

UNIVERSIDAD CATÓLICA  
DE SANTIAGO DEL ESTERO  
República Argentina

# NUEVAS PROPUESTAS

ISSN 2683-8044

XXXIX VOL. NRO. 53 - EDICIONES UCSE 2019

Revista incluida en Catálogo Latindex v1.0

# Características del vínculo de apego en la vida adulta

Autoras: Vanina Santori Jiménez, Debora Schoj, Selene Iribas.  
*Académicas de la UCSE-DAR*

---

## Resumen

Bowlby (1980), Weiss (1982) definen el apego adulto como «las relaciones en las que se busca o mantiene la proximidad de otro preferido o especial para alcanzar seguridad». Conocer sobre el tipo de vínculo es importante, en períodos de crisis vitales, para determinar una correcta adaptación y en cómo construye el vínculo con sus hijos. Nos preguntamos cuáles son sus características en adultos de entre 18 y 65 años de ambos sexos. Para ello se utilizó una entrevista semiestructurada. El muestreo fue no probabilístico intencional, se seleccionó a 10 individuos de la UCSE. La investigación nos ha revelado cómo las personas en su propio desarrollo, van modificando los vínculos aunque la funciones del apego se sostienen en momentos de cambios. Esos vínculos complementarios, van volviéndose recíprocos e incluso se van intercalando con momentos de complementariedad. Vimos cómo se sostienen los vínculos primarios más allá del tiempo, y cómo si bien en un primer momento de la vida, sólo se contaba con esos cuidadores, ahora los adultos mismos, se ven a sí mismos en un rol opuesto. Se observa, entonces, cómo se ha internalizado esa cuota de seguridad y protección que proporciona el vínculo.

**Palabras clave:** Desarrollo, apego, apego adulto, características del apego adulto, psicología del desarrollo.

## Abstrac

Bowlby (1980), Weiss (1982) define adult attachment as « relationships in which the proximity of a preferred or special one is sought or maintained in order to achieve security ». Knowing about the type of bond is important, in periods of vital crisis, to determine a correct adaptation and how to build the bond with your children. We ask what are their characteristics in adults between 18 and 65 years of both sexes. For this, a semi-structured interview was used. The sampling was intentional non-probabilistic, 10 individuals of the UCSE were selected. Research has revealed to us how people in their own development are modifying the bonds although the functions of attachment are sustained in times of change. These complementary links become reciprocal and are even interspersed with

moments of complementarity. We saw how primary bonds are sustained beyond time, and how, although in a first moment of life, only those caregivers were counted, now adults themselves see themselves in an opposite role. It is observed, then, how the share of security and protection provided by the link has been internalized.

**Keywords:** Development, attachment, adult attachment, characteristics of adult attachment, development psychology.

## **Introducción**

Bowlby (1980), Weiss (1982) definen el apego adulto como “las relaciones en las que se busca o mantiene la proximidad de otro preferido o especial para alcanzar una sensación de seguridad”. Los elementos comportamentales son similares a los observados en la infancia. El adulto muestra un deseo hacia la proximidad de figuras de apego en situaciones de malestar, siente bienestar ante la presencia de esa figura, ansiedad si es inaccesible y desconsuelo ante su pérdida. (Simpson, Steven Rholes, 1998).

Existe una continuidad en el aporte de seguridad y protección desde la infancia hasta la vida adulta, aunque, los mecanismos para llevar adelante esta función, varían y se desarrollan con la madurez. Conocer sobre el tipo de vínculo de apego adulto es importante, en especial en períodos de crisis vitales, a la hora de determinar una correcta adaptación del adulto y en el modo en que construye el vínculo con sus hijos.

Por ello, es que en los siguientes capítulos daremos cuenta de las características que va adoptando el vínculo de apego adulto, a través del análisis de las entrevistas que se realizaron. Pretendemos además, ver su desarrollo a lo largo del tiempo, cómo va cambiando su forma,

modificando sus características y diferenciándose así, del apego propio de las etapas tempranas de la vida.

## **Aspectos Metodológicos**

### **El problema de investigación**

Si se tiene en cuenta la importancia del vínculo de apego en el desarrollo integral de la vida del niño, cabe preguntarse cuáles son las características del mismo en otras etapas de la vida, en particular en la adultez. Ésta cuestión nos ha llevado a buscar información sobre el tema y nos encontramos con pocas investigaciones sobre el apego en la vida adulta. Este motivo, nos estimuló a la realización de una investigación en esta área, con el objetivo de ampliar y profundizar el conocimiento sobre las particularidades que presenta el vínculo de apego en la adultez. Nos preguntamos ¿Cuáles son las características del vínculo de apego en adultos de entre 18 y 65 años de ambos sexos?

### **Objetivos del proyecto**

#### **Objetivos generales**

Describir el vínculo de apego en adultos de entre 18 y 65 años de ambos sexos, residentes en la ciudad de Rafaela provincia de Santa Fe.

## **Objetivos específicos**

Determinar conceptualmente las características del vínculo de Apego que se observa en la vida adulta.

Identificar el grupo etario a estudiar, dentro de la población de adultos de entre 18 y 65 años de la UCSE DAR.

Evidenciar la continuidad de la función del vínculo de apego en el desarrollo vital, en particular, en la edad adulta.

## **Enfoque metodológico**

### **Tipo de estudio**

El presente estudio se enmarca en el contexto de la investigación cualitativa, con un nivel descriptivo de abordaje a nuestro objeto de estudio, ya que se buscó especificar las características del vínculo de apego en la adultez. La descripción de las características representativas del vínculo de apego en adultos de entre 18 y 65 años, tiene carácter de transversal, dado que la exploración y descripción de este vínculo de apego, se realizará en una sola instancia de tiempo, espacio y observación.

*Técnicas, instrumentos y procedimientos para el relevamiento, procesamiento y análisis de la información.*

Para llevar a cabo la investigación se utilizó una entrevista semiestructurada partiendo de un guión en el cual señalamos los temas centrales de la temática de nuestro estudio (Yuni, Urbano 2006). En el desarrollo de la entrevista semiestructurada, se plantearon los interrogantes que favorecen la descripción del vínculo de apego en la vida adulta, permitiéndose que se formulen preguntas no

previstas pero pertinentes para abordar en profundidad la temática.

Inicialmente se realizó una prueba piloto y en función de los datos obtenidos y del análisis realizado se consideró necesario realizar modificaciones en algunos de los ejes planteados.

El muestreo es no probabilístico intencional, es decir, se seleccionó directa e intencionalmente a los individuos de la población a estudiar. Se aplicó la entrevista semiestructurada a 10 adultos de entre 18 y 65 años de la comunidad educativa de UCSE DAR. Las unidades de análisis conforme a los objetivos de investigación planteados y el universo identificado (considerado como unidad de muestreo), lo constituyeron cada adulto de entre 18 y 65 años insertos en la comunidad educativa de UCSE DAR. Las Unidades de registro consideradas dentro de cada unidad de muestreo, son el contenido textual emergente de las respuestas de cada entrevista, constituyendo un primer nivel de categorización.

Para estructurar el contenido textual de las entrevistas, se emplearon indicadores que expresan las características del apego o le dan sentido conforme el marco teórico y problema construido. Las categorías interpretativas del objeto de investigación planteado, fueron básicamente las que se construyeron a partir del marco teórico referencial y el problema de investigación formulado.

Luego de la realización de las entrevistas se procedió al análisis de las categorías fijadas a priori, surgidas de la revisión bibliográfica realizada con anterioridad.

Algunas de estas categorías, se han leído de manera vertical, pero dada la complejidad de otras, la lectura fue horizontal, debiendo relacionar algunas categorías prefijadas para dar tal fin.

Se analizó la categoría: propensión de los seres humanos a formar fuertes lazos afectivos con personas determinadas, ya que la teoría del apego parte de esta premisa (Bowlby, 1989). De esta categoría que fue fijada a priori hemos desglosado otras que tiene que ver con el identificar quienes son esa «personas determinadas» con las que los seres humano tenemos propensión a formar estos fuertes lazos afectivos. Las categorías que han surgido de este análisis más específico son: Amigos, Familia actual (hijos, pareja), Familia de origen (padres, abuelos, hermanos, tíos).

La categoría que predomina es «padres», esta categoría incluye tanto a ambos como a aquellas respuestas en las que se cita a uno de ellos. Es significativo que la mayoría de las respuestas en las que nombran sólo a unos de los progenitores refieren a la madre.

*«Mi mamá. . . ella fue siempre como la líder (. . .) mantengo más relación con mi mamá».* (E3)

*«Mi mamá era mucho más cercana. Son personas que tuvieron una presencia fuerte y como personas que definieron cosas en mi vida, ayudaron a esclarecer otras.»*(Los padres). (E6)

Las categorías «Hijos» y «Pareja» son elegidas con frecuencia por varios de los sujetos entrevistados.

(Pareja) *«Es la persona que está al lado*

*para, hasta el momento, para continuar haciendo (. . .) Es el compañero que por el momento está.»* (E9)

Otras de las categorías analizadas fue «Conducta instintiva, activada y modulada en la interacción con otros significativos a lo largo del tiempo». Bowlby (1969) considera el apego entre madre e hijo como una conducta instintiva con un claro valor adaptativo. Teniendo en cuenta esto, no es posible pensar que el apego es una mecánica conducta instintiva que aparece siempre ante la presencia de un determinado estímulo o señal, si no que hace referencia a una serie de conductas diversas, cuya activación y desactivación, así como la intensidad y morfología de sus manifestaciones, va a depender de diversos factores individuales y contextuales y se va a sostener a lo largo del tiempo. De esta categoría hemos identificado a «los otros significativos a lo largo del tiempo», a aquellas figuras que en su interacción activan y modulan la conducta instintiva (apego). Las categorías que han surgido de este análisis más específico son: Amistad, Familia actual (hijos, pareja), Familia de origen (padres, madre, abuelos, abuela, hermanos). La categoría que predomina es «amistad».

*«Bueno, de la época de primaria que tenía amigos del barrio, esa relación después no continuó (. . .) Y después de la escuela secundaria yo tenía dos grandes amigos, uno ya falleció y el otro se fue después del secundario y no lo vi más con lo cual ahí terminó esa relación. Y ya en la universidad, de esa época tengo dos o tres muy amigos. Y después ya de grande un par de ami-*

*gos más que los hice aquí en la universidad. Y bueno ahí están los cuatro, cinco, seis que en este momento considero mis amigos, y algunas relaciones ya son de treinta años más o menos» (E2).*

«Un amigo que nos conocimos en primero de la secundaria y si bien él ahora está en santa Fe, aún seguimos viéndonos y en permanente relación» (E7)

La categoría «pareja» es elegida con frecuencia por varios de los sujetos entrevistados.

«Con mi marido hace muchísimos años que estamos casados, nos hemos casado de joven y ha habido cosas buenas y cosas malas que hemos pasado pero siempre tratado de construir, sobrellevar y tratando de construir sobre lo bueno, lo mejor que hay en una familia» (E9)

Basándose en la teoría de los sistemas de control, Bowlby (1969), planteó que la conducta instintiva no es una pauta fija de comportamiento que se reproduce siempre de la misma forma ante una determinada situación, sino un plan programado con corrección de objetivos en función de la retroalimentación, que se adapta, modificándose, a las condiciones ambientales. La categoría que hemos analizado fue «Sistema de control: mecanismo que adapta la conducta a la consecución de fines determinado por las necesidades del momento».

De esta categoría que fue fijada a priori hemos extraído otras que tiene que ver con el identificar cuáles son esas necesidades a las que la conducta debe adaptarse. Las categorías que han surgido de este análisis más específico son: frente

al desarrollo vital de otros, frente a situaciones cotidianas, frente al ciclo vital familiar. La categoría que predomina es frente a situaciones cotidianas.

«(Al momento de tomar una decisión importante y urgente tiene en cuenta) Más con mis amigas que son las que todavía tengo acá, sí, sí» (E1)

«Si, si, nosotros en este último tiempo aprendimos, con estos amigos, que cuando estas por hacer algo, contarlos y buscar como un apoyo, cada decisión que vas a tomar lo charlas». (E3)

La categoría frente al ciclo vital familiar es elegida con frecuencia por varios de los sujetos entrevistados.

«Ya fuiste madre, ya los ayudaste en la escuela, uno ya trabaja, el otro ya está estudiando pero como que ya... siguen siendo tus hijos pero como que no tanto como... eh... son como una guía» (E9).

«(Hijos) Yo creo que los cambios fueron acompañando la evolución de ambos. Tanto de ellos como la mía». (E5)

Una de las principales funciones del apego de la infancia se relaciona con la supervivencia del sujeto (Bowlby, 1980). En la adultez se da el cambio del objetivo prefijado del apego, de la proximidad de un cuidador a la búsqueda de proximidad con un igual que se corresponde con la función del apego. Así es como en la adultez, generalmente, se pasa de una relación de apego con los padres a una relación de apego recíproca entre iguales. (West, Sheldon-Keller, 1999)

Teniendo en cuenta lo anterior se analizó la categoría «en la adultez el apego

*es recíproco, y con una persona en particular».*

Bartholomew y Horowitz (1991) identificaron dos componentes dentro de los modelos internos activos que son fundamentales al momento de realizar un análisis del apego en la vida adulta, estos componentes son: la imagen de los otros, relacionada con la evaluación de la figura de apego como alguien disponible y en quien se puede confiar, y la imagen del self, o evaluación de uno mismo como alguien que vale o no la pena y suscita, o no, el interés de los demás. Es por esto que para poder pensar en apego recíproco, primero hemos analizado los dos componentes de este tipo de vínculo.

Respecto de «figura de apego como alguien disponible y en quien se puede confiar» las categorías que han surgido son: Amistad, Familia actual (hijos, pareja), Familia de origen (padres, padre, madres, abuelos, abuela, hermanos) y Sacerdote.

Hemos encontrado que, en general, la mayoría de los sujetos entrevistados encuentran en su pareja a alguien disponible y en el que pueden confiar.

*«Primero mi marido porque es el que tengo más cerca y con quien compartimos todo, después mi familia y amistades» (E1).* «(...) Y ya después mi señora,

*mi novia en esa época, fue suficiente para llevarlo adelante (refiriéndose de un momento difícil de su vida) Y otro momento difícil fue un problema de salud que tuve, me dieron una noticia muy fea, muy mala, muy difícil en ese momento,*

*y bueno, recurrí a mi esposa en ese momento (...) Creo que hubiese sido muy difícil, sí (hablando del apoyo que recibió). Yo no me imagino una vida solo, no me gusta estar solo.» (E2)*

Los padres son otras de las figuras que aparecen con frecuencia, preponderando la figura de la madre por sobre la del padre.

**«(Padres) Siempre estuvieron presentes, cada vez que los necesito ellos están, siempre incondicionalmente, tanto en mi infancia como ahora!» (E4)**

*«Éramos realmente una familia, estábamos siempre juntos, salíamos siempre los cuatro juntos (Padres). Si ellos siempre estaban, y me ayudó mucho la base que tuve. Siempre fui feliz, y ellos me ayudaron mucho, mucho.» (E8)*

*«Ella estaba como muy pendiente de todo, y él estaba ahí, de apoyo (mamá)» (E3)*

La categoría amistad también aparece en varias de las respuestas de los sujetos entrevistados.

*«(Los amigos) Son las personas en las que te vas apoyar, que te van a escuchar, que siempre te van a apoyar más allá de todo, que te van a decir las equivocaciones de uno o del otro, más allá que uno intente hacer las cosas bien.» (E9)*

*«No hoy en día creo que si tengo un problema grande lo charlo con algún amigo (...)» (E6)*

Se realizó también el análisis del otro componente «imagen del self, o evaluación de uno mismo, como alguien que

vale o no la pena y suscita, o no, el interés de los demás». Se ha detectado que en general los sujetos entrevistados tienen una imagen de sí mismo como alguien que vale la pena y que suscita el interés de los demás (a excepción de E1 y E4 que no han respondido a las preguntas que brindaban esta información.

«En mi familia de ahora digamos, soy como el más importante (por el tiempo que pasa con los chicos) te transformas en algo importante, indispensable digamos, sobre todo para los chicos.» (E3)

«(Hijos) Por lo que dicen ellos, bien, bien. Mas el varón que mi hija, mi hija por ahí no, si bien también nos llevamos bien pero él sí, lo comenta por todos lados, dice, que sé yo, que él quiere encontrar una como yo para casarse». (E8)

«Si, bueno creo que haría lo mismo que ellos harían por mí, buscar la cercanía, tratar de estar presente, ver en qué se puede ayudar, o sea trataría de acercarme a ellos, como ellos se han acercado a mí cuando lo necesité. Es muy importante, sin duda.» (E6)

Una vez analizados los dos componentes se procedió a analizar la categoría «en la adultez el apego es recíproco, y con una persona en particular», pero... en esta etapa de la vida, no necesariamente ocurre la preponderancia típica de la niñez. En este interjuego de dos subcategorías, pudimos observar que excepto en 4 (cuatro) entrevistas que no hay respuestas que evidencian reciprocidad, en el resto, predomina la figura significativa de la esposa, incluso en una entrevista a esta figura se le suma a personas perte-

necientes a la familia de origen. Por otro lado, también hemos obtenido respuestas, en que las personas significativas y con quienes tienen un vínculo recíproco son los amigos.

Tal como hemos visto, la relación de apego es internalizada en la infancia, y se proyecta sobre futuras experiencias. Esto, lo pudimos ver haciendo una lectura de las categorías denominadas propensión de los seres humanos de formar fuertes lazos afectivos con personas determinadas, además de aquellos otros significativos que se mantuvieron a los largo del tiempo, y finalizando con la lectura de la reciprocidad en el vínculo en cada una entrevista.

Allí, hemos encontrado que predomina, esta proyección a lo largo del tiempo. Un ejemplo lo vemos en entrevista 5, allí, el entrevistado plantea como vínculos fuertes a su madre «*Me parece que es la que más perdura en mí*» «*y ahora con mi esposa*» (ver «propensión de los seres humanos...»). Además, se observa cómo se proyecta en un amigo en particular, aunque se sostiene la relación con las hermanas y padres, y se vuelve a incluir en el discurso a su esposa (ver «conducta instintiva activada y modulada en la interacción con los otros significativos a lo largo del tiempo»), y cómo esta proyección del vínculo se vuelve recíproco en su relación con su esposa y con sus hermanas (ver reciprocidad en el vínculo).

En las cuatro situaciones en no se ha observado esta proyección, se trata de personas que son menores de 30 años, excepto por una entrevista de una persona mayor de 30 años. La entrevista 7, pertenece a un entrevistado de apro-

ximadamente 20 años, él comenta que la figura pilar es su abuelo y su madre, cuando dice: «Pilar, pilar, mi abuelo, en realidad todo el núcleo familiar, pero más que nada mi abuelo y mi vieja, que hizo un montón de cosas desde que yo era chico...», aunque también nombra a una pareja y a un amigo (ver propensión). En la categoría «conducta instintiva activada y modulada en la interacción con los otros significativos a lo largo del tiempo», se observa esa continuidad en el vínculo con los abuelos y la madre, en esta ocasión, vuelve a nombrar al amigo con quien sostiene una relación. Con ello, vemos una incipiente proyección en la amistad que une al entrevistado con este amigo, pero ante el análisis de la reciprocidad en los vínculos, vemos una respuesta muy inespecífica en relación a su imagen del self, aunque ante la figura de apego como alguien disponible nombra muy específicamente a su abuela predominantemente y al amigo como en un segundo plano. Por ello, aquí se observa una preponderancia propia de los vínculos de apego en los niños y adolescentes, más no hemos evidenciado la característica de reciprocidad en los vínculos.

### **Conclusión**

Podemos concluir, que a través del análisis pudimos dar cuenta de la presencia de las características del vínculo de apego en una población de adultos de la ciudad de Rafaela. Por otro lado, observamos que las características del mismo se observan no sólo en las respuestas que cada uno de los sujetos entrevistados ha brindado, y que se han volcado en el análisis; sino también, en la lectura

total del discurso a lo largo de cada una de las entrevistas. No siempre una frase textual es reveladora de lo que buscamos encontrar, a veces en la profundidad de la palabra y en el color de los lazos expresados a lo largo de la entrevista se pueden visualizar estos vínculos estrechos, intensos y necesarios para continuar el camino.

El análisis e interpretación de las entrevistas nos han revelado cómo las personas en su propio desarrollo vital, van modificando los vínculos aunque la funciones del apego se sostienen, ya sea la búsqueda de protección, como de seguridad en momentos de cambios debido al desarrollo de los hijos, especialmente, frente a situaciones que marcan etapas diferentes en la vida familiar, así como también necesidades que van surgiendo en el devenir cotidiano. Esos vínculos complementarios, van volviéndose recíprocos a medida que pasa el tiempo, incluso éstos, se van intercalando con momentos de complementariedad, ya sea en relaciones de pareja como de amistad.

Además de esos otros significativos, vimos cómo se sostienen los vínculos primarios más allá del tiempo, y cómo si bien en un primer momento de la vida, sólo se contaba con esos cuidadores, ahora los adultos mismos, se ven a sí mismos como cuidando y protegiendo a otros, incluso a sus padres o abuelos. Se observa claramente, entonces, cómo se ha internalizado es cuota de seguridad y protección que proporciona el vínculo.

Nos queda preguntarnos ahora, si sólo este vínculo de apego se establece con una persona en particular, o puede ser con más de una. Además, esta investi-

gación nos conmina a continuar buscando el tipo de apego predominante en la población. Asimismo, nos preguntamos por la relación entre el tipo de apego adulto y la relación de apego que se establece con los hijos, por ejemplo si adultos con apego inseguro, de cuidado compulsivo, puede proporcionar en sus hijos el aporte de seguridad y protección como funciones fundamentales de un apego seguro.

Sin dudas, esta investigación, abrió nuevos interrogantes. Por eso, la consideramos una puerta de entrada a la temática, y nos queda el firme compromiso de continuar ahondando en el tema.

## Referencias

- [Ainsworth, M. D. S.] (1989). Attachments beyond infancy. *American Psychologist*, 44, 709-716.
- [Bartholomew, K., & Horowitz, L. M.] (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226 - 244.
- [Bowlby, J.] (1969/1980). *La pérdida afectiva*. Buenos Aires: Paidós.
- [Bowlby, J.] (1969/1998). *El apego y la pérdida*. 1. El apego. Barcelona: Paidós.
- [Bowlby, J.] (1986). *Vínculos afectivos: Formación, desarrollo y pérdida*. Madrid: Morata.
- [Bowlby, J.] (1989). *Una base segura. Aplicaciones clínicas de una teoría del apego*. Barcelona: Paidós.
- [Simpson, J. & Rholes, S.] (2002). Fearful-avoidance, disorganization, and multiple working models: some directions for future theory and research. *Attachment & Human Development*, 4, 223-229.
- [West, M; Sheldon-Keller, A.] (1999). *El apego adulto. Patrones relacionales y psicoterapia*. Promo Libro: Valencia.
- [Yáñez, S.] (1989). Interrelación entre la percepción de los padres, la percepción de sí mismo y el comportamiento afectivo: un estudio empírico.
- [Yáñez, S., & Páez, D.] (1993). Una aproximación a los modelos internos activos (IWM) de la teoría del apego como constructos sociocognitivos. *Boletín de Psicología*, 41, 91-102.
- [Yáñez, S., & Páez, D.] (1994). Los modelos internos activos en la autoevaluación, la evaluación de las relaciones afectivas y el procesamiento de la información. *Boletín de Psicología*, 42, 1-21.
- [Dostoievski, F.] *Cimen y castigo*. En *Maestros Rusos*. Barcelona: Planeta. 1961 2da. ed. (879/1390).

Referencia de autoras:

***Vanina Santori Jiménez***

Mail: [vaninasantori@gmail.com](mailto:vaninasantori@gmail.com)