonovici, L., Turliuc, M. N., & Muraru, I. D. (2016). A systematic review of humor use in romantic relationships. *Annals of the Al. I. Cuza University, Psychology Series*, 25(2), 5–17.
[http://doi.org/10.1016/S0092-6566\(02\)00534-2](http://doi.org/10.1016/S0092-6566(02)00534-2)
- Aragona, B. J., Liu, Y., Yu, Y. J., Curtis, J. T., Detwiler, J. M., Insel, T. R., & Wang, Z. (2006). Nucleus accumbens dopamine differentially mediates the formation and maintenance of monogamous pair bonds. *Nature Neuroscience*, 9(1), 133–139.
<https://doi.org/10.1038/nn1613>
- Arnett, J. J. (2015). *The Oxford handbook of emerging adulthood*. Oxford University Press.
- Arnold, K. (2014). Intellectualization and its lookalikes. *Psychoanalytic Review*, 101(5), 615–632. <https://doi.org/10.1521/prev.2014.101.5.615>

- Arriaga, X. B., Kumashiro, M., Finkel, E. J., VanderDrift, L. E., & Luchies, L. B. (2014). Filling the void: Bolstering attachment security in committed relationships. *Social Psychological and Personality Science*, 5, 398–406. <https://doi.org/10.1177/1948550613509287>
- Arriaga, Ximena B., Kumashiro, M., Simpson, J. A., & Overall, N. C. (2018). Revising working models across time: Relationship situations that enhance attachment security. *Personality and Social Psychology Review*, 22(1), 71–96. <https://doi.org/10.1177/1088868317705257>
- Ayers, J. D., Krems, J. A., Hess, N., & Aktipis, A. (2022). Mother-in-law daughter-in-law conflict: An evolutionary perspective and report of empirical data from the USA. *Evolutionary Psychological Science*, 8(1), 56–71. <https://doi.org/10.1007/s40806-021-00312-x>
- Badouk-Epstein, O., Schwartz, J., & Schwartz, R. W. (2018). *Ritual abuse and mind control: The manipulation of attachment needs*. Routledge.
- Badr, H., & Acitelli, L. K. (2008). Attachment insecurity and perceptions of housework: Associations with marital well-being. *Journal of Family Psychology*, 22(2), 313–319. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.22.2.313>
- Bakhtiar, B., & Aulia, R. (2022). The legal consequences and the psychological divorce impact against women in Padang city. *Majalah Ilmu Pengetahuan Dan Pemikiran Keagamaan Tajdid*, 25(2), 134–141. <http://doi.org/10.15548/tajdid.v25i2.4145>
- Barnett, M. A., Scaramella, L. V., McGoron, L., & Callahan, K. (2011). Coparenting cooperation and child adjustment in low-income mother-grandmother and mother-father families. *Family Science*, 2(3), 159–170. <https://doi.org/10.1080/19424620.2011.642479>
- Bayer, C. R. (2011). Review of Monogamy: The untold story. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 37(4), 323–324. <https://doi.org/10.1080/0092623X.2011.584058>

- Bazeley, P. (2013). *Qualitative data analysis: Practical strategies*. Sage.
- Benau, K. (2017). Shame, attachment, and psychotherapy: Phenomenology, neurophysiology, relational trauma, and harbingers of healing. *Attachment: New Directions in Psychotherapy and Relational Psychoanalysis*, *11*(1), 1–27. <https://doi.org/10.33212/att.v11n1.2017.1>
- Bernard, H. R., Wutich, A., & Ryan, G. W. (2016). *Analyzing qualitative data: Systematic approaches*. Sage Publications.
- Bernecker, K., Ghassemi, M., & Brandstätter, V. (2019). Approach and avoidance relationship goals and couples' nonverbal communication during conflict. *European Journal of Social Psychology*, *49*(3), 622–636. <https://doi.org/10.1002/ejsp.2379>
- Bernstein, D. ., Fink, L., Handelsmn, L., Foote, J., Lovejoy, M., Wenzel, K., Sapareto, E., & Ruggiero, J. (1994). Initial reliability and validity of a new retrospective measure of child abuse and neglect. *American Journal of Psychiatry*, *151*(8), 1132–1136. <http://dx.doi.org/10.1176/ajp.151.8.1132>
- Besser, A., Luyten, P., & Mayes, L. C. (2012). Adult attachment and distress: The mediating role of humor styles. *Individual Differences Research*, *10*(3), 153–164.
- Birnbaum, G. E. (2007). Attachment orientations, sexual functioning, and relationship satisfaction in a community sample of women. *Journal of Social and Personal Relationships*, *24*(1), 21–35. <https://doi.org/10.1177/0265407507072576>
- Birnbaum, G. E., Mikulincer, M., & Austerlitz, M. (2013). A fiery conflict: Attachment orientations and the effects of relational conflict on sexual motivation. *Personal Relationships*, *20*(2), 294–310. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2012.01413.x>
- Bistricky, S. L., Gallagher, M. W., Roberts, C. M., Ferris, L., Gonzalez, A. J., & Wetterneck, C. T. (2017). Frequency of interpersonal trauma types, avoidant attachment, self-compassion,

and interpersonal competence: A model of persisting posttraumatic symptoms. *Journal of Aggression, Maltreatment and Trauma*, 26(6), 608–625.

<https://doi.org/10.1080/10926771.2017.1322657>

Blodgett Salafia, E. H., Schaefer, M. K., & Haugen, E. C. (2014). Connections between marital conflict and adolescent girls' disordered eating: Parent-adolescent relationship quality as a mediator. *Journal of Child and Family Studies*, 23(6), 1128–1138.

<https://doi.org/10.1007/s10826-013-9771-9>

Bonache, H., Gonzalez-Mendez, R., & Krahé, B. (2019). Adult attachment styles, destructive conflict resolution, and the experience of intimate partner violence. *Journal of Interpersonal Violence*, 34(2), 287–309. <https://doi.org/10.1177/0886260516640776>

Boss, P., Bryant, C. M., & Mancini, J. A. (2016). *Family stress management: A contextual approach*. Sage Publications.

Bowen, M. (1976). Theory in the practice of psychotherapy. En P. J. Guerin (Ed.), *Family therapy: Theory and practice* (pp. 2–90). Gardner.

<https://doi.org/10.1001/archpsyc.1965.01720340080012>

Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss, vol. I: Attachment*. Basic Books.

Bowlby, J. (1988). *A secure base*. Routledge.

Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss, vol. II: Separation, anxiety and anger*. Basic Books, Inc.

<https://doi.org/10.4135/9781446250990.n2>

Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*.

Basic Books, Inc.

Brandon, M. (2010). *Monogamy: The untold story*. ABC-CLIO.

Bräuninger, I. (2014). Specific dance movement therapy interventions-Which are successful? An

intervention and correlation study. *Arts in Psychotherapy*, 41(5), 445–457.

<https://doi.org/10.1016/j.aip.2014.08.002>

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

Brenning, K. M., Soenens, B., Van Petegem, S., & Kins, E. (2017). Searching for the roots of overprotective parenting in emerging adulthood: Investigating the link with parental attachment representations using an actor partner interdependence model (APIM). *Journal of Child and Family Studies*, 26(8), 2299–2310. <https://doi.org/10.1007/s10826-017-0744-2>

Brimhall, A. S., Miller, B. J., Maxwell, K. A., & Alotaiby, A. M. (2017). Does it help or hinder? Technology and its role in healing post affair. *Journal of Couple and Relationship Therapy*, 16(1), 42–60. <https://doi.org/10.1080/15332691.2016.1142408>

Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard University Press.

Brown, G. L., Mangelsdorf, S. C., Neff, C., Shigeto, A., Aytuglu, A., & Thomas, C. R. (2022). Infant attachment configurations with mothers and fathers: Implications for triadic interaction quality and children's parental preferences. *Early Childhood Research Quarterly*, 58, 155–164. <https://doi.org/10.1016/j.ecresq.2021.09.004>

Brubacher, L. L. (2018). *Stepping into emotionally focused couple therapy: Key ingredients of change*. Routledge.

Brumbaugh, Claudia C., & Fraley, R. C. (2015). Too fast, too soon? An empirical investigation into rebound relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 32(1), 99–118. <https://doi.org/10.1177/0265407514525086>

- Brumbaugh, Claudia Chloe, & Fraley, R. C. (2006). Transference and attachment: How do attachment patterns get carried forward from one relationship to the next? *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32(4), 552–560. <https://doi.org/10.1177/0146167205282740>
- Buchheim, A., & Diamond, D. (2018). Attachment and borderline personality disorder. *Psychiatric Clinics*, 41(4), 651–668. <https://doi.org/10.1016/j.psc.2018.07.010>
- Buchheim, A., Hörz-Sagstetter, S., Doering, S., Rentrop, M., Schuster, P., Buchheim, P., Buchheim, P., Pakorny, D., & Fischer-Kern, M. (2017). Change of unresolved attachment in borderline personality disorder: RCT study of transference-focused psychotherapy. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 86(5), 314–316. <https://doi.org/10.1159/000460257>
- Bugatti, A. (2018). *Competing Attachment* [Disertación doctoral, Northcentral University]. ProQuest Dissertations and Theses. <https://libproxy.cc.stonybrook.edu/login?url=https://search.proquest.com/docview/2061083766?accountid=14172%0Ahttp://linksource.ebsco.com/linking.aspx?sid=ProQuest+Dissertations+%26+Theses+Global&fmt=dissertation&genre=dissertations+%26+theses&issn=&volum>
- Bureau, J. F., Deneault, A. A., Yurkowski, K., Martin, J., Quan, J., Sezlik, S., & Guérin-Marion, C. (2021). The interaction of child–father attachment and child–mother attachment in the prediction of observed coparenting. *Psychology of Men & Masculinities*, 22(3), 578. <https://doi.org/10.1037/men0000323>
- Burgess, M., Johnson, S. M., Dalgleish, T. L., Lafontaine, M. F., Wiebe, S. A., & Tasca, G. A. (2016). Changes in relationship-specific attachment in emotionally focused couple therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 42(April), 231–245. <https://doi.org/10.1111/jmft.12139>

- Buss, A. H., & Perry, M. (1992). The aggression questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, *63*(3), 452–459. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.63.3.452>
- Campbell, L., & Marshall, T. (2011). Anxious attachment and relationship processes: An interactionist perspective. *Journal of Personality*, *79*(6), 1219–1250. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2011.00723.x>
- Campbell, L., Simpson, J. A., Boldry, J., & Kashy, D. A. (2005). Perceptions of conflict and support in romantic relationships : The role of attachment anxiety. *Journal of Personality and Social Psychology*, *88*(3), 510–531. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.88.3.510>
- Caravaggio, F., Chung, J. K., Gerretsen, P., Fervaha, G., Nakajima, S., Plitman, E., Iwata, Y., Wilson, A., & Graff-Guerrero, A. (2017). Exploring the relationship between social attachment and dopamine D2/3receptor availability in the brains of healthy humans using [11C]-(+)-PHNO. *Social Neuroscience*, *12*(2), 163–173. <https://doi.org/10.1080/17470919.2016.1152997>
- Carter, S. M., & Little, M. (2007). Justifying knowledge, justifying method, taking action: Epistemologies, methodologies, and methods in qualitative research. *Qualitative Health Research*, *17*(10), 1316–1328. <https://doi.org/10.1177/1049732307306927>
- Cassidy, J., & Shaver, P. R. (2016). *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications, third edition*. The Guilford Press.
- Castellano, R., Velotti, P., & Zavattini, G. (2014). *What makes us stay together?: Attachment and the outcomes of couple relationships*. Taylor & Francis Group.
- Castro Jaramillo, C. M., & Panhofer, H. (2021). Dance movement therapy techniques to promote kinaesthetic empathy for couples: I have to dance seriously with you. *Body, Movement and Dance in Psychotherapy*, *17*(3), 218–234. <https://doi.org/10.1080/17432979.2021.1982770>

- Childress, C. A. (2016). *Strategic family therapy for a cross-generational coalition*. Clinical Case Conceptualization. <https://drcachildress.org/wp-content/uploads/2019/11/Strategic-Family-Systems-Tx-Plan-Childress-nd.pdf>
- Chiquito, T., & Mora, R. A. (2019). Now, new, next: A look at YAL from the south through the eyes and words of our younger teachers. *The ALAN Review*, 104–109.
- Collins, K. M. (2014). *Clinical perspectives on etiology, assessment, formulation and treatment of imaginary companions in adolescents with attachment trauma* [Tesis de maestría inédita] Smith College. <https://scholarworks.smith.edu/theses/761>
- Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(4), 644–663.
- Conley, T. D., Moors, A. C., Matsick, J. L., & Ziegler, A. (2013). The fewer the merrier?: Assessing stigma surrounding consensually non-monogamous romantic relationships. *Analyses of Social Issues and Public Policy*, 13(1), 1–30. <https://doi.org/10.1111/j.1530-2415.2012.01286.x>
- Connor, S. (2006). Grandparents raising grandchildren: Formation, disruption and intergenerational transmission of attachment. *Australian Social Work*, 59(2), 172–184. <https://doi.org/10.1080/03124070600651887>
- Crangle, C. J., & Hart, T. L. (2017). Adult attachment, hostile conflict, and relationship adjustment among couples facing multiple sclerosis. *British Journal of Health Psychology*, 22(4), 836–853. <https://doi.org/10.1111/bjhp.12258>
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2017). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. Sage publications.
- Crowell, J. A., Treboux, D., Gao, Y., Fyffe, C., Pan, H., & Waters, E. (2002). Assessing secure

base behavior in adulthood: Development of a measure, links to adult attachment representations, and relations to couples' communication and reports of relationships.

Developmental Psychology, 38(5), 679–693. <https://doi.org/10.1037//0012-1649.38.5.679>

Dagnino, P., Pérez, C., Gómez, A., Gloger, S., & Krause, M. (2017). Depression and attachment:

How do personality styles and social support influence this relation? *Research in*

Psychotherapy: Psychopathology, Process and Outcome, 20(1), 53–62.

<https://doi.org/10.4081/ripppo.2017.237>

Dallos, R. (2006). *Attachment Narrative Therapy*. McGraw-Hill Education.

https://doi.org/10.1300/j085v12n02_04

Daniel, S. I. F. (2015). *Adult attachment patterns in a treatment context: Relationship and narrative*. Routledge/Taylor & Francis Group.

DeFranc, W., & Mahalik, J. R. (2002). Masculine gender role conflict and stress in relation to parental attachment and separation. *Psychology of Men and Masculinity*, 3(1), 51–60.

<https://doi.org/10.1037/1524-9220.3.1.51>

DeKlyen, M., & Greenberg, M. T. (2016). Attachment and psychopathology in childhood. En J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications*, 3rd ed. (pp. 639–666). The Guilford Press.

DeMaris, A., & Oates, G. (2021). The trajectory of subjective well-being: A partial explanation of the marriage advantage. *Journal of Family Issues*, 43(6), 1650–1668.

<http://doi.org/10.1177/0192513X211030033>

Departamento de Salud. (2018). *Informe anual de estadísticas vitales: Matrimonios y Divorcios*.

https://estadisticas.pr/files/Inventario/publicaciones/DS_InformeAnualEstadisticasVitales_2015-16%28MatrimoniosyDivorcios%29_0.pdf

- Diamond, L. M., Hicks, A. M., & Otter-Henderson, K. (2006). Physiological evidence for repressive coping among avoidantly attached adults. *Journal of Social and Personal Relationships, 23*(2), 205–229. <https://doi.org/10.1177/0265407506062470>
- Dinan, T. G., & Scott, L. V. (2005). Anatomy of melancholia: Focus on hypothalamic–pituitary–adrenal axis overactivity and the role of vasopressin. *Journal of Anatomy, 207*(3), 259–264.
- Duemmler, S. L., & Kobak, R. (2001). The development of commitment and attachment in dating relationships: Attachment security as relationship construct. *Journal of Adolescence, 24*(3), 401–415. <https://doi.org/10.1006/jado.2001.0406>
- Durtschi, J. A., Fincham, F. D., Cui, M., Lorenz, F. O., & Conger, R. D. (2011). Dyadic Processes in early marriage: Attributions, behavior, and marital quality. *Family Relations, 60*(4), 421–434. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2011.00655.x>
- Eckstein-Madry, T., Piskernik, B., & Ahnert, L. (2021). Attachment and stress regulation in socioeconomically disadvantaged children: Can public childcare compensate? *Infant Mental Health Journal, 42*(6), 839–850. <https://doi.org/10.1002/imhj.21878>
- Elias-Juarez, M. A., & Knudson-Martin, C. (2017). Cultural attunement in therapy with mexican-heritage couples: A grounded theory analysis of client and therapist experience. *Journal of Marital and Family Therapy, 43*(1), 100–114. <https://doi.org/10.1111/jmft.12183>
- Fagan, J., & Hawkins, A. (2018). *Clinical and educational interventions with fathers*. Routledge.
- Fagot, B. I., & Hagan, R. (1991). Observations of parent reactions to sex-stereotyped behaviors: Age and sex effects. *Child Development, 62*(3), 617–628. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1991.tb01556.x>
- Farrell, J. E., Hook, J. N., Ramos, M., Davis, D. E., Van Tongeren, D. R., & Ruiz, J. M. (2015). Humility and relationship outcomes in couples: The mediating role of commitment. *Couple*

and Family Psychology: Research and Practice, 4(1), 14–26.

<https://doi.org/10.1037/cfp0000033>

Feeney, B. C., & Monin, J. K. (2016). Divorce through the lens of attachment theory. En *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 941–965).

<https://www.researchgate.net/publication/317673307>

Feeney, B. C., & 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. <https://doi.org/10.1177/0265407509360903>

Feeney, J. A. (1995). Adult attachment and emotional control. *Personal Relationships*, 2(2), 143–159. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.1995.tb00082.x>

Feeney, J. A., & Karantzas, G. C. (2017). Couple conflict: Insights from an attachment perspective. *Current Opinion in Psychology*, 13, 60–64.

Felder, A. J., & Robbins, B. D. (2021). Approaching mindful multicultural case formulation: Rogers, Yalom, and existential phenomenology. *Person-Centered and Experiential Psychotherapies*, 20(1), 1–20. <https://doi.org/10.1080/14779757.2020.1748697>

Field, T. (2011). Touch for socioemotional and physical well-being : A review. *Developmental Review*, 30(4), 367–383. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2011.01.001>

Finkel, E. J., Simpson, J. A., & Eastwick, P. W. (2016). The psychology of close relationships: Fourteen core principles. *Annual Review of Psychology*, 68, 383–411.

<https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010416-044038>

Finkel, E., Simpson, J. A., & Eastwick, P. (2017). The psychology of close relationships: Fourteen core principles. *Annual Review of Psychology*, 68, 383–411.

<http://doi.org/10.1146/annurev-psych-010416-044038>

- Fisher, H., Xu, X., Aron, A., & Brown, L. L. (2016). Intense, passionate, romantic love: a natural addiction? How the fields that investigate romance and substance abuse can inform each other. *Frontiers in Psychology, 7*(5), 1–10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00687>
- Fitzgerald, J. (Ed.). (2017). *Foundations for couples' therapy: Research for the real world*. Taylor & Francis.
- Fletcher G. J. O., & Overall, N. C. (2010). Intimate relationships. En B. E. & J. Finkel (Eds.), *Advanced social psychology: The state of the science* (pp. 461–494). Oxford University Press.
- Fosha, D. (2000). *The transforming power of affect: A model for accelerated change*. Basic Books.
- Fraley, R. C. (2019). Attachment in adulthood: Recent developments, emerging debates, and future directions. *Annual Review of Psychology, 70*, 401–422. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010418-102813>
- Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (2000). Adult Romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of General Psychology, 4*(2), 132–154. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.4.2.132>
- Fraley, R. C., Waller, N. G., & Brennan, K. A. (2000). An item response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology, 78*(2), 350–365. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.78.2.350>
- Franzblau, S. H. (1999). II. Historicizing attachment theory: Binding the ties that bind. *Feminism and Psychology, 9*(1), 22–31. <https://doi.org/10.1177/0959353599009001003>
- Frederick, D. A., Lever, J., Gillespie, B. J., & Garcia, J. R. (2017). What keeps passion alive? Sexual satisfaction is associated with sexual communication, mood setting, sexual variety,

- oral sex, orgasm, and sex frequency in a national U.S. study. *Journal of Sex Research*, 54(2), 186–201. <https://doi.org/10.1080/00224499.2015.1137854>
- Freud, S. (1905). El chiste y su relación con lo inconsciente. En *Obras completas. Vol. VIII*. Amorrortu, 2000.
- Freud, S. (1927). El humor. En *Obras completas Vol. XXI*. Amorrortu, 1979.
- Fulton, J. J., Kiel, E. J., Tull, M. T., & Gratz, K. L. (2014). Associations between perceived parental overprotection, experiential avoidance, and anxiety. *Journal of Experimental Psychopathology*, 5(2), 200–211. <https://doi.org/10.5127/jep.034813>
- Gantriis, D. L., Thorup, A. A. E., Harder, S., Greve, A. N., Henriksen, M. T., Zahle, K. K., Stadsgaard, H., Ellersgaard, D., Burton, B. K., Christiani, C. J., Spang, K., Hemager, N., Uddin, M. J., Jepsen, J. R. M., Plessen, K. J., Nordentoft, M., Mors, O., & Bliksted, V. (2019). Home visits in the Danish High Risk and Resilience Study – VIA 7: Assessment of the home environment of 508 7-year-old children born to parents diagnosed with schizophrenia or bipolar disorder. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 140(2), 126–134. <https://doi.org/10.1111/acps.13057>
- Gao, M., Du, H., Davies, P. T., & Cummings, E. M. (2019). Marital conflict behaviors and parenting: Dyadic links over time. *Family Relations*, 68(1), 135–149. <http://doi.org/10.1111/fare.12322>
- Gewirtz-meydan, A., & Finzi-dottan, R. (2017). Sexual satisfaction among couples: The role of attachment orientation and sexual motives couples. *The Journal of Sex Research*, 55(2), 178–190. <http://dx.doi.org/10.1080/00224499.2016.1276880>
- Giddens, A. (2013). *The transformation of intimacy: Sexuality, love and eroticism in modern societies*. John Wiley & Sons.

- Girme, Y. U., Jones, R. E., Fleck, C., Simpson, J. A., & Overall, N. C. (2021). Infants' attachment insecurity predicts attachment-relevant emotion regulation strategies in adulthood. *Emotion, 21*(2), 260–272. <https://doi.org/10.1037/emo0000721>
- Goldner, L., Sachar, S. C., & Abir, A. (2019). Mother-adolescent parentification, enmeshment and adolescents' Intimacy: The mediating role of rejection sensitivity. *Journal of Child and Family Studies, 28*(1), 192–201. <https://doi.org/10.1007/s10826-018-1244-8>
- Goldsmith, K., Roux, C., & Cannon, C. (2020). Understanding the relationship between resource scarcity and object attachment. *Current Opinion in Psychology, 39*, 26–30. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2020.07.012>
- Goldstein, A. L., Haller, S., Mackinnon, S. P., & Stewart, S. H. (2019). Attachment anxiety and avoidance, emotion dysregulation, interpersonal difficulties and alcohol problems in emerging adulthood. *Addiction Research and Theory, 27*(2), 130–138. <https://doi.org/10.1080/16066359.2018.1464151>
- Gómez-Arroyo, K. (2016). *Impacto del cáncer de mama en la satisfacción de pareja y calidad de vida relacionada a la salud en un grupo de sobrevivientes* [Disertación doctoral, Universidad de Puerto Rico, Río Piedras]. ProQuest Dissertations Publishing.
- González-Rivera, J. A., Gato, I. H., Núñez, R. M., López, J. M., Tirado, M. G., & Rivera, S. G. (2018). *Interference of technology in couple relationships and its impact on puerto rican women's mental health. 1*, 56–71.
- Greenman, P. S., & Johnson, S. M. (2012). United we stand: Emotionally focused therapy for couples in the treatment of posttraumatic stress disorder. *Journal of Clinical Psychology, 68*(5), 561–569. <https://doi.org/10.1002/jclp.21853>
- Grossmann, K. E., Grossmann, K., & Schwan, A. (1986). Capturing the wider view of

- attachment: A reanalysis of Ainsworth's strange situation. En I. Carrole & P. B. Read (Eds.), *Measuring emotions in infants and children* (pp. 124–171). Cambridge University Press.
- Gürdal, C., Sevi Tok, E. S., & Sorias, O. (2018). The impact of early losses, attachment, temperament-character traits and affect regulation on the development of psychopathology. *Turkish Journal of Psychiatry, 29*(3), 180–192. <https://doi.org/10.5080/u19405>
- Guzmán, M., & Contreras, P. (2012). Estilos de apego en relaciones de pareja y su asociación con la satisfacción marital. *Psykhé (Santiago), 21*(1), 69–82.
- Hagedoorn, M., Sanderman, R., Buunk, B. P., & Wobbes, T. (2002). Failing in spousal caregiving: The “identity-relevant stress” hypothesis to explain sex differences in caregiver distress. *British Journal of Health Psychology, 7*(4), 481–494. <https://doi.org/10.1348/135910702320645435>
- Harlow, F. H., & Zimmermann, R. R. (1959). Affectional response in the infant monkey: Orphaned baby monkeys develop a strong and persistent attachment to inanimate surrogate mothers. *Science, 130*(3373), 421–432.
- Hart, S. L., & Legerstee, M. (2013). *Handbook of jealousy: Theory, research, and multidisciplinary approaches*. John Wiley & Sons.
- Hawkins, A. J., & Fagan, J. (2018). Clinical and educational interventions with fathers: A synthesis. En J. Fagan & A. H. Hawkins (Eds.) *Clinical and educational interventions with fathers*. (pp. 285–293). Routledge.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology, 52*(3), 511–524. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511>

- Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C., & Baptista-Lucio, P. (2014). *Metodología de la Investigación*. Editorial McGraw Hill.
- Hetherington, E. M. (2014). *Coping with divorce, single parenting, and remarriage: A risk and resiliency perspective*. Psychology Press.
- Hewison, D. (2018). Shared unconscious phantasy in couples. En *Psychoanalytic couple therapy* (pp. 25–34). Routledge.
- Holmes, J., & Slade, A. (2017). *Attachment in therapeutic practice*. Sage.
- Holmes, J. G., Boon, S. D., & Adams, S. (1990). *The relationship trust scale* [Manuscrito inédito] University of Waterloo, Ontario, Canada.
- Holt-Lunstad, J., Birmingham, W. A., & Light, K. C. (2008). Influence of a “warm touch” support enhancement intervention among married couples on ambulatory blood pressure, oxytocin, alpha amylase, and cortisol. *Psychosomatic Medicine*, 70(9), 976–985.
<https://doi.org/10.1097/PSY.0b013e318187aef7>
- Hsieh, H. F., & Shannon, S. E. (2005). Three approaches to qualitative content analysis. *Qualitative Health Research*, 15(9), 1277–1288.
<https://doi.org/10.1177/1049732305276687>
- Huppertz, B. (2018). *Approaches to psychic trauma: Theory and practice*. Rowman & Littlefield.
- Iacona, J., & Johnson, S. (2018). Neurobiology of trauma and mindfulness for children. *Journal of Trauma Nursing*, 25(3), 187–191. <https://doi.org/10.1097/JTN.0000000000000365>
- Jackson, P. B., Kleiner, S., & Cebulko, K. (2012). *Significance of Dating Rituals*. 32(5), 1–19.
<https://doi.org/10.1177/0192513X10395113.Conventions>
- Jakubczyk, A., Trucco, E. M., Kopera, M., Kobylński, P., Suszek, H., Fudalej, S., Brower, K. J.,

- & Wojnar, M. (2018). The association between impulsivity, emotion regulation, and symptoms of alcohol use disorder. *Journal of Substance Abuse Treatment, 91*(2017), 49–56. <https://doi.org/10.1016/j.jsat.2018.05.004>
- Jakubiak, B. K., & Feeney, B. C. (2017). Affectionate touch to promote relational, psychological, and physical well-being in adulthood: A theoretical model and review of the research. *Personality and Social Psychology Review, 21*(3), 228–252. <https://doi.org/10.1177/1088868316650307>
- Jakubiak, B. K., & Feeney, B. C. (2019). Hand-in-hand combat: Affectionate touch promotes relational well-being and buffers stress during conflict. *Personality and Social Psychology Bulletin, 45*(3), 431–446. <https://doi.org/10.1177/0146167218788556>
- Jiménez-Torres, A. L., Nina-Estrella, R., & Rodríguez-Quiñones, J. (2020). La pareja en la adultez: Las transformaciones a lo largo de la vida. En C. García-Coll, N. M. Vélez-Agosto, (Eds.), *Perspectivas en el desarrollo humano: Prevención y promoción en adultos y envejecidos* (Vol. 2) (pp.129-168). Publicaciones Gaviota.
- Jiménez-Torres, A.L., & Maldonado-Peña, M. (2020). Terapia de pareja centrada en las emociones. *Revista Griot, 13*(1), 1–20.
- Johnson, S., & Brubacher, L. (2016). Clarifying the negative cycle in emotionally focused couple therapy (EFT). En G. Weeks, & C. Peterson (Eds.), *Techniques for the couple therapist: Essential interventions* (pp. 92–96). Routledge.
- Johnson, S. M. (2012). *The practice of emotionally focused couple therapy: Creating connection*. Routledge.
- Johnson, S. M. (2019). *Attachment theory in practice: Emotionally focused therapy (EFT) with individuals, couples, and families*. Guilford Publications.

- Johnson, S. M., & Greenberg, L. S. (1988). Relating process to outcome in marital therapy. *Journal of Marital and Family Therapy, 14*(2), 175–183. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.1988.tb00733.x>
- Johnson, S. M., & Greenberg, L. S. (1985). Differential effects of experiential and problem-solving interventions in resolving marital conflict. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 53*(2), 175–184. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.53.2.175>
- Jurist, E. L., & Meehan, K. B. (2009). Attachment, mentalization and reflective functioning. En J. H. Obegi & E. Berant (Ed.), *Attachment theory and research in clinical work with adults* (pp. 71–93). Guilford Press.
- Karney, B. R., Bradbury, T. N., & Lavner, J. A. (2018). Supporting healthy relationships in low-income couples: Lessons learned and policy implications. *Policy Insights from the Behavioral and Brain Sciences, 5*(1), 33-39. <https://doi.org/10.1177/2372732217747890>
- Kennedy, S., & Ruggles, S. (2014). Breaking up is hard to count: The rise of divorce in the United States, 1980-2010. *Demography, 51*(2), 587–598. <https://doi.org/10.1007/s13524-013-0270-9>
- Kimmes, J. G., Durtschi, J. A., Clifford, C. E., Knapp, D. J., & Fincham, F. D. (2015). The role of pessimistic attributions in the association between anxious attachment and relationship satisfaction. *Family Relations, 64*(4), 547–562. <https://doi.org/10.1111/fare.12130>
- Kirikian, C., Zolnikov, T., & Afaq, H. (2021). The effects of enmeshment and familism in armenian mothers. *The American Journal of Family Therapy, 1–18*. <https://doi.org/10.1080/01926187.2021.1958268>
- Klein, M. H., Mathieu, P. L., Gendlin, E. T., & Kiesler, D. J. (1969). *The experiencing scale: A research and training manual*. Wisconsin Psychiatric Institute.

- Knudson-Martin, C. (2012). Attachment in adult relationships: A feminist perspective. *Journal of Family Theory & Review*, 4(4), 299–305. <https://doi.org/10.1111/j.1756-2589.2012.00141.x>
- Kolb, B., & Gibb, R. (2011). Brain plasticity and behaviour in the developing brain. *Canadian Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 20(4), 265–276. PMID: 22114608
- Kopp, R. R. (2013). *Metaphor therapy: Using client generated metaphors in psychotherapy*. Routledge.
- Kreuder, A. K., Wassermann, L., Wollseifer, M., Ditzen, B., Eckstein, M., Stoffel-Wagner, B., Hennig, J., Hurlmann, R., & Scheele, D. (2019). Oxytocin enhances the pain-relieving effects of social support in romantic couples. *Human Brain Mapping*, 40(1), 242–251. <https://doi.org/10.1002/hbm.24368>
- Kuscul, G. H., & Adamsons, K. (2022). Maternal and paternal predictors of turkish fathers' nurturing and caregiving. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 53(9), 1187-1205. <https://doi.org/10.1177/00220221221111814>
- Lampe, L., & Malhi, G. S. (2018). Avoidant personality disorder: Current insights. *Psychology Research and Behavior Management*, 11, 55–66. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S121073>
- Lapsley, D. K., Varshney, N. M., & Aalsma, M. C. (2000). Pathological attachment and attachment style in late adolescence. *Journal of Adolescence*, 23(2), 137–155. <http://doi.org/10.1006/jado.2000.0304>
- Lapsley, D., & Woodbury, R. (2015). *The Oxford handbook of emerging adulthood*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199795574.013.16>
- Lapsley, D., & Woodbury, R. D. (2016). Social cognitive development in emerging adulthood.

En In J. J. Arnett (Ed.), *The Oxford handbook of emerging adulthood*. (pp. 142–159).
Oxford University Press.

Lechowicz, M. E., Jiang, Y., Tully, L. A., Burn, M. T., Collins, D. A. J., Hawes, D. J., Lenroot, R. K., Anderson, V., Doyle, F. L., Piotrowska, P. J., Frick, P. J., Moul, C., Kimonis, E. R., & Dadds, M. R. (2019). Enhancing father engagement in parenting programs: Translating research into practice recommendations. *Australian Psychologist*, *54*(2), 83–89.
<https://doi.org/10.1111/ap.12361>

Lecompte, V., Miconi, D., & Rousseau, C. (2018). Challenges related to migration and child attachment: A pilot study with South Asian immigrant mother–child dyads. *Attachment and Human Development*, *20*(2), 208–222. <https://doi.org/10.1080/14616734.2017.1398765>

Lee, H. Y., & Kim, Y. K. (2018). Pathophysiology and treatment strategies for different types of depression. En Y.K. Kim (Ed.), *Understanding Depression* (pp. 167-176). Springer.
<https://doi.org/10.1007/978-981-10-6580-4>

Leech, N. L., & Onwuegbuzie, A. J. (2008). Qualitative data analysis: A compendium of techniques and a framework for selection for school psychology research and beyond. *School Psychology Quarterly*, *23*(4), 587–604. <https://doi.org/10.1037/1045-3830.23.4.587>

Levi-Belz, Y., & Lev-Ari, L. (2019). Is there anybody out there? Attachment style and interpersonal facilitators as protective factors against complicated grief among suicide-loss survivors. *Journal of Nervous and Mental Disease*, *207*(3), 131–136.
<https://doi.org/10.1097/NMD.0000000000000940>

Levitt, A., & Leonard, K. E. (2015). Insecure attachment styles, relationship-drinking contexts, and marital alcohol problems: Testing the mediating role of relationship-specific drinking-to-cope motives. *Psychology of Addictive Behaviors*, *29*(3), 696.

<http://doi.org/10.1037/adb0000064>

Levy, K. N., & Johnson, B. N. (2019). Attachment and psychotherapy: Implications from empirical research. *Canadian Psychology, 60*(3), 178–193.

<https://doi.org/10.1037/cap0000162>

Libreros-Piñeros, L. (2012). El proceso salud enfermedad y la transdisciplinariedad. *Revista Cubana de Salud Pública, 38*(4), 622–628. <https://doi.org/10.1590/s0864-34662012000400013>

Lloréns, H., García-Quijano, C. G., & Godreau Santiago, I. P. (2017). Racismo en Puerto Rico: Surveying perceptions of racism. *Centro Journal, 29*(3), 154–183.

Lyons-Ruth, K., & Jacobvitz, D. (2008). Attachment disorganization: Genetic factors, parenting contexts, and developmental transformation from infancy to adulthood. En In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications*, (pp. 666–697). The Guilford Press.

Main, M., & Solomon, J. (1990). Procedures for identifying infants as disorganized/disoriented during the Ainsworth Strange Situation. En M. T. Greenberg, D. Cicchetti, & M. E. Cummings (Eds.), *Attachment in the preschool years: Theory, research, and intervention* (pp. 121–160). University of Chicago Press.

Main, M., Kaplan, N., & Cassidy, J. (1985). Security in infancy, childhood, and adulthood: A move to the level of representation. *Monographs of the Society for Research in Child Development, 50*(1-2), 66–104. <https://doi.org/10.2307/3333827>

Main, M., & Weston, D. (1981). The quality of the toddler's relationship to mother and to father: Related to conflict behavior and the readiness to establish new relationships. *Child Development, 52*(3), 932–940.

- Makinen, J. A., & Johnson, S. M. (2006). Resolving attachment injuries in couples using emotionally focused therapy: Steps toward forgiveness and reconciliation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 74*(6), 1055–1064. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.74.6.1055>
- Marín, R. A., Christensen, A., & Atkins, D. C. (2014). Infidelity and behavioral couple therapy: Relationship outcomes over 5 years following therapy. *Couple and Family Psychology: Research and Practice, 3*(1), 1–12. <https://doi.org/10.1037/cfp0000012>
- Martin, R. A., Puhlik-Doris, P., Larsen, G., Gray, J., & Weir, K. (2003). Individual differences in uses of humor and their relation to psychological well-being: Development of the humor styles questionnaire. *Journal of Research in Personality, 37*(1), 48–75. [https://doi.org/10.1016/S0092-6566\(02\)00534-2](https://doi.org/10.1016/S0092-6566(02)00534-2)
- Masarik, A. S., Martin, M. J., Ferrer, E., Lorenz, F. O., Conger, K. J., & Conger, R. D. (2016). Couple resilience to economic pressure over time and across generations. *Journal of Marriage and Family, 78*(2), 326–345. <https://doi.org/10.1111/jomf.12284>
- Mathias, I. R. (2022). *The Impact of childhood parentification and the impact on adult intimate relationships. A scoping review* [Tesis de bachillerato inédita]. Auckland University of Technology. <http://hdl.handle.net/10292/15299>
- McClintock, E. A. (2014). Beauty and status: The illusion of exchange in partner selection? *American Sociological Review, 79*(4), 575–604. <https://doi.org/10.1177/0003122414536391>
- McDaniel, B. T., & Coyne, S. M. (2016). “Technoference”: The interference of technology in couple relationships and implications for women’s personal and relational well-being. *Psychology of Popular Media Culture, 5*(1), 85–98. <https://doi.org/10.1037/ppm0000065>
- McNulty, J. K., Wenner, C. A., & Fisher, T. D. (2016). Longitudinal associations among

- relationship satisfaction, sexual satisfaction, and frequency of sex in early marriage. *Archives of Sexual Behavior*, *45*(1), 85–97. <https://doi.org/10.1007/s10508-014-0444-6>
- Mende, M., Scott, M. L., Garvey, A. M., & Bolton, L. E. (2019). The marketing of love: How attachment styles affect romantic consumption journeys. *Journal of the Academy of Marketing Science*, *47*(2), 255–273. <https://doi.org/10.1007/s11747-018-0610-9>
- Mertens, D. M. (2019). *Research and evaluation in education and psychology: Integrating diversity with quantitative, qualitative, and mixed methods*. Sage Publications.
- Miczko, N., Averbek, J. M., & Mariani, T. (2009). Affiliative and aggressive humor, attachment dimensions, and interaction goals. *Communication Studies*, *60*(5), 443–459. <https://doi.org/10.1080/10510970903260301>
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2010). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. Guilford Publications.
- Mikulincer, M., Florian, V., Cowan, P., & Cowan, C. P. (2002). Attachment security in couple relationships: A systemic model and its implications for family dynamics. *Family Process*, *41*(3), 405–434.
- Mikulincer, Mario, & Shaver, P. R. (2019). Attachment orientations and emotion regulation. *Current Opinion in Psychology*, *25*, 6–10. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2018.02.006>
- Moser, M. B., & Johnson, S. M. (2016). Changes in relationship-specific attachment in emotionally focused couple therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, *42*(2), 231–245. <https://doi.org/10.1111/jmft.12139>
- Mosquera, D., Gonzalez, A., & Leeds, A. M. (2014). Early experience, structural dissociation, and emotional dysregulation in borderline personality disorder: the role of insecure and disorganized attachment. *Borderline Personality Disorder and Emotion Dysregulation*,

1(1), 15. <https://doi.org/10.1186/2051-6673-1-15>

- Moutsiana, C., Fearon, P., Murray, L., Cooper, P., Goodyer, I., Johnstone, T., & Halligan, S. (2014). Making an effort to feel positive: insecure attachment in infancy predicts the neural underpinnings of emotion regulation in adulthood. *Journal Of Child Psychology and Psychiatry*, 55(9), 999–1008. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12198>
- Negash, S., & Morgan, M. L. (2016). A family affair: Examining the impact of parental infidelity on children using a structural family therapy framework. *Contemporary Family Therapy*, 38(2), 198–209. <https://doi.org/10.1007/s10591-015-9364-4>
- Nelson, J. K. (2012). *Seeing through tears: Crying and attachment*. Routledge.
- Nicolai, A., & Swauger, M. (2021). Minding the (age) gap: The identity and emotion work of men and women in age-discrepant romantic relationships. *Sociological Focus*, 54(1), 19–38. <https://doi.org/10.1080/00380237.2020.1845258>
- Nichols, M. P. (2013). *Family therapy: Concepts and methods 10th edition*. Pearson.
- Nugent, N. R., Goldberg, A., & Uddin, M. (2016). Topical review: The emerging field of epigenetics: Informing models of pediatric trauma and physical health. *Journal of Pediatric Psychology*, 41(1), 55–64. <https://doi.org/10.1093/jpepsy/jsv018>
- Nursyifa, A. (2020). Shifting causes of divorce in Indonesia due to social media in sociological perspective. *Solid State Technology*, 63(2s). <http://doi.org/10.15548/tajdid.v25i2.4145>
- O'Connor, T. G., Davies, L., Dunn, J., & Golding, J. (2000). Distribution of accidents, injuries, and illnesses by family type. *Pediatrics*, 106(5), e68–e68. <https://doi.org/10.1542/peds.106.5.e68>
- Orlinsky, D. E., & Howard, K. I. (1975). *Varieties of psychotherapeutic experience: Multivariate analyses of patients' and therapists' reports*. Teachers College Press.

- Paetzold, R. L., Rholes, W. S., & Kohn, J. L. (2015). Disorganized attachment in adulthood: Theory, measurement, and implications for romantic relationships. *Review of General Psychology, 19*(2), 146–156.
- Panksepp, J., & Watt, D. (2011). Why does depression hurt? ancestral primary-process separation-distress (PANIC/GRIEF) and diminished brain reward (SEEKING) processes in the genesis of depressive affect. *Psychiatry, 74*(1), 5–13.
<https://doi.org/10.1521/psyc.2011.74.1.5>
- Paprocki, C. M., & Baucom, D. H. (2017). Worried about us: Evaluating an intervention for relationship-based anxiety. *Family Process, 56*(1), 45–58.
<https://doi.org/10.1111/famp.12175>
- Park, Y., Debrot, A., Spielmann, S. S., Joel, S., Impett, E., & MacDonald, G. (2019). Distinguishing dismissing from fearful attachment in the association between closeness and commitment. *Social Psychological and Personality Science, 10*(4), 563–572.
<https://doi.org/10.1177/1948550618768823>
- Parra-Cardona, J. R., Córdova, D., Holtrop, K., Escobar-Chew, A. R., & Horsford, S. (2008). Culturally informed emotionally focused therapy. In M. Rastogi & V. Thomas (Eds.), *Multicultural couple therapy* (pp. 345–368). Sage.
- Patel, N. (2003). Clinical psychology: Reinforcing inequalities or facilitating empowerment? *The International Journal of Human Rights, 7*(1), 16–39. <https://doi.org/10.1080/714003792>
- Pearman, M. M. (2010). *The effect of parental infidelity on an adult child's sexual attitudes* [Tesis de maestría inédita]. Purdue University, Indiana. <https://doi.org/UMI 3402307>
- Perel, E. (2007). *Mating in captivity: Unlocking erotic intelligence*. Harper.
- Pierrehumbert, B., Santelices, M. P., Ibáñez, M., Alberdi, M., Ongari, B., Roskam, I., Stievenart,

- M., Spencer, R., Rodríguez, A. F., & Borghini, A. (2009). Gender and attachment representations in the preschool years: Comparisons between five countries. *Journal of Cross-Cultural Psychology, 40*(4), 543–566. <http://doi.org/10.1177/0022022109335181>
- Pinel, E. C., & Bosson, J. K. (2013). Turning our attention to stigma: An objective self-awareness analysis of stigma and its consequences. *Basic and Applied Social Psychology, 35*(1), 55–63. <https://doi.org/10.1080/01973533.2012.746593>
- Porges, S. W. (2011). *The polyvagal theory: Neurophysiological foundations of emotions, attachment, communication, and self-regulation (Norton series on interpersonal neurobiology)*. WW Norton & Company.
- Porges, Stephen W, & Dana, D. A. (2018). *Clinical applications of the polyvagal theory: The emergence of polyvagal-informed therapies (Norton series on interpersonal neurobiology)*. WW Norton & Company.
- Prager, K. J., Shirvani, F., Poucher, J., Cavallin, G., Truong, M., & Garcia, J. J. (2015). Recovery from conflict and revival of intimacy in cohabiting couples. *Personal Relationships, 22*(2), 308–334. <https://doi.org/10.1111/pere.12082>
- Prior, V., & Glaser, D. (2006). *Understanding attachment and attachment disorders: Theory, evidence and practice*. Jessica Kingsley Publishers.
- Prunas, A., Di Pierro, R., Huemer, J., & Tagini, A. (2019). Defense mechanisms, remembered parental caregiving, and adult attachment style. *Psychoanalytic Psychology, 36*(1), 64–72. <https://doi.org/10.1037/pap0000158>
- Radke-Yarrow, M., Cummings, E. M., Kuczynski, L., Radke-yarrow, M., Cummings, E. M., Kuczynski, L., & Chapman, M. (1985). Patterns of attachment in two- and three-year-olds in normal families and families with parental depression. *Child Development, 56*(4), 884–

893.

- Ramos-Parrilla, A. (2014). *Las hijas del divorcio y su relación de pareja: Implicaciones para la consejería profesional*. [Disertación doctoral, Universidad de Puerto Rico, Río Piedras]. ProQuest Dissertations Publishing.
- Ren, D., Chin, K. R., & French, J. A. (2014). Molecular variation in AVP and AVPR1a in New World monkeys (primates, platyrrhini): Evolution and implications for social monogamy. *PLoS ONE*, *9*(10). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0111638>
- Rholes, W. S., Paetzold, R. L., & Kohn, J. L. (2016). Disorganized attachment mediates the link from early trauma to externalizing behavior in adult relationships. *Personality and Individual Differences*, *90*, 61–65. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.10.043>
- Roach, A. J., Frazier, L. P., & Bowden, S. R. (1981). The marital satisfaction scale: Development of a measure for intervention research. *Journal of Marriage and the Family*, *43*(3), 537. <https://doi.org/10.2307/351755>
- Roberts, L. J., & Greenberg, D. R. (2002). Observational “windows” to intimacy processes in marriage. En P. Noller & J. A. Feeney (Eds.), *Understanding marriage: Developments in the study of couple interaction* (pp. 118–149). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511500077.008>
- Rochat, L., Bianchi-Demicheli, F., Aboujaoude, E., & Khazaal, Y. (2019). The psychology of “swiping”: A cluster analysis of the mobile dating app Tinder. *Journal of Behavioral Addictions*, *8*(4), 804–813. <https://doi.org/10.1556/2006.8.2019.58>
- Ross, E. M., & Hall, J. A. (2020). The traditional sexual script and humor in courtship. *Humor*, *33*(2), 197–218. <https://doi.org/10.1515/humor-2019-0017>
- Rousseau, S., & Scharf, M. (2015). “I will guide you” The indirect link between overparenting

and young adults' adjustment. *Psychiatry Research*, 228(3), 826–834.

<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2015.05.016>

Saini, M. (2012). Reconceptualizing high-conflict divorce as a maladaptive adult attachment response. *Families in Society*, 93(3), 173–180. <https://doi.org/10.1606/1044-3894.4218>

Sakman, E., Solak, N., & Sümer, N. (2022). Socioeconomic disadvantage as a risk factor for attachment insecurity: The moderating role of gender. *Journal of Family Issues*, 0(0), 1–22.

<https://doi.org/10.1177/0192513X221105250>

Saldaña, J. (2009). *The coding manual for qualitative researchers*. Sage.

Sampieri, R. H. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw Hill México.

Schade, L. C., Sandberg, J., Bean, R., Busby, D., & Coyne, S. (2013). Using technology to connect in romantic relationships: Effects on attachment, relationship satisfaction, and stability in emerging adults. *Journal of Couple and Relationship Therapy*, 12(4), 314–338.

<https://doi.org/10.1080/15332691.2013.836051>

Schaffer, R. (2007). *Introducing child psychology*. Blackwell Publishing.

Schore, A. N. (2001). Effects of a secure attachment relationship on right brain development, affect regulation, and infant mental health. *Infant Mental Health Journal: Official Publication of The World Association for Infant Mental Health*, 22(1–2), 7–66.

Schore, A. N. (2002). Dysregulation of the right brain: A fundamental mechanism of traumatic attachment and the psychopathogenesis of posttraumatic stress disorder. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 36(1), 9–30.

Schore, A. N. (2017). All our sons: The developmental neurobiology and neuroendocrinology of boys at risk. *Infant Mental Health Journal*, 38(1), 15–52. <https://doi.org/10.1002/imhj>.

- Seedall, R. B., & Wampler, K. S. (2012). Emotional congruence within couple interaction: The role of attachment avoidance. *Journal of Family Psychology, 26*(6), 948–959.
<https://doi.org/10.1037/a0030479>
- Severson, E. R., & Goodman, D. M. (2018). The idealized “other.” En A. Simha-Alpern (Ed.), *Memories and Monsters: Psychology, Trauma, and Narrative*. Routledge.
- Sher-Censor, E., & Oppenheim, D. (2004). Coherence and representations in preschoolers’ narratives: Associations with attachment in infancy. En M. W. Pratt & B. H. Fiese (Eds.), *Family stories and the life course: Across time and generations*. (pp. 77–107). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Siegel, J. M. (1986). The Multidimensional Anger Inventory. *Journal of Personality and Social Psychology, 51*(1), 191–200. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.51.1.191>
- Skourteli, M.C. & Lennie, C. (2013). The therapeutic relationship from an attachment theory perspective. *Counselling Psychology Review, 28*(1), 93–94.
https://www.researchgate.net/publication/230682881_Practice-based_research_and_counselling_psychology_A_critical_review_and_proposal%0Ahttp://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=pbh&AN=91893878&site=eds-live
- Somer, E., Brenner, R., & Abu-Rayya, H. (2021). Childhood trauma and maladaptive daydreaming: Fantasy functions and themes in a multi-country sample. *Journal of Trauma & Dissociation, 22*(3), 288–303. <https://doi.org/10.1080/15299732.2020.1809599>
- Song, H., Zou, Z., Kou, J., Liu, Y., Yang, L., Zilverstand, A., Uquillas, F. D., & Zhang, X. (2015). Love-related changes in the brain: A resting-state functional magnetic resonance imaging study. *Frontiers in Human Neuroscience, 9*(71), 1–13.
<http://doi.org/10.3389/fnhum.2015.00071>

- Spanier, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and the Family*, 38(1), 15–28.
<https://doi.org/10.2307/350547>
- Spence, A. M. (2012). *Adult children's accounts of parental infidelity and divorce: Associations with own infidelity, risky behaviors, and attachment*. University of Colorado at Denver.
- Steele, H., & Steele, M. (2008). *Clinical applications of the adult attachment interview*. Guilford Press.
- Steinberg, L. (2005). Cognitive and affective development in adolescence. *Trends in Cognitive Sciences*, 92(2), 69–74. <http://doi.org/10.1016/j.tics.2004.12.005>
- Straus, M. A. (1979). Measuring intrafamily conflict and violence: The conflict tactic scales (CT). *Journal of Marriage and the Family*, 41, 75–88.
- Strong, D. D., Bean, R. A., & Feinauer, L. L. (2010). Trauma, attachment, and family therapy with grandfamilies: A model for treatment. *Children and Youth Services Review*, 32(1), 44–50. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2009.06.015>
- Sutherland, S. E., Rehman, U. S., & Fallis, E. E. (2019). A descriptive analysis of sexual problems in long-term heterosexual relationships. *Journal of Sexual Medicine*, 16(5), 701–710. <https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2019.02.015>
- Tancredy, C. M. (2004). *Attachment in twin and non-twin sibling relationships* [Disertación doctoral, University of California]. ProQuest Dissertations Publishing.
- Taylor, N. C., Seedall, R. B., Robinson, W. D., & Bradford, K. (2017). The systemic interaction of attachment on psychophysiological arousal in couple conflict. *Journal of Marital and Family Therapy*, 44(1), 46–60. <https://doi.org/10.1111/jmft.12239>
- Templer, K., Matthewson, M., Haines, J., & Cox, G. (2017). Recommendations for best practice

- in response to parental alienation: Findings from a systematic review. *Journal of Family Therapy*, 39(1), 103–122. <https://doi.org/10.1111/1467-6427.12137>
- Toth, S. L., & Manly, J. T. (2019). Developmental consequences of child abuse and neglect: Implications for intervention. *Child Development Perspectives*, 13(1), 59–64. <https://doi.org/10.1111/cdep.12317>
- Tucker, C. J., Sharp, E. H., Van Gundy, K. T., & Rebellon, C. (2019). Perpetration of sibling aggression and sibling relationship quality in emerging adulthood. *Personal Relationships*, 26(3), 529–539. <https://doi.org/10.1111/pere.12288>
- Turner III, D. W. (2010). Qualitative interview design: A practical guide for novice investigators qualitative interview design: A practical guide for novice Investigators. *The Qualitative Report*, 15(3), 754–760.
- Varnado, S. S. (2013). Avatars, Scarlet “A”s, and adultery in the technological age. *Arizona Law Review*, 55(2), 371.
- Venta, A., Galicia, B., Bailey, C., Abate, A., Marshall, K., & Long, T. (2020). Attachment and loss in the context of US immigration: Caregiver separation and characteristics of internal working models of attachment in high school students. *Attachment and Human Development*, 22(4), 474–489. <https://doi.org/10.1080/14616734.2019.1664604>
- Von Ritzhoff, A. (2021). *Child outcomes, mother-child attachment style and bipolar disorder* [Disertación doctoral, California School of Professional Psychology Alliant International University]. ProQuest Dissertations Publishing.
- Waldinger, R. J., Cohen, S., Schulz, M. S., & Crowell, J. A. (2015). Security of attachment to spouses in late life: Concurrent and prospective links with cognitive and emotional well-being. *Clinical Psychological Science*, 3(3), 516–529.

<http://doi.org/10.1177/2167702614541261>

Wang, F., Edwards, K. J., & Hill, P. C. (2017). Humility as a relational virtue: Establishing trust, empowering repair, and building marital well-being. *Journal of Psychology and Christianity, 36*(2), 168–179.

Waters, E., Crowell, J., Elliott, M., Corcoran, D., & Treboux, D. (2002). Bowlby's secure base theory and the social/personality psychology of attachment styles: Work(s) in progress. *Attachment & Human Development, 4*(2), 230–242.

<https://doi.org/10.1080/14616730210154216>

Wei, M., Russell, D. W., Mallinckrodt, B., & Vogel, D. L. (2007). The Experiences in Close Relationship Scale (ECR)-short form: Reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment, 88*(2), 187–204. <https://doi.org/10.1080/00223890701268041>

Weigel, D. J., Bennett, K. K., & Ballard-Reisch, D. S. (2003). Family influences on commitment: Examining the family of origin correlates of relationship commitment attitudes. *Personal Relationships, 10*(4), 453–474. <https://doi.org/10.1046/j.1475-6811.2003.00060.x>

White, S., & Gibson, M. (2019). *Reassessing attachment theory in child welfare: A critical appraisal*. Policy Press.

Wiebe, S. A., Johnson, S. M., Lafontaine, M. F., Burgess Moser, M., Dalglish, T. L., & Tasca, G. A. (2017). Two-year follow-up outcomes in emotionally focused couple therapy: An investigation of relationship satisfaction and attachment trajectories. *Journal of Marital and Family Therapy, 43*(2), 227–244. <https://doi.org/10.1111/jmft.12206>

Wiebe, S. A., Johnson, S. M., Moser, M. B., Dalglish, T. L., & Tasca, G. A. (2016). Predicting follow-up outcomes in emotionally focused couple therapy: The role of change in trust,

- relationship-specific attachment, and emotional engagement. *Journal of Marital and Family Therapy*, 43(2), 213–226. <https://doi.org/10.1111/jmft.12199>
- Williams, L. M., Sidis, A., Gordon, E., & Meares, R. A. (2006). “Missing links” in borderline personality disorder: loss of neural synchrony relates to lack of emotion regulation and impulse control. *Journal of Psychiatry and Neuroscience*, 31(3), 181–189.
- Wood, R. G., Goesling, B., & Avellar, S. (2007). *The effects of marriage on health: A synthesis of recent research evidence*. Mathematica Policy Research, Inc.
<http://ideas.repec.org/p/mpr/mprres/5511.html%5Cnpapers://e09fda77-1450-4449-8ecf-5a9bb72f5b0a/Paper/p5096>
- Woolley, S. R. (2010). *Attachment history guide. Unpublished training tool developed for ICEEFT externship training in emotionally focused therapy.*
- Zak, A., A., E., Edmunds, K., Fleury, T., Sarris, M., & Shatynski, B. (2001). Age-discrepant relationships: Do these romances fare well. *North American Journal of Psychology*, 3(1), 119–121.
- Zambrano, R., Villada, J., Vallejo, V. J., Córdoba, V., Giraldo, J. J., Herrera, B., Giraldo, M., & Correa, C. (2009). Propiedades psicométricas de la prueba de apego adulto "Experiencias en relaciones cercanas-revisado" (Experiences in Close Relationships-Revised, ECR-R) en población colombiana. *Revista de la Facultad de Psicología Universidad Cooperativa de Colombia*, 5(8), 6–14.
- Zelekha, Y., & Yaakobi, E. (2020). Intergenerational attachment orientations: Gender differences and environmental contribution. *PLoS ONE*, 15(7), 1–23.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0233906>

Apéndice A

Documentos para Cernimiento Telefónico para Parejas Candidatas



UNIVERSIDAD DE PUERTO RICO
 DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA
 9 AVE. UNIVERSIDAD STE 901
 SAN JUAN, PR 00925-2529

HOJA DE CERNIMIENTO TELEFÓNICO PARA PAREJAS CANDIDATAS

“Modelos internos y estilos de apego: Patrones de interacción en parejas que residen en Puerto Rico”

No. de Código: _____

Fecha: _____

1. Género:

- _____ Masculino
- _____ Femenino
- _____ Transgénero/transexual
- _____ Otro: especifique _____

2. Edad: _____

3. Edad de la pareja: _____

4. Tiempo que llevan en la relación de pareja: _____
(Si es menos de 1 año quedaría descalificado/a)

5. Estado civil:

- _____ Casado/a
- _____ Conviviendo con pareja

6. Tiempo que llevan conviviendo: _____
(Si es menos de 1 año quedaría descalificado/a)

7. ¿Usted y su pareja demuestran comprensión del idioma español?

Sí _____ No _____

8. ¿Usted y su pareja demuestran fluidez al expresarse en el idioma español?

Sí _____ No _____

9. ¿En algún momento ha atravesado situaciones o problemas de violencia doméstica o de género en su relación?

Sí _____ No _____

10. Puede ofrecer detalles acerca del conflicto más reciente que haya enfrentado en su relación de pareja:

11. ¿Entiende usted que su pareja estará disponible para participar en el proceso de entrevista relacionado a su historial de apego y a las interacciones en su relación?

Sí _____ No _____

12. ¿La pareja cualifica? _____ No _____ Sí

13. Si la pareja no cualifica, proceder a referirla a otro servicio (si es necesario).

Plan de acción para el referido:

Si la pareja cualifica, proceda a explicar la naturaleza del estudio y el consentimiento cabal. De la pareja aceptar, se pautará una cita con cada miembro de la pareja para discutir el consentimiento informado en persona y de manera individual.

14. Fecha y hora pautada para cita con miembro #1 de la pareja: _____

15. Fecha y hora pautada para cita con miembro #2 de la pareja: _____

Firma de la investigadora

Fecha del consentimiento

Hora



UNIVERSIDAD DE PUERTO RICO
 DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA
 9 AVE. UNIVERSIDAD STE 901
 SAN JUAN, PR 00925-2529

LISTADO DE CENTROS PARA REFERIDOS

Líneas para Manejo de Crisis y Urgencias

- | | |
|--|--|
| 1. Línea PAS | 1-888-672-7622 |
| 2. ASSMCA (Línea de Crisis) | 1-800-981-0023 |
| 3. Centro de Salud, San Patricio | 787-793-1551 / 1552 / 1553 / 1554 / 1828 |
| 4. Centro Médico Ramón Fernández Marina
Hospital Psiquiátrico, Río Piedras | 787-766-4646 ext. 2143 / 2148 / 2149 |
| 5. Hospital de Carolina, UPR (Pavía Behavioral) | 787-757-1800 |
| 6. Hospital Panamericano, Cidra | 1-800-981-1218 / 787-739-5555 |
| 7. Hospital Pavía (Pavía Behavioral), Hato Rey | 787-772-4759 / 787-641-2323 |
| 8. Hospital Regional de Bayamón | 787-786-7373 ext. 297 ó 787-740-1925 |
| 9. Instituto Psicoterapéutico de PR (Inspira) | 1-800-284-9515 |
| • Hato Rey | 787-753-9515 / 9575 |
| • Caguas | 787-704-0705 / 0822 |
| • Auxilio Mutuo | 787-296-0555 |
| • Bayamón | 787-995-2700 / 2701 |
| 10. Líneas de Crisis y Coordinación de Servicios de Salud Mental
(APS) Áreas: Este, Sureste, Norte
(SHC) Áreas: Oeste, Sur, Suroeste | 1-800-503-7929
1-866-808-4614 |
| 11. Centro Mas Salud de San Juan, Hoare | 787-721-7088 ext. 279 |
| 12. Sistema San Juan Capestrano, Río Piedras
Línea de Emergencia | 787-760-0222
1-888-967-4327 |

Ante una emergencia psiquiátrica visite cualquier sala de emergencia o llame al 9-1-1

Apéndice B

Hoja de Datos Sociodemográficos



UNIVERSIDAD DE PUERTO RICO
 DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA
 9 AVE. UNIVERSIDAD STE 901
 SAN JUAN, PR 00925-2529

HOJA DE DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS

“Modelos internos y estilos de apego: Patrones de interacción en parejas que residen en Puerto Rico”

No. de Código: _____

Información Sociodemográfica

1. Género:

- (1) Masculino _____
- (2) Femenino _____
- (3) Transgénero/transexual _____
- (4) Otro, especifique: _____

2. Edad: _____

3. ¿Cuál es su etnia?

- (1) Puertorriqueño/a _____
- (2) Dominicano/a _____
- (3) Cubano/a _____
- (4) Estadounidense _____
- (5) Otro: _____

4. Estado civil:

- (1) Casado/a _____
- (2) Conviviendo con pareja _____

5. ¿Cuál es su orientación sexual?

- (1) Heterosexual _____
- (2) Homosexual _____
- (3) Lesbiana _____
- (4) Bisexual _____
- (5) Otra: _____

6. Educación

¿Cuál es el nivel de educación más alto completado por usted?

- (1) No fue a la escuela _____
- (2) Menos de cuarto año _____
- (3) Graduado/a de escuela superior _____
- (4) Grado técnico o vocacional _____

- (5) Grado asociado ____
- (6) Bachillerato ____
- (7) Maestría ____
- (8) Doctorado ____

7. ¿Cuál es el ingreso estimado anual en su hogar?

- (1) Menos de \$5,000 ____
- (2) \$5,001 – \$15,000 ____
- (3) \$15,001 – \$25,000 ____
- (4) \$25,001 – \$40,000 ____
- (5) \$40,001 – \$50,000 ____
- (6) Más de \$50,000 ____

8. ¿Cuántos miembros de la familia viven con usted? _____

9. Especifique familiares que vivan con usted:

- (1) Esposo(a)/pareja (1) Sí ____; (0) No ____
- (2) Hijo/as (1) Sí ____; (0) No ____
- (3) Hermano/as (1) Sí ____; (0) No ____
- (4) Abuelo/a (1) Sí ____; (0) No ____
- (5) Suegro/a (1) Sí ____; (0) No ____
- (6) Nieto/a (1) Sí ____; (0) No ____
- (7) Vive solo/a (1) Sí ____; (0) No ____
- (8) Otro: _____

10. ¿En qué área reside?

- (1) Urbana ____
- (2) Rural ____

11. ¿Cuál de las siguientes describe su estado laboral?

- (1) Empleado a tiempo completo ____
- (2) Empleado a tiempo parcial ____
- (3) Desempleado ____
- (4) Retirado/Pensionado ____
- (5) Estudiante a tiempo completo ____
- (6) Estudiante a tiempo parcial ____
- (7) Otro: _____

12. ¿Cuál es su ocupación?

- (1) Gerencial, Profesional y Ocupaciones Relacionadas ____
- (2) Ventas y Oficinas ____
- (3) Construcción, Extracción, Mantenimiento y Reparación ____
- (4) Servicios ____
- (5) Agricultura y Pesca ____
- (6) Producción, Transportación y Movimiento de Materiales ____

(7) Otra (especifique): _____

13. ¿Tiene seguro médico?

(1) Sí ___ (0) No ___

14. ¿Cuánto tiempo lleva en la relación de pareja? _____

15. ¿Con cuánta frecuencia tiene conflictos en su relación de pareja?

(1) Diariamente ___

(2) Una vez a la semana ___

(3) 2 veces en semana ___

(4) 2 o más veces en semana ___

(5) Una vez al mes ___

(6) 2 veces al mes ___

(7) 2 o más veces al mes ___

Otra: _____

Apéndice C

Escala sobre Estilos de Apego en las Relaciones de Pareja (ECR-R)



UNIVERSIDAD DE PUERTO RICO
 DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA
 9 AVE. UNIVERSIDAD STE 901
 SAN JUAN, PR 00925-2529

ESCALA SOBRE ESTILOS DE APEGO EN LA RELACIONES DE PAREJA (ECR-R)

“Modelos internos y estilos de apego: Patrones de interacción en parejas que residen en Puerto Rico”

ECR-R

Instrucciones: Las oraciones que se presentan a continuación hablan de los sentimientos en las relaciones íntimas. El interés de esta prueba se centra en cómo experimenta generalmente las relaciones amorosas. Por favor, puntúe siguiendo la escala:

	REACTIVOS	Nunca 1	Rara Vez 2	Algunas Veces 3	Casi Siempre 4	Siempre 5
1	Temo perder el amor de mi pareja o de otros.	1	2	3	4	5
2	A menudo me preocupa que mi pareja u otra persona no quiera estar conmigo.	1	2	3	4	5
3	A menudo me preocupa que mi pareja u otra persona realmente no me ame.	1	2	3	4	5
4	Me preocupa que mi pareja u otra persona no se interese por mí tanto como me intereso por ella.	1	2	3	4	5
5	A menudo desearía que los sentimientos de mi pareja (u otra persona) por mí fueran tan fuertes como mis sentimientos por él o ella.	1	2	3	4	5
6	Me preocupan mucho mis relaciones.	1	2	3	4	5
7	Cuando no sé dónde está mi pareja (u otra persona), me preocupa que él o ella pueda estar interesado en alguien más.	1	2	3	4	5
8	Cuando muestro mis sentimientos a mi pareja (u otra persona), temo que no sienta lo mismo por mí.	1	2	3	4	5
9	Pienso que mi pareja u otra persona no me quiere tan cerca como me gustaría.	1	2	3	4	5
10	Temo que cuando mi pareja u otra persona llegue a conocerme, a él o ella no le guste quien realmente soy.	1	2	3	4	5

	REACTIVOS	Nunca 1	Rara Ve 2	Algunas Veces 3	Casi Siempre 4	Siempre 5
11	Me preocupa que yo no esté a la altura de otras personas.	1	2	3	4	5
12	Me siento cómodo/a compartiendo mis pensamientos y sentimientos privados con mi pareja u otra persona.	1	2	3	4	5
13	Estoy muy cómodo/a siendo cercano a mi pareja u otra persona.	1	2	3	4	5
14	No me siento cómodo/a abriéndome emocionalmente a mi pareja u otra persona.	1	2	3	4	5
15	Prefiero no ser muy cercano/a a mi pareja u otra persona.	1	2	3	4	5
16	Me incomoda cuando una pareja u otra persona quiere ser muy cercana a mí.	1	2	3	4	5
17	Encuentro relativamente fácil acercarme a mi pareja u otra persona.	1	2	3	4	5
18	Usualmente discuto mis problemas y preocupaciones con mi pareja u otra persona.	1	2	3	4	5
19	Le digo todo a mi pareja u otra persona.	1	2	3	4	5
20	Me pone nervioso/a cuando mi pareja/otra persona está demasiado cerca de mí.	1	2	3	4	5
21	Mi pareja u otra persona realmente me entiende a mí y a mis necesidades.	1	2	3	4	5

Apéndice D

Guía para Entrevista Individual



UNIVERSIDAD DE PUERTO RICO
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA
9 AVE. UNIVERSIDAD STE 901
SAN JUAN, PR 00925-2529

GUÍA PARA ENTREVISTA INDIVIDUAL

“Modelos internos y estilos de apego: Patrones de interacción en parejas que residen en Puerto Rico”

Introducción general para el/la participante:

Voy a estar entrevistándole acerca de sus relaciones con personas significativas durante su infancia y niñez. Estaré haciéndole las preguntas -y adaptándolas- según nuestra conversación se vaya desarrollando, por lo que esto será un diálogo abierto (las preguntas son una especie de guía). En esta conversación exploraremos asuntos concernientes a eventos muy tempranos de su historia y la forma en que esto ha impactado el resto de su vida. Recuerde que la entrevista se estará grabando en formato de *audio*. Si hay alguna respuesta que no desea que sea grabada, puede informármelo y detendremos la grabación.

1. Vamos a comenzar hablando un poco sobre tu familia ¿con quién o quiénes te criaste y creciste?
2. Durante tu infancia y niñez ¿a quién eras más cercano/a?
3. ¿Puedes describirme (o narrarme alguna historia que describa) cómo era la relación con tu **madre** durante tu infancia y niñez? Agradeceré te enfoques en lo más temprano en tu vida que puedas recordar.
4. ¿Puedes describirme (o narrarme alguna historia que describa) cómo era la relación con tu **padre** durante tu infancia y niñez? Agradeceré te enfoques en lo más temprano en tu vida que puedas recordar.
5. ¿Tuviste algún otro cuidador o cuidadora durante tu infancia?

- 5.1) ¿Quién era esta persona y cómo era tu relación con él/ ella?
6. ¿Recuerdas la primera vez que te separaste por mucho tiempo de alguno de tus padres o cuidadores?
 - 6.1) ¿Cómo respondiste?
 - 6.2) ¿Cómo respondieron ellos?
 - 6.3) ¿Hubo reencuentro? ¿Puedes describirme ese momento?
7. ¿De qué maneras te sentiste valorado/a como niño/a y por quién?
8. ¿Recuerdas alguna vez sentirte rechazado/a o abandonado/a?
9. En tu hogar, ¿se demostraba o expresaba el afecto?
 - 9.1) ¿Quién lo hacía?
 - 9.2) ¿De qué maneras?
10. Ahora quiero que recuerdes un incidente temprano en tu vida que consideres haya sido sumamente estresante, triste o traumático. Puedes tomarte tu tiempo para identificarlo.
 - 10.1) ¿Qué estaba sucediendo en ese momento? ¿Cómo te sentías?
 - 10.2) ¿A qué persona acudiste para tranquilizarte en ese momento?
 - 10.3) ¿Todavía puedes recurrir a esta persona?
11. Hoy día, ¿a quién recurre cuando te sientes estresado/a o triste?
12. ¿En algún momento viviste algún tipo de abuso (emocional, físico, sexual) por parte de tu padre, madre u otro cuidador/a?
13. En general, ¿cómo crees que las experiencias con tus padres o cuidadores te han afectado en otros momentos de tu vida?

¿Hay alguna historia o dato de tu infancia o niñez que te gustaría compartir conmigo para ayudarme a comprender mejor la forma en que te relacionas en pareja

Apéndice E

Guía para Entrevista a Parejas



UNIVERSIDAD DE PUERTO RICO
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA
9 AVE. UNIVERSIDAD STE 901
SAN JUAN, PR 00925-2529

GUÍA PARA ENTREVISTA A PAREJAS

“Modelos internos y estilos de apego: Patrones de interacción en parejas que residen en Puerto Rico”

Introducción general para las parejas participantes:

Durante esta entrevista conversaremos sobre aspectos de su historia e interacciones como pareja. Esto será un diálogo abierto entre los tres. Estaré haciéndoles preguntas -y adaptándolas- según nuestra conversación se vaya desarrollando (las preguntas son una especie de guía). Me gustaría que ambos comentaran y hablaran de sus experiencias. Recuerden que la entrevista se estará grabando en formato de *video*. Si hay alguna respuesta que no desean que sea grabada, pueden informármelo y detendremos la grabación.

1. Me gustaría que me contaran en detalle su historia ¿Cómo se conocieron?
2. ¿Qué fue lo que le interesó de su pareja?
3. ¿Qué ocurre cuando hay un conflicto entre ustedes? Pueden narrarme o “correrme la película” para que yo pueda ver -como en un televisor- lo que sucede.
4. ¿Quién hace qué cuando hay un conflicto?
 - 4.1) ¿Quién se aleja?
 - 4.2) ¿Quién se acerca?
5. ¿Cómo se reconectan emocionalmente y reestablecen comunicación luego del conflicto?
 - 5.1) ¿Pueden describir lo que sucede?
 - 5.2) ¿Quién se acerca **primero** al otro luego del conflicto?

- 5.3) ¿Cuánto se tardan en reconectarse y reconciliarse?
4. ¿Tu pareja ha estado disponible en un momento que consideraste crítico para ti?¹
- 4.1) ¿Puedes describir lo que estaba sucediendo en ese momento? ¿Cómo te sentías?
- 4.2) ¿Cómo él/ella te brindó apoyo?
5. ¿En algún momento alguno de ustedes ha hecho uso consistente del alcohol, drogas, la tecnología (u otras actividades) para sentirte más tranquilo/a o más cómodo/a emocionalmente?
6. Si mañana ustedes se levantaran y los problemas en la relación estuvieran resueltos, ¿qué estaría sucediendo?
- 6.1) ¿Qué estaría pasando en la casa?
- 6.2) ¿Qué se estarían diciendo el uno al otro?
7. ¿Les viene a la mente alguna imagen, ilustración (una metáfora) que represente la forma en que ustedes se relacionan como pareja?

¹ Estas preguntas deberán realizarse primero a un miembro de la pareja y luego al otro, de modo que **ambos** identifiquen un evento crítico en el que requirió apoyo del otro/a.

Apéndice F

Hoja de Consentimiento Informado



UNIVERSIDAD DE PUERTO RICO
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA
9 AVE. UNIVERSIDAD STE 901
SAN JUAN, PR 00925-2529

HOJA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Título: “Modelos internos y estilos de apego: Patrones de interacción en parejas que residen en Puerto Rico”

Descripción

Usted ha sido invitado/a a participar en la investigación que lleva a cabo Marileen Z. Maldonado Peña, estudiante del Programa Doctoral de Psicología Clínica de la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras. Esta investigación es un requisito para la obtención de grado doctoral y se titula “Modelos internos y estilos de apego: Patrones de interacción en parejas que residen en Puerto Rico” y será dirigida por la Dra. Aida Jiménez Torres. El propósito central de este trabajo es examinar el contenido que describe la experiencia emocional de parejas que se vinculan en el contexto puertorriqueño. Se espera que este trabajo aporte a la comprensión detallada de las necesidades afectivas entre parejas, así como al desarrollo de modelos de intervención dirigidos a lograr mayor conexión emocional en las parejas.

En la primera fase de este trabajo se evaluará su estilo de apego mediante un cuestionario que explorará la forma en que usted experimenta emocionalmente las relaciones amorosas, y también se recopilarán datos sociodemográficos. Además, usted participará de una entrevista individual en la que la investigadora principal le realizará preguntas dirigidas a explorar la experiencia de vinculación con su madre, padre o cuidador/a durante la infancia. En la segunda fase de este trabajo, usted y su pareja participarán de una entrevista en conjunto. Durante esta última, la investigadora les realizará preguntas dirigidas a explorar la experiencia emocional en la relación de pareja. Por lo tanto, se abordarán temas relacionados a la historia de la relación y la forma en que se distancian y reconectan emocionalmente cuando atraviesan conflictos.

Esperamos que en esta investigación participen cinco (5) parejas (equivalente a 10 personas). La duración aproximada de la fase individual -que incluye la administración del cuestionario, la recolección los datos sociodemográficos y una entrevista- puede ser de una y media (1.5) hora a dos (2) horas. La duración de la entrevista en pareja puede ser de dos (2) horas a dos y media (2.5) horas. Ambas entrevistas serán completadas por la investigadora principal, Marileen Z. Maldonado Peña. Para poder participar de esta investigación usted deberá cumplir con los siguientes criterios: a) llevar un (1) año o más en una relación de pareja en convivencia activa y presencial, b) entender y hablar el idioma español y c) residir en Puerto Rico.

Además, para participar en esta investigación usted deberá acceder a que la entrevista individual sea grabada en formato de audio, y a que la entrevista en pareja sea grabada en formato de video. Esto tiene el propósito de preservar el material de las entrevistas para que pueda ser transcrito y analizado. El material de la entrevista individual será analizado únicamente por la investigadora principal y su supervisora. El material de la entrevista en pareja será analizado por estas (2) y por cuatro (4) estudiantes doctorales que también colaborarán en el análisis de contenido mediante

confiabilidad entre jueces. Estos jueces serán adiestrados y firmarán un acuerdo de confidencialidad.

Riesgos y beneficios

Los riesgos asociados a este estudio son los siguientes: Usted podría sentirse incómodo/a al contestar algunas de las preguntas que la investigadora le realice. Además, existe la posibilidad de que usted y su pareja experimenten algún desacuerdo como resultado de su participación en la investigación. A la misma vez, existe el riesgo de ser identificado y de que su vida privada sea divulgada. Con el propósito de minimizar estos riesgos, usted tiene todo el derecho de negarse a responder cualquiera de las preguntas que se le realice. Asimismo, puede desistir o negar su participación en el estudio o retirarse del mismo sin ser penalizado/a. Por otro lado, usted podrá ser referido/a o solicitar directamente servicios psicoterapéuticos en el Centro Universitario de Servicios y Estudios Psicológicos (CUSEP), llamando al 787-764-0000 extensión 87680 o 87681. El personal del CUSEP realizará el cernimiento o evaluación inicial para terapia (individual o de pareja según su interés y necesidad) y le ofrecerá los servicios solo si puede otorgarlos.

Su participación en esta investigación no tendrá costo alguno para usted, excepto por el tiempo que invierte en la entrevista. Al mismo tiempo, al participar usted contribuirá al campo de la salud mental y a la comprensión de los problemas relacionales y necesidades emocionales experimentadas entre parejas que residen en Puerto Rico.

Confidencialidad

Con el fin de proteger su identidad, los datos recopilados de manera individual no serán identificados con su nombre. Toda la información de la fase individual que pueda identificarle directa o indirectamente será manejada confidencialmente. Esto significa que su nombre no aparecerá en el cuestionario ni en las transcripciones de la entrevista individual. Además, el cuestionario y la hoja de datos sociodemográficos serán identificados con un código numérico y por lo tanto no podrán asociarse en ningún momento con usted. Asimismo, la hoja de consentimiento informado con su firma se separará de los documentos e instrumentos administrados. Esta hoja (de consentimiento informado) se guardará en un archivo de seguridad separado al que sólo tendrá acceso la investigadora principal y la supervisora.

El cuestionario, la hoja de datos sociodemográficos, las grabaciones en audio y las transcripciones correspondientes a la entrevista individual se guardarán en un archivo electrónico con código cifrado para proteger su identidad. Los datos de la entrevista individual solamente serán revisados por la investigadora principal y la supervisora del estudio, por lo que su nombre no será revelado. Sin embargo, los videos y los datos de las transcripciones de las entrevistas realizadas a usted y su pareja en conjunto (entrevista en pareja), se guardarán en un archivo electrónico con código cifrado, pero serán analizados por cuatro (4) jueces (aparte de la investigadora principal y de la supervisora del estudio). Aunque su nombre no estará contenido en la transcripción de la entrevista, esto implica que los jueces podrán identificarle y conocer su nombre ya que observarán los videos. Estos jueces han completado el adiestramiento sobre la protección de los seres humanos en la investigación y además firmarán un acuerdo de

confidencialidad. Para participar es un requisito grabar en formato de video la entrevista en pareja de modo que sea posible observar y analizar el conjunto las interacciones entre la pareja junto al material transcrito. De usted acceder a participar, también accede a ser grabado en audio durante la entrevista individual y a ser grabado en video durante la entrevista en pareja. La información recopilada se utilizará estrictamente para propósitos de investigación.

La información obtenida durante esta investigación permanecerá confidencial y será almacenada en un archivo bajo llave por la investigadora principal, Marileen Maldonado, y la directora de disertación, Dra. Aida Jiménez Torres. Al cabo de tres (3) años se destruirá todo el material en papel mediante un triturador de papel en presencia de un testigo, y todo el material digital, en audio y en video, se borrará de la computadora. Los participantes serán identificados por medio de un número asignado. El banco de análisis de los datos sin identificadores se conservará permanentemente con el fin de ser utilizado para presentaciones y publicaciones profesionales.

Los resultados de esta investigación también podrían ser utilizados para presentarlos en convenciones o artículos profesionales y/o podrían ser publicados de modo general, sin violar su confidencialidad y sin que se le pueda identificar. De la misma forma, la información podría compartirse con otros investigadores sin que su identidad sea revelada.

Su información se mantendrá confidencial hasta donde sea permitido por ley. De informarse alguna violación de ley, o de usted indicar que intentará hacerse daño a si mismo/a o a terceros será necesario divulgar la información a las autoridades pertinentes.

Oficiales del Recinto de Río Piedras de la Universidad de Puerto Rico o de agencias federales responsables de velar por la integridad en la investigación podrían solicitar a la investigadora los datos obtenidos en este estudio, incluyendo este documento.

Incentivos

Por su participación recibirá el incentivo de una tarjeta de regalo (*gift card*) de Marshalls de veinte dólares (\$20.00), y su pareja recibirá este mismo incentivo.

Derechos

Si ha leído este documento y ha decidido participar, entienda que su participación es completamente voluntaria y que usted tiene derecho a no contestar alguna pregunta en particular y a abstenerse o retirarse de la investigación en cualquier momento sin ninguna penalidad. Además, tiene derecho a recibir una copia de este documento.

Si tiene alguna pregunta o desea más información sobre esta investigación, por favor comuníquese con la investigadora principal, Marileen Z. Maldonado Peña, llamando al (787)-586-0238 o escribiendo a marileen.maldonado@upr.edu. Asimismo, puede contactar a la Dra. Aida Jiménez, directora y supervisora de esta investigación, llamando al 787-234-5086 o escribiendo a aida.jimenez@upr.edu. Si tiene preguntas sobre sus derechos como participante, reclamación o queja relacionada con su participación en este estudio, puede comunicarse con la

Oficial de Cumplimiento del Recinto de Río Piedras de la Universidad de Puerto Rico, al teléfono 787-764-0000, extensión 86773 o a cipshi.degi@upr.edu.

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Título: “Modelos internos y estilos de apego: Patrones de interacción en parejas que residen en Puerto Rico”

Al firmar este consentimiento usted entiende que todas sus preguntas y dudas en torno al proyecto de investigación titulado: “Modelos internos y estilos de apego: Patrones de interacción en parejas que residen en Puerto Rico” han sido aclaradas de manera satisfactoria y que desea participar de forma voluntaria en el mismo. Usted debe guardar copia de esta hoja de consentimiento informado que le será entregada por la investigadora, por si desea comunicar dudas o inquietudes que surjan en el futuro.

Nombre del participante

Firma

Fecha

Discutí el contenido de esta hoja de consentimiento informado con el arriba firmante. Mediante la firma en esta hoja el/la participante confirma que ha recibido copia de este consentimiento.

Nombre de la investigadora
Estudiante doctoral

Firma

Fecha

Apéndice G

Acuerdo de Confidencialidad para Jueces y Juezas



UNIVERSIDAD DE PUERTO RICO
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA
9 AVE. UNIVERSIDAD STE 901
SAN JUAN, PR 00925-2529

ACUERDO DE CONFIDENCIALIDAD PARA JUECES Y JUEZAS

“Modelos internos y estilos de apego: Patrones de interacción en parejas que residen en Puerto Rico”

Descripción

Usted ha sido invitado/a a participar como juez/jueza en la investigación que lleva a cabo Marileen Z. Maldonado Peña, estudiante del Programa Doctoral de Psicología Clínica de la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras. Esta investigación es un requisito para la obtención del grado doctoral y se titula “Modelos internos y estilos de apego: Patrones de interacción en parejas que residen en Puerto Rico” y será dirigida por la Dra. Aida Jiménez Torres. El propósito central de este trabajo es examinar el contenido que describe la experiencia emocional de parejas que se vinculan en el contexto puertorriqueño. Se espera que este trabajo aporte a la comprensión detallada de las necesidades afectivas entre parejas, así como al desarrollo de modelos de intervención dirigidos a lograr mayor conexión emocional en esta población. A tales efectos, se evaluarán los estilos de apego mediante un cuestionario, se recopilarán datos sociodemográficos, y se realizarán entrevistas cualitativas a profundidad -de manera individual y en pareja- para explorar los historiales de apego en la infancia y en la relación de pareja.

Esperamos que en esta investigación participen cinco (5) parejas (equivalente a 10 personas) que deberán cumplir con los siguientes criterios: a) llevar un (1) año o más en la relación de pareja en convivencia activa y presencial, b) entender y hablar el idioma español y c) residir en Puerto Rico. Las entrevistas serán realizadas por la investigadora principal, Marileen Z. Maldonado Peña, y serán grabadas en formato de audio (la entrevista individual) y video (la entrevista en pareja).

Su participación como juez/jueza consistirá en observar los videos de las entrevistas realizadas a las parejas y categorizar las temáticas identificadas mediante una guía de categorías que se le proveerá. Además, revisará las transcripciones para que pueda analizarlas en conjunto con los videos. Finalmente, usted deberá participar de una (1) reunión (por entrevista) con los demás jueces/juezas para discutir los acuerdos de las categorías identificadas. Esto último permitirá que se pueda computar la confiabilidad entre jueces y juezas.

Si tiene alguna pregunta o desea más información sobre esta investigación, por favor comuníquese con la investigadora principal, Marileen Z. Maldonado Peña, llamando al (787)-586-0238 o escribiendo a marileen.maldonado@upr.edu. Además, puede contactar a la Dra. Aida Jiménez, directora y supervisora de esta investigación llamando al 787-234-5086 o al correo electrónico aida.jimenez@upr.edu Si tiene preguntas, reclamaciones o quejas relacionadas a su participación como juez/jueza o a la ejecución de esta investigación, puede

comunicarse con la Oficial de Cumplimiento del Recinto de Río Piedras de la Universidad de Puerto Rico, al teléfono 787-764-0000, extensión 86773 o a cipshi.degi@upr.edu.

ACUERDO DE CONFIDENCIALIDAD

Por este medio, yo _____ me comprometo a participar como juez/jueza en la investigación que conduce la estudiante doctoral Marileen Z Maldonado Peña y dirige la Dra. Aida Jiménez Torres. Tengo conocimiento de que esta investigación, cuyo título es “Modelos internos y estilos de apego: Patrones de interacción en parejas que residen en Puerto Rico” constituye el requisito final para la obtención del grado de PhD en Psicología.

Entiendo completamente que los datos a los cuales tendré acceso (videos y transcripciones de las entrevistas cualitativas) son parte total y exclusiva de la disertación doctoral de Marileen Z. Maldonado, y que no podré hacer uso de estos para proyectos posteriores, ejercicios de clase o cualquier otro propósito. Me comprometo a manejar dicho material de manera responsable, cuidadosa y confidencial, respondiendo a los estándares éticos que exige la institución (UPR-RP) y el Comité Institucional para la Protección de los Sujetos Humanos en la Investigación (CIPSHI).

Asimismo, me comprometo a cumplir con lo siguiente: 1) proteger la confidencialidad de los/as participantes (no divulgando la información de las entrevistas, nombres o cualquier información identificatoria a terceros), 2) devolver todos los materiales que se me hayan entregado, y 3) borrar cualquier material que haya sido grabado en mis dispositivos para la realización del análisis de contenido.

Firma del acuerdo de confidencialidad

Al firmar este documento usted entiende que sus dudas en torno al proyecto de investigación antes descrito han sido aclaradas de manera satisfactoria y que desea participar de forma voluntaria como juez/jueza en el mismo.

Usted debe guardar copia de este acuerdo que le será entregado por la investigadora, por si desea comunicar dudas o inquietudes que surjan en el futuro.

Nombre del juez/jueza	Firma	Fecha
-----------------------	-------	-------

Discutí el contenido del acuerdo de confidencialidad con el arriba firmante, y mediante la firma en esta hoja, el/la juez o jueza confirma que ha recibido copia de este acuerdo.

Nombre de la investigadora	Firma	Fecha
Estudiante doctoral		

Apéndice H

Afiche de Reclutamiento



Le invitamos a participar de la investigación:

“MODELOS INTERNOS Y ESTILOS DE APEGO: PATRONES DE INTERACCIÓN EN PAREJAS QUE RESIDEN EN PUERTO RICO”

- Ser mayor de 21 años
- Llevar 1 año o más en una relación de pareja en convivencia activa y presencial
- Entender y hablar el idioma español
- Residir en Puerto Rico

* Se otorgará incentivo de \$40.00

Para más información y para participar comunícate con la investigadora principal (Marileen Z. Maldonado Peña) a la siguiente información:

 787-586-0238

 marileen.maldonado@upr.edu

Esta investigación está adscrita el Departamento de Psicología de la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras.



UPR-PP
Protocolo #1920-009

Apéndice I

Autorización del Protocolo Sometido al CIPSHI

Universidad de
Puerto Rico

COMITÉ INSTITUCIONAL PARA LA PROTECCIÓN DE LOS SERES HUMANOS
EN LA INVESTIGACIÓN (CIPSHI)
IRB 00000944
cipshi.degi@upr.edu ~ http://graduados.uprrp.edu/cipshi

AUTORIZACIÓN DEL PROTOCOLO

Número del protocolo: 1920-009

Título del protocolo: Modelos internos y estilos de apego: Patrones de interacción en parejas que residen en Puerto Rico

Investigador: Marileen Zoé Maldonado Peñ

Tipo de revisión: Inicial Renovación Modificación

Evaluación: Comité en pleno
 Revisión expedita:
Categoría(s) expedita 45 CFR §46.110: **6 y 7**

Fecha de la autorización: 8 de octubre de 2019



Recinto de
Río Piedras

Cualquier modificación posterior a esta autorización requerirá la consideración y reautorización del CIPSHI. Además, debe notificar cualquier incidente adverso o no anticipado que implique a los sujetos o participantes. Al finalizar la investigación, envíe el formulario de Notificación de Terminación de Protocolo.

Margarita R. Moscoso Álvarez, Ph.D.
Presidenta del CIPSHI o
representante autorizado

Decanato de
Estudios Graduados
e Investigación

18 Ave. Universidad STE 1801
San Juan PR 00925-2512

787-764-0000
Ext. 86700
Fax 787-763-6011

Página electrónica:
<http://graduados.uprrp.edu>

Apéndice J

Guía de Categorías para el Análisis de Contenido entre Jueces y Juezas

Título: “Modelos internos y estilos de apego: Patrones de interacción en parejas que residen en Puerto Rico”	
Tipo de entrevista: Entrevista en pareja	
Número de entrevista: 003	
Análisis de contenido entre jueces	
Nombre del juez inicial:	
Nombre del juez secundario:	
Nombre del juez secundario:	
Nombre del juez anotador:	
Investigadora principal:	Marileen Z. Maldonado Peña
Fecha de actualización de la guía de categorías:	
Resumen de categorías emergentes recomendadas por los jueces:	
Otros comentarios, sugerencias y acuerdos alcanzados entre los jueces:	

Análisis de contenido de entrevista de historial de apego

Instrucciones: Utilice la guía de categorías provista para identificar el estilo de apego (EA), el modelo interno (MI), el patrón de interacción (PI), u otra categoría en cada fragmento de quince (15) minutos del vídeo analizado.

En las tablas presentadas, escriba el minuto exacto en que observa y registra en la grabación de vídeo indicadores (ej. conductas, gestos, contacto físico, interacciones u otros elementos) que le ayuden a identificar el estilo de apego, el modelo interno de apego, o el patrón de interacción de los integrantes de la pareja. Además, utilice el material de la entrevista transcrita para seleccionar cualquier *verbatim* que le ayudó a categorizar. En el margen de la transcripción, deberá colocar el nombre o código de la categoría provista en esta versión de la guía al lado del *verbatim* (Ej. a.1, b.2).

En total cinco (5) jueces analizarán cada entrevista. Para que haya acuerdo en las categorizaciones, deberá haber consenso entre al menos tres (3) de los jueces. De haber discrepancia entre los jueces, deberá realizarse una discusión para lograr una negociación o consenso acerca de la categoría asignada al segmento de entrevista analizado. Además, se podrá negociar o acordar la creación de nuevas categorías.

**Registro de observaciones de la pareja por intervalo de 15 minutos
Identificación de EA, MI, PI, verbatims y conductas**

Observaciones Primera Hora			
15 minutos	15 minutos	15 minutos	15 minutos
Especificar la presencia de EA, MI, PI, minuto en video, conducta o verbatim	Especificar la presencia de EA, MI, PI, minuto en video, conducta o verbatim	Especificar la presencia de EA, MI, PI, minuto en video, conducta o verbatim	Especificar la presencia de EA, MI, PI, minuto en video, conducta o verbatim

Observaciones Primera Hora			
15 minutos	15 minutos	15 minutos	15 minutos
Especificar la presencia de EA, MI, PI, minuto en video, conducta o verbatim	Especificar la presencia de EA, MI, PI, minuto en video, conducta o verbatim	Especificar la presencia de EA, MI, PI, minuto en video, conducta o verbatim	Especificar la presencia de EA, MI, PI, minuto en video, conducta o verbatim

Observaciones Segunda Hora			
15 minutos	15 minutos	15 minutos	15 minutos
Especificar la presencia de EA, MI, PI, minuto en video, conducta o verbatim	Especificar la presencia de EA, MI, PI, minuto en video, conducta o verbatim	Especificar la presencia de EA, MI, PI, minuto en video, conducta o verbatim	Especificar la presencia de EA, MI, PI, minuto en video, conducta o verbatim

Observaciones Segunda Hora			
15 minutos	15 minutos	15 minutos	15 minutos
Especificar la presencia de EA, MI, PI, minuto en video, conducta o verbatim	Especificar la presencia de EA, MI, PI, minuto en video, conducta o verbatim	Especificar la presencia de EA, MI, PI, minuto en video, conducta o verbatim	Especificar la presencia de EA, MI, PI, minuto en video, conducta o verbatim

Guía de categorías para jueces

A. CATEGORÍAS ASOCIADAS MODELOS INTERNOS DE APEGO

- 1. Modelo interno de apego seguro (0-12 años)-** Verbalizaciones donde los participantes entrevistados describen interacciones durante la infancia y niñez con figuras de apego (madre, padre u otro cuidador) de quienes recibieron claramente señales de disposición para ser calmados y protegidos ante amenazas, generándose así en ellos un profundo sentido de confianza y seguridad. Asimismo, los participantes entrevistados se expresan con certeza acerca del acompañamiento y responsividad de sus figuras de apego durante sus primeros años de vida (0 a 12 años).
 - 1.1 Base segura (0-12 años)-** Verbalizaciones donde los participantes entrevistados describan haber utilizado la comunicación verbal o no verbal con su madre, padre o cuidador para disminuir la ansiedad y lograr la exploración efectiva de ambientes nuevos (Ej. escuela, lugares de juego, etc.) durante su infancia y niñez (0 a 12 años).
- 2. Modelo interno de apego evitativo (0-12 años)-** Verbalizaciones donde los participantes entrevistados describan que durante su infancia y niñez (0 a 12 años) no expresaban abiertamente su angustia (Ej. no lloraban, ni solicitaban cercanía o consuelo para calmarse) al separarse de su madre, padre o cuidador. Contrario a esto, se mostraban inhibidos y preferían no comunicar su incomodidad o angustia. Además, pueden relatar experiencias con cuidadores que no se mostraban responsivos al afecto y que no les ofrecieron respuestas claras de seguridad y protección (Ej. “mi madre no era para nada cariñosa”, “yo no sabía lo que ella sentía porque no me decía nada”).
- 3. Modelo interno de apego ansioso (0 -12 años)-** Verbalizaciones donde los participantes entrevistados detallen que -durante su niñez o infancia (0 a 12 años)- sus figuras de apego (madre, padre o cuidador) no demostraban respuestas claras de afecto, seguridad y protección, por lo que sentían una marcada preocupación por la constancia y disponibilidad de la figura de apego. Además, pueden describir que tendían a llorar y a angustiarse más durante proceso de exploración de ambientes nuevos reflejando un marcado temor a ser abandonados (Ej. “siempre lloraba en la escuela porque pensaba que mami/papi no volvería”, “siempre que me dejaban cuidando lloraba demasiado”).
- 4. Modelo interno de apego desorganizado o irresuelto (0-12 años)-** Verbalizaciones donde los participantes entrevistados describan que presentaban comportamientos variados y contradictorios en sus interacciones con las figuras de apego (madre, padre o cuidador). En su descripción no se identifica una estrategia coherente de apego pues describen conductas cercanía y evitación simultáneamente (Ej. llorar mucho para que la madre lo cargara, pero a la vez incomodarse y resistirse al ser cargado). Al mismo tiempo, los entrevistados podrían indicar que su figura de apego (madre, padre o

cuidador) presentaba conductas maltratantes, negligentes, erráticas e impredecibles por algún problema de salud mental (Ej. bipolaridad).

5. **Negligencia (0-12 años)**- Verbalizaciones donde los participantes entrevistados detallen experiencias en las que describan que sus figuras de apego (madre, padre o cuidador) estuvieron físicamente presentes, pero demostraron apatía, dejadez o evidentes omisiones en los asuntos asociados al cuidado requerido para su sobrevivencia, seguridad y protección (Ej. descuidos en higiene, alimentación, cuidado médico, educación, etc.).
6. **Abandono (0-12 años)**- Verbalizaciones donde los entrevistados detallen haber experimentado rechazo o desamparo por parte de sus figuras de apego (madre, padre, cuidador). Los entrevistados pueden describir que el cuidado que recibían por parte de la figura de apego se interrumpió debido a situaciones tales como las siguientes: abandono del hogar, divorcio o separación, u otras razones que desembocaron en un corte abrupto en la relación de apego. Los participantes entrevistados pueden describir que no hubo diálogos de cierre, conclusión o despedida con la figura de apego.
7. **Maltrato durante la infancia, niñez o adolescencia (0 a 20 años)**- Verbalizaciones donde los participantes entrevistados describan haber experimentado acciones continuas y sistemáticas -por parte de sus cuidadores- que minaron su estabilidad emocional o física. Los entrevistados pueden describir acciones tales como las siguientes: agresiones físicas, humillaciones, menosprecios, manipulaciones, sometimiento de su voluntad, coerción, entre otras.
8. **Ausencia de una relación de apego con la madre (0-12 años)**- Verbalizaciones donde los participantes entrevistados detallen que carecieron de los cuidados básicos (Ej. nutrición, aseo, vestimenta, etc.), demostraciones de afecto (arrullar, calmar, cantar, abrazar, etc.) y presencia psicológica por parte de su madre biológica.
9. **Ausencia de una relación de apego con el padre (0-12 años)**- Verbalizaciones donde los participantes entrevistados detallen que carecieron de los cuidados biológicos (Ej. nutrición, aseo, vestimenta, etc.), demostraciones de afecto (Ej. arrullar, calmar, cantar, abrazar, etc.) y presencia psicológica por parte de su padre biológico.
10. **Existencia de una relación apego con otro cuidador (0-12 años)**- Verbalizaciones donde los participantes entrevistados detallen que durante su infancia y niñez recibieron cuidados básicos y presencia psicológica por parte de otras personas que no eran sus progenitores (Ej. abuelos, hermanos, tías, etc.) lo que les permitió su sobrevivencia, así como el desarrollo del sentido de seguridad y protección.
11. **Experiencias de separación durante la niñez (0-12 años)**- Verbalizaciones donde los participantes entrevistados detallen eventos significativos en su niñez que implicaron la interrupción en la interacción física y emocional con las figuras de apego (Ej. separación por compromisos de trabajo, enfermedad o tratamiento de salud, divorcio de los padres o cuidadores, conflictos familiares, entre otras razones).

- 12. Experiencias de reunión durante la niñez (0-12 años)-** Verbalizaciones donde los participantes describan eventos -ocurridos durante su niñez- de reencuentro o reunificación posteriores a un periodo de interrupción en la interacción física y emocional con la madre, padre o figura de apego.
- 13. Experiencias de separación durante la adolescencia (12 a 20 años)-** Verbalizaciones donde los participantes entrevistados detallen eventos significativos -ocurridos durante su adolescencia- de interrupción en la interacción física y emocional con la madre, padre o figura de apego (Ej. separación por compromisos de trabajo, enfermedad o tratamiento de salud, divorcio, conflictos familiares, etc.).
- 14. Experiencias de reunión durante la adolescencia (12 a 20 años)-** Verbalizaciones donde los participantes entrevistados describan eventos significativos-ocurridos durante su adolescencia- de reencuentro o reunificación posteriores a un periodo interrupción en la interacción física y emocional con la madre, padre u otra figura de apego.
- 15. Idealización de figuras parentales-** Verbalizaciones donde los participantes entrevistados llevan a la perfección, engrandecen o exaltan las cualidades de valor de sus figuras de apego (padre, madre u otro cuidador/a). En sus descripciones solamente reconocen sus capacidades, fortalezas y atributos, mas no identifican defectos o fallas en estos.

B. CATEGORÍAS ASOCIADAS A LOS ESTILOS DE APEGO

- 1. Estilo de apego seguro en la adultez (21 años en adelante)-** Verbalizaciones donde los participantes entrevistados describan interacciones con su pareja en las que expresan abiertamente sus emociones (Ej. temores, vulnerabilidades, alegrías, etc.) experimentan aceptación, confianza, apoyo, empatía e intimidad (emocional y sexual), así como gran apertura para el manejo de conflictos.
 - 1.1 Regulación fisiológica (21 años en adelante)-** Verbalizaciones donde los participantes entrevistados explican que las interacciones (diálogos, acompañamiento, toques, caricias, etc.) con su pareja en la adultez les producen respuestas neurofisiológicas tales como la modulación de la presión arterial, la respiración, disminución de tensión corporal, entre otras reacciones que generan un estado homeostático placentero y satisfactorio para su organismo.
 - 1.2 Regulación emocional (21 años en adelante)-** Verbalizaciones donde los participantes entrevistados describan que el contacto y la cercanía -física y emocional- con su pareja les permite lidiar con las emociones surgidas (Ej. miedo, ansiedad, frustración, tristeza, estrés, etc.) ante situaciones que considere como incómodas, conflictivas o peligrosas. Los participantes entrevistados pueden

mencionar que el contacto físico y el apoyo emocional recibido por parte de su pareja, les permite modificar el modo en que experimentan y expresan sus emociones logrando así mayor tranquilidad.

- 1.3 Sexualidad segura (21 años en adelante)-** Verbalizaciones donde los participantes entrevistados refieren que mantienen actividad sexual con su pareja en la adultez bajo una frecuencia y calidad que resulta placentera para ambos integrantes de la díada (Ej. toques, masajes, caricias, sexo mediante penetración, sexo oral, masturbación mutua, etc.). Los entrevistados pueden describir además que mantienen una comunicación sexual abierta expresando sus gustos, intereses, nivel de complacencia, etc.
 - 1.4 Bienestar general (21 años en adelante)-** Verbalizaciones donde los participantes entrevistados describan que las interacciones con su pareja en la adultez generan un *estado habitual y global* de satisfacción en las dimensiones concernientes a su salud física, mental y social. Estos pueden detallar que su relación de pareja impacta aspectos de su vida tales como los siguientes: sus relaciones afectivas (Ej. mejores relaciones con familiares, amistades, compañeros de trabajo), adopción de estilos de vida dirigidos a una mejor salud física (Ej. reducir consumo excesivo de alcohol o nicotina, asistir a citas médicas, etc.).
 - 1.5 Bienestar mental (21 años en adelante)-** Verbalizaciones donde los participantes entrevistados indiquen que las interacciones con su pareja en la adultez les dirigen a lo siguiente: mejor afrontamiento del estrés, mayor capacidad de tolerancia a diferentes puntos de vista, mayor asertividad, mayor regulación emocional, mayor capacidad para discernir sus emociones y ser empático con los demás. Los entrevistados pueden indicar que desde que iniciaron su relación de pareja han logrado una mejoría *general* en la forma en que experimentan y comunican sus emociones.
 - 1.6 Estabilidad económica (21 años en adelante)-** Verbalizaciones donde los participantes entrevistados refieren que la unión con su pareja en la adultez les ha permitido lograr mayor seguridad financiera para la cobertura de las necesidades básicas (Ej. nutrición, salud, educación y vivienda) para su sobrevivencia y la de los miembros de su sistema familiar.
- 2. Estilo de apego evitativo en la adultez (21 años en adelante)-** Verbalizaciones donde los participantes entrevistados describan que sus interacciones en la relación de pareja en la adultez se caracterizan por el miedo a la intimidad emocional e incluso física. Además, se describen a sí mismos como sumamente independientes y autosuficientes limitando significativamente su capacidad para conectarse emocionalmente ya que les produce incomodidad. Al mismo tiempo, pueden expresar sentir que se les solicita más afecto del que son capaces de proveer.

- 2.1 Estrategia represiva (21 años en adelante)-** Verbalizaciones donde los participantes entrevistados describen eventos o situaciones que reflejen una falta de voluntad para enfrentar problemas y temáticas que les resultan incómodas centrándose únicamente en los aspectos y afectos positivos o agradables de la relación de pareja en la adultez (Ej. “no hablamos de sexo, porque nos enfocamos en lo bueno y no tenemos problemas graves”).
- 3. Estilo de apego ansioso en la adultez (21 años en adelante)-** Verbalizaciones donde los participantes entrevistados describen que sus interacciones en la relación de pareja en la adultez se caracterizan por un insistente deseo de cercanía y reciprocidad. Asimismo, realizan reclamos (Ej. exigir aumentar el tiempo compartido, insistir en la resolución inmediata de un conflicto), y demuestran una marcada necesidad de fusión con su pareja. Además, describen sentir un marcado temor a ser abandonados, y consideran que su pareja se muestra reacio ante su constante deseo de cercanía.
- 4. Estilo de apego desorganizado o irresuelto (21 años en adelante)-** Verbalizaciones donde los participantes entrevistados describan interacciones que reflejan la ausencia de una estrategia de apego coherente (seguro, evitativo o ansioso) en su relación de pareja en la adultez, presentando conductas simultáneas de cercanía y evitación. Los entrevistados pueden describir gran confusión y variabilidad en sus interacciones (Ej. en ciertos momentos solicitar cercanía a su pareja para calmar su angustia, pero mostrarse evasivo y distante cuando recibe dicho apoyo).
- 5. Atribución de culpa (21 años en adelante)-** Verbalizaciones donde los participantes entrevistados ofrezcan explicaciones causales dirigidas a identificar al responsable de la falta, conflicto o error ocurrido en la relación de pareja (Ej. “reacciono así porque ella me provoca”, “reacciona así porque yo lo provoqué”).
- 6. Atribución pesimista (21 años en adelante)-** Verbalizaciones donde los participantes entrevistados ofrezcan explicaciones causales acerca de las malas o nocivas intenciones y cualidades de su pareja (Ej. “me trata así porque es un egoísta y siempre busca herirme”).
- 7. Estilo de defensa precavido-** Verbalizaciones donde los participantes entrevistados describan que las interacciones con su pareja están caracterizadas por un marcado cuidado o cautela mediante el que pretenden protegerse (ej. disimular el interés inicial, no abrirse mucho emocionalmente para evitar el sufrimiento, etc.).

C. CATEGORÍAS ASOCIADAS A LAS MOVIDAS Y PATRONES DE INTERACCIÓN EN LA RELACIÓN DE PAREJA

- 1. Conflicto-** Gestos o verbalizaciones donde los participantes entrevistados describan alguna situación o problema acerca del que ambos integrantes de la díada mantienen percepciones, puntos de vista u opiniones diferentes o contrarias. Además, pueden detallar que esto se manifiesta mediante discusiones, distanciamientos (físicos o

emocionales), culpabilización, críticas, problemas en la comunicación, entre otras conductas que aluden a estas opiniones contrarias.

2. **Búsqueda de cercanía (21 años en adelante)**- Gestos o verbalizaciones mediante las que los participantes demuestren o describan acciones tomadas para alcanzar mayor intimidad emocional o física para fortalecer el vínculo en pareja (Ej. mayor contacto físico, planificar una cita, compartir un pasatiempo, etc.).
3. **Distanciamiento o retirada (21 años en adelante)**- Gestos o verbalizaciones donde los participantes entrevistados demuestren o describan acciones mediante las que evaden o limitan la intimidad emocional o física en su relación de pareja. Los entrevistados pueden realizar acciones de rechazo o expresar sentirse incómodos ante los intentos de cercanía por parte de su pareja.
4. **Perseguir (21 años en adelante)**- Gestos o verbalizaciones mediante las que los participantes entrevistados demuestren o describan una marcada necesidad de fusión o cercanía -física o emocional- con su pareja. Por ejemplo, pueden detallar acciones tomadas que reflejen insistencia (Ej. numerosas llamadas o mensajes a la pareja, aparecerse en su lugar de trabajo, entre otras).
5. **Reconciliación (21 años en adelante)**-Verbalizaciones donde los participantes entrevistados describan las acciones dirigidas a retomar la comunicación y cercanía tras un evento o conflicto que produjo distanciamiento emocional e incluso físico entre los miembros de la díada. Los participantes pueden detallar la evolución en las interacciones con su pareja hasta culminar con el restablecimiento del nivel de cercanía típicamente manifiesto en la relación.
6. **Patrón de interacción perseguir-retirar en la relación de pareja (21 años en adelante)**- Gestos o verbalizaciones donde los participantes entrevistados describan o actúen ciclos de interacción donde uno de los integrantes de la pareja demanda más cercanía, mientras que el otro se aleja para evitar atender el conflicto o las necesidades afectivas de su pareja. Bajo este ciclo, el miembro ansioso en la díada suele ser el que persiste en la búsqueda de cercanía, mientras que el miembro el evitativo persiste en el distanciamiento emocional e incluso físico.
7. **Patrón de interacción de retirada-retirada en la relación de pareja (21 años en adelante)**- Gestos o verbalizaciones donde los participantes entrevistados describan o actúen ciclos de interacción en los que ambos miembros de la díada se encuentran emocionalmente cansados, por lo que se retiran o se distancian (emocionalmente e incluso físicamente). Este patrón de interacción frecuentemente se desarrolla a partir patrón del patrón *perseguir-retirar* en el que un miembro de la díada se muestra cansado de suplicar afecto, por lo que se distancia emocionalmente dirigiéndose al desapego.

8. **Patrón de interacción atacar-atacar en la relación de pareja (21 años en adelante)-** Gestos o verbalizaciones donde los participantes entrevistados describan o actúen ciclos de interacción que se caracterizan por una marcada crítica entre los miembros de la díada. Asimismo, pueden detallar diálogos, discusiones e interacciones centradas en la culpabilización (o “encontrar al malo” en la relación) destacando insistentemente quién comete más errores, quién es más desagradable o malintencionado.
9. **Patrones de interacción desorganizados en la relación de pareja (21 años en adelante)-** Gestos o verbalizaciones donde los participantes entrevistados describan o actúen ciclos de interacción fluctuantes o contradictorios en su relación de pareja. Por ejemplo, un miembro de una díada puede exigir cercanía, pero cuando su pareja se la ofrece, puede tornarse defensivo y solicitar distancia. Los participantes pueden describir y reflejar gran frustración ante estas interacciones. Además, pueden detallar historial de experiencias traumáticas en sus relaciones con figuras de apego o con parejas en el pasado.
10. **Protesta-** Gestos o verbalizaciones donde los participantes entrevistados describan o actúen ciclos de interacción en los que se exponga una queja, punto de vista o un argumento acerca de una situación, evento, asunto, etc. que consideró inaceptable o injusto. La protesta suele caracterizarse por la presentación de un reclamo mediante emociones tales como ira, coraje, indignación, frustración, entre otras.

D. OTRAS CATEGORÍAS EMERGENTES

1. **Sexualidad _____** (indique el estilo de sexualidad ansiosa, evitativa, desorganizada, u otra categoría según su análisis)- Verbalizaciones donde los participantes entrevistados pueden describir otras situaciones que no necesariamente aluden a una sexualidad segura. Por ejemplo, pueden indicar utilizar la actividad sexual para evadir hablar de los conflictos con su pareja, para expresar la frustración y el coraje que sienten con su pareja, entre otras.
2. **Maltrato en relación de pareja previa-** Verbalizaciones donde los participantes entrevistados describan haber experimentado acciones continuas y sistemáticas -por parte de una pareja previa- que minaron su estabilidad emocional o física. Los entrevistados pueden describir acciones tales como las siguientes: agresiones físicas, humillaciones, menosprecios, manipulaciones, sometimiento de su voluntad, coerción, entre otras.
3. **Experiencia traumática-** Verbalizaciones donde los participantes entrevistados detallen eventos con figuras de apego (madre, padre, cuidador o *pareja*) que produjeron un estado emocional negativo persistente (Ej. angustia, tristeza, ira, frustración, ansiedad, miedo, culpa, vergüenza, etc.) que les ha dirigido a concebir el resto de sus relaciones como inseguras. Los entrevistados pueden además detallar experiencias de evitación o re-experimentación al encontrarse en interacciones que despierten recuerdos asociados a

estos eventos (Ej. “cuando discutimos siento miedo, y recuerdo cuando mi papá me pegaba”).

4. **Otros mecanismos de regulación emocional-** Verbalizaciones donde los participantes entrevistados describan las actividades que realizan para lidiar con las emociones surgidas (Ej. miedo, ansiedad, tristeza, etc.) ante situaciones que considere como incómodas, conflictivas o peligrosas. Los participantes entrevistados pueden mencionar que este tipo de actividad (Ej. consumo de alcohol, juegos de vídeo, uso de la tecnología, lectura, arte, actividad física, etc.) les permite modificar el modo en que experimentan y expresan tales emociones logrando así mayor tranquilidad.
5. **Metáfora de estilo de apego _____ (indique el estilo de apego que según su análisis)-** Verbalizaciones en las que los participantes entrevistados utilicen alguna imagen que les permita ilustrar, representar o describir su experiencia emocional en la relación de pareja.
 - 5.1 **Metáfora de estilo de apego-** Verbalizaciones donde los participantes entrevistados mencionen imágenes que ayuden a representar e ilustrar el modo en que caracterizan la experiencia emocional e interacciones con su pareja. (Ej. “él siempre es un témpano de hielo” para ilustrar la evitación, “todo es una tormenta en la relación” para ilustrar el apego desorganizado, “él es un libro abierto conmigo” para ilustrar la confianza característica del apego seguro).
 - 5.2 **Metáfora del conflicto-** Verbalizaciones donde los participantes entrevistados mencionen imágenes que ayuden a representar o ilustrar el momento en que ocurre alguna discusión o problema acerca del que ambos integrantes de la díada mantienen percepciones, puntos de vista u opiniones contrarias (Ej. “hubo un choque de trenes”, “ahí explotó la bomba”, etc.).
6. **Pérdida tipo I-** Verbalizaciones donde los participantes entrevistados describan haber atravesado la interrupción en las interacciones físicas con la figura de apego, pero detallan haber preservado la presencia psicológica de esta persona. Algunos ejemplos pueden ser las pérdidas o separaciones por las siguientes causas: divorcio, emigración, desastres naturales, guerras u otras situaciones en las que no había certeza de que la figura de apego regresaría.
7. **Pérdida tipo II-** Verbalizaciones donde los participantes entrevistados describan haber contado con la presencia física, pero ausencia cognitiva o emocional de la figura de apego. Algunos ejemplos pueden ser los siguientes: adicción, depresión, Alzheimer u otras demencias, lesión cerebral traumática, u otras enfermedades mentales o físicas que hayan limitado la presencia psicológica de la figura de apego.
8. **Experiencias de separación durante la adultez (21 años en adelante)-** Verbalizaciones donde los participantes entrevistados detallan eventos significativos -ocurridos durante se

adultez- de interrupción en la interacción física y emocional con la madre, padre, pareja u otra figura apego (Ej. separación por compromisos de trabajo, enfermedades o tratamiento de salud, divorcio, conflictos familiares, etc.).

9. Experiencias de reunión durante la adultez (21 años en adelante)- Verbalizaciones donde los participantes describan eventos significativos -ocurridos en su adultez- de reencuentro o reunificación posteriores a un periodo interrupción en la interacción física y emocional con la madre, padre, pareja u otra figura de apego.

10. Aspectos culturales- Verbalizaciones donde los participantes entrevistados describan acciones o interacciones que respondan al conjunto de normas o reglas que rigen la sociedad (ej. vestirse de determinada manera, seguir ciertos hábitos o costumbres, expresarse de cierta forma, etc.).

10.1 Socialización de género- Verbalizaciones donde los participantes entrevistados detallen acciones e interacciones que respondan a las creencias sociales predominantes, normas culturales y expectativas de lo que debe ser o hacer un hombre o una mujer (Ej. los hombres no lloran o expresan emociones, las mujeres son las que deben atraer a los hombres, etc.).

11. Rasgos de ansiedad- Verbalizaciones donde los participantes entrevistados detallen acciones o interacciones en las que describan respuestas caracterizadas por la tensión psicológica o fisiológica (ej. marcada anticipación, concebir los eventos futuros como peligrosos, tensión muscular, etc.).

12. Verbalización memorable- Verbalizaciones que se utilizarán como citas directas para ejemplificar las diversas temáticas concernientes al apego, los patrones de interacción, su experiencia emocional u otro tema concerniente a la relación de pareja que se desee destacar.

13. Factores ambientales- Verbalizaciones donde los participantes entrevistados mencionen o describan situaciones o problemas *externos* a ellos que afectan o limitan su capacidad para conectare emocionalmente en la relación de pareja. Los participantes pueden detallar que estos factores impactan aspectos tales como las emociones experimentadas, la calidad o la cantidad del tiempo compartido en pareja.

13.1 Estresores psicosociales- Verbalizaciones donde los participantes entrevistados detallen que aspectos del contexto social, tales como las condiciones laborales (ej. el ritmo de trabajo, el sueldo insuficiente o el trato en el entorno laboral) la convivencia en su comunidad (ej. violencia), la situación política del país, entre otros aspectos del contexto social que afectan o limitan su capacidad para conectarse emocionalmente como pareja.

14. Ofertas de conexión a través de la tecnología- Verbalizaciones donde los participantes entrevistados describan interacciones dirigidas a retomar la comunicación o el nivel de cercanía con su pareja, a través del envío de contenidos mediados por el uso de la tecnología (ej. memes, chistes, imágenes, noticias, etc.).