

Marina Fei Rodríguez Lacueva

**RELACIÓ ENTRE ELS ESTILS D'AFERRAMENT I LA DEPENDÈNCIA
EMOCIONAL EN LES RELACIONS DE PARELLA D'ADULTS JOVES.**

TREBALL DE FI DE GRAU

dirigit per la Dra. Carmen Hernandez Martinez

Grau de Psicologia



UNIVERSITAT ROVIRA i VIRGILI

Tarragona

2025

ÍNDIX

RESUM	3
ABSTRACT	3
1. MARC TEÒRIC	4
1.1. Teoria de l'aferrament	4
1.1.1. Tipus d'aferrament en la infància	6
1.1.1.1. Aferrament segur	7
1.1.1.2. Aferrament insegur-evitatiu	7
1.1.1.3. Aferrament insegur-ambivalent	7
1.1.1.4. Aferrament desorganitzat	8
1.2. L'aferrament en l'edat adulta	8
1.2.1. Estils d'aferrament adult	9
1.2.2. Aferrament i relacions de parella	11
1.3. La dependència emocional	14
1.3.1. Definició i conceptualització	14
1.3.2. Característiques de la dependència emocional	16
1.3.3. Dimensions del dependent emocional	17
1.4. La relació entre l'aferrament i la dependència emocional	18
2. OBJECTIUS I HIPÒTESIS	21
2.1. OBJECTIUS	21
2.2. HIPÒTESIS D'INVESTIGACIÓ	21
3. METODOLOGIA	22
3.1. Disseny de l'estudi	22
3.2. Participants	22
3.3. Instruments	23
3.3.1. Cuestionario de Apego Adulto (CAA)	23
3.3.2. Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE)	24
3.4. Procediment	25

3.5. Consideracions ètiques	25
3.6. Anàlisi estadística	26
4. RESULTATS/ APORTACIONS	27
5. DISCUSSIÓ	34
6. CONCLUSIONS.....	39
7. BIBLIOGRAFIA	40
8. ANNEXOS	49
8.1. Annex A. Qüestionari sociodemogràfic	49
8.2. Annex B. Cuestionario de Apego Adulto (CAA) de Melero i Cantero	50
8.3. Annex C. Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) de Lemos i Lodoño	52
8.4. Annex D. Full d'informació al participant.....	54
8.5. Annex E. Full de consentiment informat	59

RESUM

Aquest treball té com a objectiu principal analitzar la relació entre els estils d'aferrament i la dependència emocional en les relacions de parella de joves adults d'entre 18 i 30 anys. L'aferrament que es forma durant la infància sovint es manté a l'edat adulta, influenciant la qualitat de les relacions adultes. Diversos estudis han relacionat els aferraments insegurs amb una major tendència a desenvolupar dependència emocional en les relacions de parella.

L'estudi va incloure 90 participants (73% dones i 27% homes), amb edats compreses entre els 18 i 30 anys. Es van utilitzar el *Cuestionario de Apego Adulto* de Melero i Cantero (2008) per avaluar els estils d'aferrament, i el *Cuestionario de Dependencia Emocional* de Lemos y Londoño (2006) per mesurar la dependència emocional.

Els resultats obtinguts van mostrar una relació significativa entre l'estil d'aferrament i la dependència emocional, en què els estils preocupat i temorós s'associaven a nivells elevats de dependència emocional, mentre que els estils segur i distant mostraven puntuacions més baixes. No es van trobar diferències significatives segons l'edat, el gènere, la situació sentimental i l'història de parelles.

Paraules clau: estil d'aferrament, dependència emocional, relacions de parella, joves adults.

ABSTRACT

This study aims to analyse the relationship between attachment styles and emotional dependency in romantic relationships among young adults aged 18 to 30. The attachment formed during childhood often persists into adulthood, influencing the quality of affective relationships. Various studies have linked insecure attachment styles with a greater tendency to develop emotional dependency in couple relationships.

The study included a sample of 90 participants (73% women and 27% men), aged between 18 and 30. The *Cuestionario de Apego Adulto* by Melero and Cantero (2008) was used to assess attachment styles, and the

Cuestionario de Dependencia Emocional by Lemos and Londoño (2006) was used to measure emotional dependency.

The results showed a significant relationship between attachment style and emotional dependency, where the preoccupied and fearful styles were associated with higher levels of dependency, while secure and dismissive styles showed lower scores. No significant differences were found based on age, gender, relationship status, or number of previous partners.

Keywords: attachment style, emotional dependency, romantic relationships, young adults.

1. MARC TEÒRIC

1.1. Teoria de l'aferrament

Les teories de l'aferrament es basen en la tendència innata dels éssers humans a establir vincles afectius sòlids amb determinades persones (Yárnoz et al., 2001). Aquesta teoria va ser desenvolupada per John Bowlby, qui en va establir els fonaments teòrics, i per Mary dworth, que va aportar una important base empírica a través de les seves investigacions (Marrone, 2018).

Bowlby (1969/1989, 1979, 1988/1995 com es va citar en Benlloch, 2020) va formular la Teoria de l'aferrament a la dècada dels seixanta, descrivint com les experiències primerenques amb la figura de referència principal influeixen en el desenvolupament emocional i la personalitat de l'infant. Segons aquest autor, la conducta d'aferrament és un sistema estructurat que inclou diverses respostes comportamentals, com el somriure, el plor o el seguiment visual, orientades a garantir la proximitat amb la figura de referència (Bowlby, 1973, com es va citar en Feeney i Noller, 2001). Aquest sistema forma part d'un conjunt més ampli de mecanismes de vinculació, que també inclouen l'exploració, la cura i l'aparellament sexual, tots ells amb la finalitat última de garantir la supervivència i continuïtat de l'espècie (Feeney i Noller, 2001).

La conducta d'aferrament s'estableix cap al final del primer any de vida, i es basa en la capacitat de la figura principal de respondre de forma sensible i

accessible a les senyals i necessitats del nen. Un cop desenvolupada, tendeix a persistir al llarg de la vida (Bowlby, 1989). De fet, Bowlby (1973, com es va citar en Feeney i Noller, 2001) descriu l'aferrament com un sistema de control homeostàtic, que busca mantenir un equilibri entre la proximitat amb la figura d'aferrament i la conducta exploratòria, que depèn tant de la disponibilitat d'aquesta com dels perills percebuts. En aquest sentit, quan el nen se sent segur, tendeix a explorar l'entorn, mentre que, si percep una amenaça, busca protecció i confort en la figura d'aferrament establint-la així com una base segura per a ell (Yárnoz et al., 2001).

Diversos estudis han destacat la influència del vincle afectiu en múltiples àmbits del desenvolupament infantil. Malekpour (2007) assenyala que aquest vincle no només té un impacte en el creixement físic i cognitiu, sinó també en l'equilibri emocional i afectiu de l'infant. A través d'aquesta relació primerenca, el nen experimenta tant emocions positives, com la seguretat i la confiança, com emocions negatives, com la por o la inseguretat (Cordellat, 2008). Per aquesta raó, és fonamental que el nen estableixi un vincle segur amb la seva figura cuidadora per tal d'aprendre a manejar aquests sentiments i emocions novingudes, ja que al néixer no té capacitat de fer-ho de manera autònoma (Botella i Corbella, 2005).

Encara que el vincle d'aferrament es forma durant la primera infància, aquest no és immutable. Sánchez (2011) assenyala que els vincles d'aferrament poden formar-se al llarg de tota la vida, fet que permet que infants més grans estableixin nous vincles amb cuidadors diferents, com pares adoptius o germans, i que en l'edat adulta això també es produeixi amb la parella.

A més, segons Bowlby (1989), a través de contactes successius amb el món exterior i de la consegüent capacitat de resposta o disponibilitat de les figures d'aferrament, cada nen construeix progressivament representacions internes del món i de les persones significatives en ell, que inclou una representació d'ell mateix i de les relacions amb els demès (Yárnoz et al., 2001). Aquests esquemes mentals, coneguts com a models operatius interns (MOI), són estructures cognitives i afectives que permeten interpretar i guiar les relacions interpersonals al llarg de la vida (Fonagy et al., 2014).

Els models interns, un cop organitzats, tendeixen a operar de manera automàtica i inconscient, i tota nova informació que rep l'individu sol ser assimilada per aquests models preexistents. Aquesta tendència contribueix a la seva estabilitat, ja que les persones interpreten les seves experiències en funció dels seus patrons previs d'aferrament. No obstant això, poden evolucionar i ser modificats en funció de noves experiències significatives (Yárnoz et al., 2001).

1.1.1. Tipus d'aferrament en la infància

Mary Ainsworth, col·laboradora pròxima de John Bowlby, va estudiar les diferències en la qualitat de la interacció mare-fill i la seva influència en la formació de l'aferrament. Les seves observacions dels Ganda a Uganda van revelar que la sensibilitat de la mare a les necessitats del nen era un factor clau per al desenvolupament d'un vincle segur (Oliva, 2004). Posteriorment, Ainsworth va identificar diferents patrons d'aferrament que es podien mesurar i classificar.

L'any 1978, Ainsworth et al. van dissenyar la Situació de l'Estrany (*Strange Situation*), una prova experimental per analitzar la relació entre les conductes d'aferrament i les d'exploració en condicions d'estrès. L'experiment, amb una durada d'uns 20 minuts, consistia en vuit episodis en què el nen es trobava en diferents situacions: amb la mare, amb una persona desconeguda, sol i en els retrobaments posteriors amb la mare i l'estranya. Els resultats van mostrar que els infants exploraven amb més llibertat quan la seva mare era present, però modificaven la seva conducta quan es quedaven sols o amb la persona desconeguda (Oliva, 2004). Això confirmava el concepte de base segura proposat per Bowlby: la figura d'aferrament proporciona confiança per a l'exploració i confort davant la percepció d'una amenaça.

Ainsworth va trobar clares diferències individuals en el comportament dels nens en aquesta situació, cosa que va ajudar a poder descriure i classificar tres tipus d'aferrament: segur, insegur-evitatiu i insegur-ambivalent. Tot i que aquests han estat la base de la majoria dels estudis sobre aferrament, investigacions posteriors han suggerit l'existència d'un quart tipus

d'aferrament: l'aferrament desorganitzat, que combinava característiques dels altres dos tipus d'aferrament insegur (Main i Solomon, 1986).

1.1.1.1. Aferrament segur

Aproximadament el 66% de la població presenta aquest tipus d'aferrament (López i Ramírez, 2005). Aquests infants han tingut experiències confiables amb les seves figures d'aferrament, que responen de manera sensible a les seves necessitats emocionals. Això els permet sentir-se estimats, acceptats i valorats, desenvolupant una sensació de seguretat que afavoreix la seva autonomia i exploració del món.

En situacions de separació breu, com anar a l'escola, poden manifestar malestar, però aprenen ràpidament que la separació és temporal i que la figura d'aferrament tornarà. Quan es retroben amb ella, recuperen la tranquil·litat i mostren conductes positives d'aferrament (Sánchez, 2011).

1.1.1.2. Aferrament insegur-evitatiu

Aquest patró es dona en un 20% de la població (López i Ramírez, 2005) i és característic d'infants les demandes emocionals dels quals han estat ignorades o rebutjades. Han après que no poden comptar amb la seva figura d'aferrament per obtenir suport, així que es veuen obligats a aprendre a viure sense ells, a no expressar ni entendre les emocions i a evitar el contacte emocional, creant així una mena d'armadura que els porta a rebutjar la intimitat.

Durant les separacions breus, aquests infants mostren menys protesta que els altres, ja que han après que les seves demandes no seran ateses. Quan es retroben amb la figura d'aferrament després d'una separació, mantenen una actitud d'indiferència o fins i tot la rebutgen, evitant el contacte emocional (Sánchez, 2011).

1.1.1.3. Aferrament insegur-ambivalent

Apareix en un 12% de la població (López i Ramírez, 2005) i es desenvolupa quan la resposta de la figura d'aferrament és inconsistent: en algunes ocasions és atenta i sensible, mentre que en altres és distant o inestable. Això genera incertesa en l'infant, que necessita una confirmació constant d'afecte i pateix una enorme por a l'abandonament.

Responen a la separació amb una angoixa intensa i busquen desesperadament la figura d'aferrament. No obstant això, en el retrobament poden mostrar una actitud contradictòria, no poden estar bé ni amb la figura ni sense ella (Sánchez, 2011).

1.1.1.4. Aferrament desorganitzat

Aquest tipus d'aferrament correspon a un 15-35% de la població, arribant fins al 80% en infants que han patit abusos o maltractaments, infants amb progenitors negligents o els qui no han elaborat els seus propis processos de dol (López i Ramírez, 2005).

Els infants amb aquest patró mostren una combinació d'ansietat i evitació, ja que la seva figura d'aferrament és percebuda simultàniament com a font de seguretat i de por. Aquesta contradicció genera conductes desorganitzades i imprevisibles: poden alternar moments de recerca d'aferrament amb rebuig bruscat, mostrar moviments estereotipats o tenir dificultats per regular les emocions. Sovint presenten problemes en les relacions socials, dificultats per gestionar la frustració i tendència a comportaments disruptius com la destrucció d'objectes o conflictes freqüents amb companys (Sánchez, 2011).

1.2. L'aferrament en l'edat adulta

Segons Feeney i Noller (2001), la teoria de l'aferrament de Bowlby es basa principalment en els vincles entre els infants i els seus cuidadors. Tot i això, les investigacions han demostrat que aquest sistema continua exercint un paper fonamental al llarg de tota la vida, ja que les persones presenten una tendència de buscar proximitat i contacte amb una figura específica. La relació primerenca amb la figura d'aferrament serveix com a model per als vincles futurs, de manera que, en l'edat adulta, es manifesten patrons determinats de conducta i estils relacionals (Sánchez, 2017).

Durant la infància, les figures d'aferrament segueixen una estructura jeràrquica, en la qual la mare sol ocupar el lloc principal, tot i que els infants també poden establir vincles amb altres persones properes, com el pare (Yárnoz, 2001), els germans o altres figures de referència, com ara avis o cuidadors. A mesura que el nen va creixent, van prenent importància

figures externes al grup familiar, com ara amics o parella, fins que en l'edat adulta es tanca el cercle i són els propis fills els qui passen a ser figures d'aferrament per als seus progenitors (López, 1993).

Així doncs, la figura d'aferrament evoluciona segons l'edat i les necessitats emocionals de la persona, mantenint-se com un element clau en la regulació del benestar i la seguretat al llarg del cicle vital.

1.2.1. Estils d'aferrament adult

Hazan i Shaver, a l'any 1987 (com es va citar en Feeney i Noller, 2001), van ser els primers a plantejar que les relacions de parella en l'etapa adulta es podien entendre com un procés d'aferrament influïdes per les experiències amb els cuidadors, internalitzades en els models operatius interns (MOI). A partir dels models d'aferrament identificats en la infància per Ainsworth i el seu equip, van adaptar-los i van descriure'n les característiques principals de manera prototípica proposant tres tipus bàsics d'aferrament adult relacionat amb la relació amorosa:

- Aferrament segur: relació amorosa basada en la confiança, l'amistat i les emocions positives compartides.
- Aferrament ambivalent: experiència amorosa viscuda com una obsessió, amb un gran desig de reciprocitat i de connexió amb la parella, però també amb la sensació que això podria espantar l'altra persona.
- Aferrament evitatiu: por a la intimitat, a les dificultats emocionals i manca de confiança en els altres.

Posteriorment, Bartholomew i Horowitz (1991) van proposar una actualització dels estils d'aferrament adult, basant-se en els MOI de Bowlby. Aquests inclouen la imatge dels altres, que fa referència a la percepció de la figura d'aferrament com a persona de confiança i disponible, i la imatge del "jo", relacionada amb l'autoavaluació, és a dir, amb la percepció que una persona té sobre el seu propi valor i si es mereix o no l'atenció i l'interès dels altres. Ambdós models poden dicotomitjar-se com positius o negatius i si es relacionen entre sí de forma ortogonal donen lloc a quatre categories d'aferrament diferenciades: segur, preocupat, evitatiu-rebutjant i evitatiu-

temorós (veure Figura 1). D'aquests, els estils preocupat, evitatiu-rebutjant i evitatiu-temorós es consideren formes d'aferrament insegur.

Tal com es mostra a la Figura 1, el model del "jo" indica el grau en què una persona necessita l'acceptació dels altres, de manera que una visió negativa d'un mateix tendeix a estar relacionada amb la dependència emocional, l'altra variable que s'analitzarà més endavant en aquest estudi. D'altra banda, el model de l'altre mostra fins a quin punt es tendeixen a evitar les relacions properes, ja que una percepció negativa dels altres sol associar-se amb la tendència a l'evitació (Feeney i Noller, 2001).

Per aquest motiu, l'evolució dels estils d'aferrament en l'edat adulta es pot entendre com una combinació lineal d'aquestes dues dimensions (Yárnoz-Yaben, 2011).

Figura 1.

Model d'aferrament en adults segons Bartholomew i Horowitz (1991).

		MODEL DE SI MATEIX (Dependència)	
		Positiu (baix)	Negatiu (alt)
MODEL DELS ALTRES (Evitació)	Positiu (baix)	<p>SEGUR Còmode amb la intimitat i l'autonomia</p>	<p>PREOCUPAT Preocupat per les relacions</p>
	Negatiu (alt)	<p>REBUTJANT Rebutjant de la intimitat Contra-dependent</p>	<p>TEMORÓS Por de la intimitat Evitant socialment</p>

Nota: Adaptat de "Attachment styles among young adults: a test of a four-category model" (p.226), per Bartholomew i Horowitz, 1991, *Journal of personality and social psychology*, 61(2).

- **Segur:** caracteritza persones amb una imatge positiva tant d'elles mateixes com dels altres. Aquestes persones se senten còmodes amb la intimitat i l'autonomia i solen establir relacions sanes, sense dificultats interpersonals (Feeney et al., 1995). Mostren baixos nivells de dependència i evitació.

- **Evitatiu-rebutjant:** fa referència a persones que tenen una imatge positiva de si mateixes però negativa dels altres. Neguen la necessitat d'aferrament, es mostren altament evitatus, ja que solen experimentar malestar en situacions d'intimitat, i desenvolupen una autosuficiència defensiva, sense creure en la importància de les necessitats afectives (Feeney et al., 1995). Tenen un baix nivell de dependència i un alt nivell d'evitació.
- **Preocupat:** aquest estil caracteritza persones amb una imatge negativa de si mateixes però positiva dels altres, fet que els porta a establir relacions ansioses i ambivalents. Són molt dependents i presenta un baix nivell d'evitació, buscant constantment l'aprovació i la proximitat amb la parella (Feeney et al., 1995). Sovint busquen confirmació contínua que són estimades, fet que es relaciona amb una por intensa a l'abandonament, que en alguns casos pot derivar en problemes de gelosia i hostilitat (Melero i Cantero, 2008).
- **Evitatiu-temorós:** combina una percepció negativa tant de si mateixos com dels altres. Aquestes persones solen sentir-se incòmodes en situacions d'intimitat, mostrant una gran necessitat d'aprovació i vinculació però, alhora, evitant les relacions per por al rebuig (Melero i Cantero, 2008). Presenta alts nivells de dependència i evitació, la qual cosa dificulta la construcció de vincles estables.

El qüestionari utilitzat en aquest treball, el *Cuestionario de Apego Adulto* (CAA), va ser desenvolupat per Melero i Cantero (2008) i s'inspira en el model d'aferrament adult proposat per Bartholomew i Horowitz (1991). Així doncs, aquest instrument permet identificar els quatre estils d'aferrament proposats per aquests autors mitjançant l'anàlisi de diferents dimensions afectives cosa que ens permetrà explorar la relació entre els estils d'aferrament i la dependència emocional en les relacions de parella en adults joves.

1.2.2. Aferrament i relacions de parella

Com s'ha anat exposant fins ara, aquests estils d'aferrament configuren la manera en què les persones viuen i gestionen les seves relacions afectives, influint en la seva estabilitat emocional i en la qualitat dels vincles que estableixen al llarg de la vida, especialment, en la de parella. En aquest

sentit, la confiança o desconfiança que una persona tingui en si mateixa i en els altres determinarà el grau de compromís i intimitat que serà capaç d'invertir en la relació, afectant així l'ajust i l'estabilitat de la parella (Ortiz et al., 2011).

Shaver i Hazan (1988) van ser pioners en l'estudi de l'aferrament en l'edat adulta, suggerint que els vincles amorosos presenten característiques similars als vincles infantils amb els cuidadors. Entre les semblances conductuals i emocionals, s'inclouen aspectes com el contacte ocular, la freqüència de somriures i abraçades, el desig de compartir experiències, l'empatia intensa, etc. A més, van identificar paral·lelismes en la dinàmica relacional, veient com la disponibilitat i la resposta de la figura d'aferrament són essencials per garantir una sensació de seguretat. Quan aquesta figura no està present, l'individu intenta restaurar aquesta seguretat mitjançant senyals o apropant-se, fins a restablir el vincle.

Malgrat aquestes similituds, Shaver i Hazan (1988) també subratllen les diferències entre els vincles infantils i adults. Un dels aspectes més destacats de l'amor de parella és la reciprocitat en la cura, ja que ambdós membres de la relació assumeixen tant el rol de qui proporciona suport com el de qui el rep, depenent de les necessitats i circumstàncies del moment. Aquesta dinàmica contrasta amb la relació asimètrica que s'estableix entre un infant i el seu cuidador, on és aquest últim qui exerceix la funció principal de protecció i atenció. A més, mentre que en les relacions d'aferrament adult es fa present la sexualitat, aquesta dimensió té una importància molt més limitada en les relacions infantils.

D'acord amb aquest plantejament, Shaver i Hazan (1988) proposen que les relacions de parella es construeixen a partir de la interacció de tres sistemes conductuals principals: el sistema d'aferrament, el sistema sexual i el sistema de cura. Aquesta proposta s'ajusta amb les teories de Bowlby, qui afirma que aquests sistemes tenen un paper fonamental en la supervivència i el desenvolupament de l'espècie humana.

El **sistema d'aferrament** té com a funció garantir la satisfacció de les necessitats afectives al llarg del cicle vital, promovent una sensació de seguretat i protecció emocional. S'ha demostrat que aquest sistema influeix

en la qualitat i estabilitat de les relacions amoroses, amb diferències significatives segons l'estil d'aferrament de cada individu. Les persones segures estableixen vincles estables i satisfactoris, mentre que les amb aferrament ansiós tendeixen a exagerar les demandes d'afecte i a ser més vulnerables a la soledat. Per contra, les evitatives desenvolupen autosuficiència i dificultats per confiar en els altres (Brennan i Shaver, 1995).

El **sistema de cura** està dissenyat per reduir el patiment de l'altre i afavorir el seu benestar emocional. Les persones segures són més empàtiques i eficients a l'hora d'oferir ajuda, mentre que les amb aferrament ansiós poden proporcionar cures compulsives, i les evitatives tendeixen a distanciar-se emocionalment, mostrant menys sensibilitat cap a les necessitats de l'altre (Feeney i Collins, 2000).

El **sistema sexual** està estretament relacionat amb el sistema d'aferrament, ja que implica intimitat i proximitat emocional. Les persones segures gaudeixen de la intimitat tant emocional com física, mentre que les evitatives solen mantenir relacions més distants i menys compromeses, i les ansioses poden utilitzar el sexe com a mitjà per obtenir seguretat i evitar el rebuig (Davis et al., 2004).

La rellevància de cada sistema pot canviar segons el moment de la relació i les característiques de la parella. Normalment, l'atracció i la passió són més intenses al començament, mentre que, amb el temps, l'aferrament es reforça i influeix en com es viu i es percep la relació. D'aquests tres sistemes, els autors consideren l'aferrament com el més important, ja que es desenvolupa primer i té un paper fonamental en la manera com una persona es veu a si mateixa i als altres, establint la base per a les dinàmiques de cura i intimitat en l'edat adulta (Feeney i Noller, 2001).

El bon funcionament d'aquests tres sistemes afavoreix el manteniment de vincles afectius satisfactoris, mentre que les dificultats en la seva activació o les interferències entre ells poden derivar en conflictes, insatisfacció i inestabilitat en la relació de parella (Collins i Feeney, 2000), on poden aparèixer dinàmiques relacionals disfuncionals que afecten la seguretat i l'autonomia dels individus dins de la relació. En aquest sentit, la

dependència emocional es manifesta, sobretot, en persones amb aferrament preocupat i evitatiu-temorós, caracteritzades per una necessitat constant d'aprovació i afecte i una por marcada cap a l'abandonament i el rebuig. Així, la interacció entre els patrons d'aferrament i la manera en què es regulen les emocions dins de la relació de parella pot contribuir al desenvolupament de dependència emocional, aspecte que s'analitzarà en el següent apartat.

1.3. La dependència emocional

1.3.1. Definició i conceptualització de la dependència emocional

Castelló (2005) assenyalava en el seu llibre *Dependencia emocional* que es tracta d'un fenomen poc tractat i reconegut dins de la psicologia clínica ja que no apareix en les classificacions actuals de trastorns mentals (com el DSM-IV o CIE-10), i la seva presència en la literatura científica és escassa. A causa d'aquesta manca de reconeixement, no existeix un consens clar sobre la seva definició, i diferents professionals poden associar-la a conceptes com el trastorn de la personalitat per dependència o la co-dependència. En aquest sentit, Castelló (2005) defineix la dependència emocional com "*la necessitat extrema de caràcter afectiu que una persona sent cap a la seva parella al llarg de les seves diferents relacions*" (p.17). Aquesta necessitat no sols es manifesta dins de les relacions de parella, sinó que forma part de la personalitat de la persona, que tendeix a buscar de manera desesperada una nova relació quan es troba sense parella. Un dels trets més característics de la dependència emocional és la por a la soledat, que pot portar la persona afectada a mantenir relacions insatisfactòries o fins i tot tòxiques per evitar la ruptura (Castelló, 2005), adoptant una actitud de submissió i evitant situacions amenaçants com les discussions (Izquierdo i Gómez Acosta, 2013).

Aquesta actitud de submissió es deguda a que els dependents emocionals són persones que no senten afecte cap a si mateixes. Així doncs, és freqüent que la parella de la persona dependent assumeixi un rol dominant, generant així una relació desequilibrada en la qual la persona amb dependència emocional prioritza la parella per sobre de qualsevol altra cosa

com ara les pròpies aficions, les amistats, la família... fins al punt de viure la vida de l'altre (Castelló, 2012, com es va citar en Momeñe et al., 2017).

Castelló (2005) menciona dos aspectes claus de la definició de dependència emocional. En primer lloc, la intensitat extrema d'aquesta necessitat, que supera el que es considera normal dins d'una relació de parella. En aquest sentit, la diferència entre l'amor i la dependència emocional és fonamentalment quantitativa: mentre que l'amor implica un cert grau de necessitat, la dependència es caracteritza per una necessitat desmesurada que deriva en una relació patològica. En segon lloc, el seu caràcter afectiu, diferenciant-la així d'altres formes de dependència més instrumentals o utilitàries, com podria ser la dependència econòmica.

És important destacar aquesta distinció entre la dependència instrumental i la emocional (Heathers, 1955). La primera es defineix per la seva falta d'autonomia en la vida diària, inseguretat, poca iniciativa, dificultats en la presa de decisions i una necessitat contínua d'ajuda externa per afrontar les responsabilitats i els reptes quotidians. En canvi, la dependència emocional no implica necessàriament aquesta indefensió generalitzada, sinó que es focalitza només en l'àrea afectiva. Es refereix a un desig irresistible de proximitat i seguretat emocional que es busca en la parella fins al punt d'idealitzar-la i veure-la com el centre de la pròpia vida. A més, incorpora aspectes cognitius, emocionals, motivacionals i conductuals orientats cap a l'altre com a font principal de satisfacció i estabilitat (Castelló, 2005).

Les arrels d'aquesta problemàtica poden trobar-se en la infància, especialment en aquells casos en què la persona ha estat sobreprotegida i ha desenvolupat la creença que el món és un lloc hostil i amenaçador. La falta d'experiències de frustració i d'estrès en la infantesa pot dificultar el desenvolupament d'estratègies d'afrontament saludables, la qual cosa porta la persona a experimentar un profund malestar davant la separació i una forta resistència a deixar enrere relacions de parella, per més perjudicials que siguin (Riso, 2008, com es va citar en Salinas 2017).

1.3.2. Característiques de la dependència emocional

Castelló (2005) classifica les característiques dels dependents emocionals entres àrees: l'àrea de les relacions de parella, de les relacions amb l'entorn interpersonal i l'àrea d'autoestima i estat d'ànim.

Àrea de les relacions de parella: Castelló (2005) assenyala que és l'àrea més significativa i evident en les persones amb dependència emocional. Fa referència a totes aquelles conductes que resulten inadequades o poc habituals dins de la relació de parella. En aquest sentit, es tenen en compte les següents característiques: la necessitat excessiva de l'altre (un desig d'accés constant cap a ell), desitjos d'exclusivitat en la relació, prioritat de la parella sobre qualsevol cosa, idealització de la parella, relacions basades en la submissió i subordinació, història de relacions de parella desequilibrades, por a la ruptura i l'assumpció del sistema de creences de la parella.

Àrea de relacions interpersonals: Tot i que la persona amb dependència emocional manifesta principalment la seva problemàtica en les relacions de parella, també presenta certes particularitats en la manera de relacionar-se amb altres figures significatives, com ara la família, els amics o els companys de feina. En aquest àmbit, es poden destacar tres característiques principals: desitjos d'exclusivitat cap a altres persones significatives, els dependents emocionals mostren una necessitat desmesurada d'altres i acaben experimentant un sentiment de possessió insaciable perquè les seves amistats estiguin a la seva disposició; necessitat d'agradar, l'aprovació és molt important per als dependents de manera que sempre estan pendents de l'entorn intentant ser acceptats i ben rebuts, amb l'amenaça de ser rebutjats; i el dèficit d'habilitats socials que, degut a les característiques pròpies d'aquests, els porten a actuar de manera inusual (Castelló, 2005).

Àrea d'autoestima i estat d'ànim: Segons Castelló (2005) les persones amb dependència emocional solen mostrar un estat d'ànim apagat, amb una actitud decaiguda i es valoren molt poc. Sovint transmeten una sensació de patiment constant, especialment quan no aconsegueixen satisfer les seves necessitats afectives. Les característiques més importants

són: la baixa autoestima, que porta a la persona a minimitzar-se i es considera la principal causa de la dependència; la por i intolerància a la soledat, ja que el dependent considera que la relació amb una persona idealitzada és la solució dolor i infelicitat; i l'estat d'ànim negatiu i comorbiditats freqüents, Castelló (2005) considera que la dependència emocional reuneix els suficients criteris per ser considerada un trastorn de la personalitat, caracteritzat per aquest estat d'ànim trist, preocupació en la cara, nerviosisme notable i inseguretat personal.

1.3.3. Dimensions del dependent emocional

Lemos i Lodoño (2006) van identificar diversos factors o dimensions que caracteritzen als dependents emocionals a través de l'anàlisi factorial del *Cuestionario de Dependencia Emocional* (CDE). Aquest instrument serà el que s'utilitzarà en el present estudi, ja que es basa en la definició de dependència emocional proposada per Castelló (2005), qui la descriu com una necessitat afectiva extrema cap a la parella al llarg de les diferents relacions. De fet, els autors citen Castelló (2005) en el seu treball com a referent teòric per a la construcció i validació del qüestionari.

- Ansietat de separació: es descriuen les manifestacions emocionals de la por que sorgeixen davant la possibilitat que la relació s'acabi.
- Expressió afectiva: és la necessitat del dependent de rebre constants mostres d'afecte de part de la seva parella, amb l'objectiu d'assegurar-se que és estimat i de calmar la sensació d'inseguretat.
- Modificació de plans: es refereix al canvi d'activitats, plans o comportaments només per satisfer els desitjos de la parella o per simplement compatir més temps amb ella.
- Por a la soledat: els dependents emocionals veuen la soledat com una cosa aterridora, de manera que tenen por de no estar en una relació de parella o de no sentir-se estimats.
- Expressió límit: l'individu pot arribar a realitzar accions o expressions impulsives davant el possible trencament d'una relació, ja que ho veu com una situació catastròfica que el confronta amb la soledat i la pèrdua del sentit de la vida.

- Cerca d'atenció: ho defineixen com "cerca activa d'atenció de la parella per assegurar la seva permanència en la relació i intentar ser el centre de la seva vida". (p.137)

1.4. La relació entre l'aferrament i la dependència emocional

Després d'haver explicat la importància dels vincles afectius desenvolupats durant la primera infància i com aquests influeixen en les relacions interpersonals establertes en l'edat adulta, hem analitzat també el concepte de dependència emocional i les seves característiques. Amb aquesta informació recollida, en aquest apartat, es descriu la relació entre els estils d'aferrament i la dependència emocional.

Diversos estudis han assenyalat que la dependència emocional està estretament relacionada amb els estils d'aferrament desenvolupats durant la infància. Segons la teoria de Bowlby (1958, com es va citar en Rodríguez, 2013), les modalitats de pares autoritaris, caracteritzats per la sobreprotecció i la falta d'estimulació cap a la independència, es relacionen amb l'aferrament insegur, cosa que causa a aquests infants dependència cap a la seva figura paternal, experimentant ansietat i por constant a la separació. Aquesta inseguretats en la infància es manté a l'edat adulta, influint en la manera com la persona estableix vincles afectius (Castelló, 2005).

En línia amb aquesta teoria, un estudi realitzat per Alonso-Arbiol et al. (2002), va analitzar la influència del gènere, el rol de gènere (masculinitat i feminitat psicològica), les dimensions d'aferrament (ansietat i evitació) i les classificacions d'aferrament (segur, preocupat, rebutjant i temorós) en la dependència emocional i instrumental, utilitzant una mostra de 602 universitaris d'entre 18 a 36 anys. En relació a les variables interessades, els resultats van confirmar que la dependència emocional es pot predir principalment a partir de l'aferrament ansiós en infants i dels estils d'aferrament preocupat i temorós, propi dels adults. En el cas de l'aferrament preocupat i la dependència emocional, en ambdós s'observa una intensa necessitat de proximitat i una por constant a la pèrdua de les figures significatives. De la mateixa manera, la dependència emocional es relaciona amb un fort desig d'intimitat, però també amb la inseguretats

sobre la disponibilitat i la resposta dels altres, característiques pròpies de l'aferrament temorós.

Un altre estudi realitzat per Merlyn et al. (2024) també va trobar que la dependència emocional va presentar correlacions moderades, positives i significatives amb dos tipus d'aferrament insegur: preocupat i temorós. A la vegada, va mostrar una correlació negativa entre la dependència emocional i l'aferrament segur, cosa que indica que les persones amb un aferrament segur tenen menys tendència a desenvolupar dependència emocional, en comparació amb aquelles amb un aferrament insegur. Aquest estudi analitzava l'estil d'aferrament com a predictors de la dependència emocional en parelles adultes en una mostra de 1.383 participants d'entre 25 i 60 anys de Quito, Equador.

També, Valle i Moral (2018) van realitzar una anàlisi diferencial entre els conceptes de dependència emocional i aferrament adult, així com la relació entre ambdós conceptes en una mostra de 382 participants on l'edat va ser delimitada entre els 18 i 35 anys. Els resultats van mostrar una correlació positiva tant entre els estils d'aferrament i la presència de dependència emocional com amb la seva intensitat. La major part de les persones amb un estil d'aferrament segur van mostrar pocs signes de dependència emocional, mentre que aquelles amb un estil evitatiu-temorós van presentar nivells més elevats de dependència.

A més, l'estudi realitzat per Rocha et al. (2019) va analitzar els estils d'aferrament parental i la dependència emocional en les relacions romàntiques en una mostra de joves universitaris de Colòmbia d'entre 18 i 25 anys. Es va trobar una correlació positiva entre les dues variables principals i es va poder determinar que predominava l'aferrament segur, principalment manifestat per les dones. També van trobar que els joves amb aferrament insegur (especialment amb estil ambivalent o evitatiu) presentaven nivells més alts de dependència emocional en les relacions romàntiques.

Aquests resultats sobre els estils d'aferrament parental són importants per entendre l'aferrament en l'etapa adulta, ja que la manera com una persona es va vincular amb els seus pares pot influir en com es relaciona amb les

seves parelles més endavant. Encara que a l'edat adulta els estils d'aferrament es classifiquen de manera diferent, es manté la idea que haver tingut vincles insegurs de petit pot afavorir que, de gran, es tinguin més problemes d'inseguretats i dependència en les relacions amoroses.

Finalment, Boada et al. (2015), van demostrar en una mostra d'universitaris equatorians, amb un rang d'edat dels 17 als 21, la influència recíproca entre la dependència emocional i els vincles afectius. Van observar que dependència emocional afavoreix la formació de vincles afectius insegurs, els quals contribueixen a mantenir relacions inestables marcades per aquesta dependència. Mentre que els participants que no mostraven dependència emocional es caracteritzaven per tenir vincles afectius segurs.

En resum, la relació entre els estils d'aferrament i la dependència emocional es fonamenta en la inseguretats afectiva i la por a la separació desenvolupades durant la infància. Aquestes experiències primerenques condicionen la manera com es viuen les relacions adultes, generant patrons de necessitat extrema d'aprovació i por a la solitud, que són típics de la dependència emocional. Els estudis revisats mostren que els estils d'aferrament insegurs, com el preocupat i el temorós, estan estretament lligats a nivells elevats de dependència emocional, mentre que les persones amb un estil d'aferrament segur presenten una menor tendència cap a aquesta dependència.

El que vull aportar amb el meu estudi és comprovar si els resultats obtinguts en relació a la dependència emocional i els estils d'aferrament en parelles de joves adults d'entre 18 a 30 anys, amb dades més actualitzades, concorden amb els estudis ja existents. Això pot ajudar a consolidar la relació entre aquests dos factors en aquesta franja d'edat, millorant l'evidència actual i oferint un enfocament més actualitzat sobre el tema.

2. OBJECTIUS I HIPÒTESIS

2.1. OBJECTIUS

Objectiu general:

- 1.** Analitzar la relació entre els estils d'aferrament i la dependència emocional en les relacions de parella de joves adults d'entre 18 i 30 anys.

Objectius específics:

- 1.** Identificar els estils d'aferrament predominants en una mostra de joves adults.
- 2.** Explorar les diferències en la dependència emocional segons el gènere i l'edat.
- 3.** Analitzar si hi ha diferències significatives en la dependència emocional en funció de la situació sentimental actual i el nombre de relacions de parella prèvies.
- 4.** Observar si existeixen diferències en els estils d'aferrament segons el nombre de parelles prèvies.

2.2. HIPÒTESIS D'INVESTIGACIÓ

Hipòtesis per a l'objectiu general:

- 1.** Existeix una relació significativa entre els estils d'aferrament i la dependència emocional.

Hipòtesis per a objectius específics:

- 1.** L'estil d'aferrament més freqüent entre els joves adults serà l'aferrament segur.
- 2.** Els estils preocupat i temorós es relacionaran amb nivells elevats de dependència emocional (més que els altres tipus d'aferrament).
- 3.** Les persones amb un aferrament segur presentaran els nivells més baixos en dependència emocional comparat amb els altres estils.
- 4.** Les dones presentaran nivells més alts de dependència emocional que els homes.

5. Les persones més joves presentaran nivells més alts de dependència emocional.
6. Les persones que actualment tenen parella mostraran nivells més alts de dependència emocional que les que estan solteres.
7. Tenir més o menys experiència en relacions de parella (nombre de parelles prèvies) no es relaciona significativament amb la dependència emocional.
8. Els participants amb un nombre més gran de relacions de parella prèvies tindran més probabilitats de mostrar estils d'aferrament insegurs, especialment l'estil preocupat.

3. METODOLOGIA

3.1. Disseny de l'estudi

Es tracta d'un estudi quantitatiu, no experimental, transversal i amb un disseny correlacional.

3.2. Participants

La mostra estava formada per 90 participants d'una població de joves adults d'entre 18 i 30 anys ($M=23,06$; $DT=4,04$), dels quals un 73% (66) eren dones i un 27% (24) eren homes. Respecte al nivell formatiu, un 7,8% (7) dels participants van finalitzar els estudis bàsics (ESO), un 30% (27) els estudis mitjans (Batxillerat o Cicles Formatius) i la majoria la majoria comptaven amb estudis superiors: un 53,3% (48) havia cursat un grau universitari i un 8,9% (8), un màster o postgrau.

Pel que fa a la situació sentimental, un 59% (53) es trobaven en parella, un 37% (33) eren solters/es, i un 4% (4) preferien no especificar-ho. El nombre de parelles que els participants afirmaven haver tingut oscil·lava entre 0 i 8, amb una majoria del 40% que indicava haver tingut una sola parella.

Els criteris d'inclusió van ser: tenir entre 18 i 30 anys, estar disposat a respondre els qüestionaris sobre els estils d'aferrament i la dependència emocional i acceptar voluntàriament participar.

Es va utilitzar un mostreig de conveniència, amb la participació de persones que van acceptar voluntàriament formar part de l'estudi.

3.3. Instruments

Per tal d'avaluar els estils d'aferrament i la dependència emocional dels participants, es van administrar dos qüestionaris específics:

3.3.1. Cuestionario de Apego Adulto (CAA)

El primer qüestionari utilitzat va ser el *Cuestionario de Apego Adulto (CAA)*, desenvolupat per Melero i Cantero l'any 2008, com una eina per avaluar els estils d'aferrament en adults dins del context espanyol. Aquest instrument es basa en els models teòrics de Bartholomew i Horowitz (1991).

Està format per un total de 40 ítems que es puntuen mitjançant una escala de tipus Likert de 6 punts, on 1 correspon a *completament en desacord* i 6 a *completament d'acord*. Melero i Cantero (2008) van agrupar aquests ítems en 4 escales que mesuren les diferents dimensions de l'aferrament: la primera, *Baja autoestima, necesidad de aprobación y miedo al rechazo*, formada per 13 ítems, avalua la baixa autoestima, por al rebuig, dependència preocupació per les relacions i problemes d'inhibició conductual i emocional; la segona, *Resolución hostil de conflictos, rencor y posesividad*, composta per 11 ítems que avaluen la tendència a l'enfado, rancor, hostilitat i possessivitat; la tercera, *Expresión de sentimientos y comodidad con las relaciones*, agrupa 9 ítems relacionats amb la sociabilitat, la facilitat per expressar sentiments, l'ús d'estratègies bilaterals de resolució de conflictes i la confiança per compartir problemes amb els altres; finalment, l'escala *Autosuficiencia emocional e incomodidad con la intimidación*, amb 7 ítems, fa referència a una elevada necessitat d'individualitat, la prioritització de l'autonomia davant l'establiment de llaços afectius i l'evitació del compromís emocional. El primer, segon i quart factor avaluen aspectes teòricament relacionats amb la inseguretats afectiva, mentre que el tercer factor es vincula amb la seguretat.

Segons els resultats obtinguts a cadascuna de les escales, es poden classificar els participants en dos grups generals (segurs o insegurs) o en quatre categories més específiques (temorosos, preocupats, segurs i distants). Per a classificar als participants com a insegurs, es necessiten

puntuacions altes o moderades/altes en les tres escales que avaluen aspectes d'inseguretat afectiva (les escales 1,2 i 3) i baixes/moderades en l'escala relacionada amb la seguretat emocional (la 3). Mentre que, per a classificar-los com a segurs, han de puntuar baix en les escales relacionades amb la inseguretat i altes en les escales de seguretat.

Per a la classificació més específica d'estils d'aferrament:

- I. Aferrament temorós-hostil: Participants amb puntuacions altes o molt altes en les escales 1, 2 i 4, i puntuacions baixes en l'escala 3.
- II. Aferrament preocupat: Participants amb puntuacions molt elevades en l'escala 1 (baixa autoestima, necessitat d'aprovació i por al rebuig) i puntuacions moderades en la resta d'escales.
- III. Aferrament segur: Participants amb les puntuacions més altes en l'escala 3 (expressió emocional i comoditat en les relacions) i puntuacions baixes en la resta d'escales.
- IV. Aferrament evitatiu o distant: Participants amb puntuacions elevades en l'escala 4 (autosuficiència emocional i incomoditat amb la intimitat) i puntuacions baixes o moderades en les altres escales.

Pel que fa a la seva fiabilitat, es van trobar uns índex de consistència interna mitjançant el coeficient alfa de Cronbach on es va obtenir un índex de 0,86 en la primera escala, un 0,80 en la segona escala, 0,77 en la tercera escala i un 0,68 en la quarta escala.

3.3.2. Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE)

El segon qüestionari administrat va ser el *Cuestionario de Dependencia Emocional* (CDE), elaborat a Colòmbia per Lemos i Londoño (2006) amb l'objectiu de mesurar la dependència emocional en les relacions de parella en adults. En aquest treball s'ha utilitzat la versió original colombiana del qüestionari, i no una adaptació espanyola.

Aquest està constituït per 23 ítems en escala Likert de 6 punts on 1 correspon a *completament fals de mi* i 6 a *em descriu perfectament*. Els ítems s'agrupen en sis factors: el factor 1, "Ansietat per separació", conformat per 7 ítems; el factor 2, "Expressió afectiva de la parella", amb 4 ítems; el factor 3, "Modificació de plans", amb 4 ítems; el factor 4, "Por a la

soledat", amb 3 ítems; el factor 5, "Expressió límit", amb 3 ítems, i el factor 6, "Cerca d'atenció", amb 2 ítems.

La puntuació total s'obté sumant les respostes de tots els ítems, de manera que a major puntuació, més gran és el nivell de dependència emocional. A més, les puntuacions obtingudes en cada factor ajuden a identificar les àrees concretes on es manifesta aquesta dependència.

En quant a fiabilitat, l'alfa de Cronbach de l'escala total va ser de 0,927 i el valor assolit per les subescales va estar comprès entre 0,617 i 0,871 (Factor 1: $\alpha = 0,87$; Factor 2: $\alpha = 0,84$; Factor 3: $\alpha = 0,75$; Factor 4: $\alpha = 0,80$; Factor 5: $\alpha = 0,62$ i Factor 6: $\alpha = 0,78$).

3.4. Procediment

Es va crear un formulari mitjançant Microsoft Forms que incloïa un resum del meu estudi explicant l'objectiu principal, la participació i l'ús previst de les dades obtingudes. També es va afegir el full d'informació al participant i el consentiment informat, per tal que els participants poguessin consultar tota la informació ètica i legal relacionada amb aquest treball abans d'iniciar la seva participació.

La resposta al formulari era anònima i voluntària, i el temps estimat per completar-lo era d'uns 10 minuts. Un cop els participants consentissin participar en l'estudi, es donaria pas a la recollida de dades sociodemogràfiques i, posteriorment, als dos qüestionaris utilitzats en l'estudi.

Pel que fa a la difusió, el formulari es va compartir principalment a través de grups i contactes de WhatsApp, i també es va publicar en algunes xarxes socials per tal d'ampliar i obtenir una mostra representativa.

3.5. Consideracions ètiques

L'estudi es va dur a terme d'acord amb els principis ètics recollits a la Declaració de Hèlsinki i va ser revisat i aprovat pel Comitè Ètic d'Investigació en Persones, Societat i Medi Ambient de la Universitat Rovira i Virgili.

Totes les persones participants van donar el seu consentiment de manera voluntària, després de rebre un consentiment informat i acceptar-lo. Se'ls

va assegurar l'anonimat i que tota la seva informació recopilada en el marc d'aquest estudi es mantindria estrictament confidencial i amb l'aplicació de les corresponents mesures de seguretat i la resta d'obligacions derivades de la legislació de protecció de dades de caràcter personal, d'acord amb l'Esquema Nacional de Seguretat (Reial Decret 3/2010), per garantir la seva integritat, disponibilitat, autenticitat i traçabilitat.

3.6. Anàlisi estadística

L'anàlisi de les dades es va dur a terme mitjançant el programa IBM SPSS Statistics, versió 29. En primer lloc, es van calcular estadístics descriptius per caracteritzar la mostra i les variables d'estudi.

Tot seguit, es va realitzar una ANOVA d'un factor per analitzar si hi havia diferències significatives en els nivells de dependència emocional segons els diferents estils d'aferrament (segur, preocupat, temorós i distant). Després es va utilitzar una prova Post Hoc de Bonferroni per explorar més detalladament entre quins grups es trobaven aquestes diferències, i la prova d'Eta quadrat per valorar la magnitud de l'efecte.

També es va dur a terme també una prova t per mostres independents per examinar possibles diferències segons el sexe i el nivell de dependència emocional. I algunes correlacions de Pearson per explorar la relació entre la dependència emocional, l'edat i el nombre de parelles.

Per estudiar la relació entre la situació sentimental actual dels participants i la dependència emocional es va utilitzar una ANOVA. I una prova Chi quadrat per analitzar si existia una associació entre l'estil d'aferrament i el nombre de parelles. També es va utilitzar aquesta prova per estudiar la relació entre els estils i la dependència emocional categoritzada.

Finalment, es va realitzar una ANOVA per estudiar la relació entre les subescales de la dependència emocional amb els estils d'aferrament, acompanyada de la prova Eta quadrat i Post Hoc de Bonferroni per aprofundir en les diferències trobades.

Es van seguir els criteris habituals de significació estadística ($p < .05$) al llarg de tot l'anàlisi.

4. RESULTATS/ APORTACIONS

A continuació, es presenten els resultats obtinguts a partir de l'anàlisi de les dades recollides. En primer lloc, es mostren les característiques sociodemogràfiques de la mostra d'estudi (Taula 1), seguides dels resultats descriptius relatius a la dependència emocional i les seves subescales (Taula 2), i als estils d'aferrament (Taula 3). En aquesta última, es pot observar que l'estil més prevalent és l'aferrament segur amb un 57,7% dels participants. Seguidament, els estils més freqüents van ser el preocupat (22,2%), el distant (11,1%) i el temorós (8,9%).

Taula 1

Característiques sociodemogràfiques de la mostra (N=90)

	CATEGORIA	n	%
Sexe			
	Home	24	26,7
	Dona	66	73,3
Estudis actuals			
	Educació secundària	7	7,8
	Batxillerat o Cicles Formatius	27	30
	Grau universitari	48	53,3
	Màster o Postgrau	8	8,9
Situació sentimental			
	Solter/a	33	36,7
	En parella	53	58,9
	Prefereixo no dir-ho	4	4,4
Nombre de parelles			
	0-1	46	51,1
	2-3	35	38,9
	4 o més	9	10

Taula 2.

Característiques descriptives de la dependència emocional i les seves subescales

	M (DT)
CDE Total	54,72 (17,54)
Factor 1. Ansietat per separació	19,41 (7,76)
Factor 2. Expressió afectiva de la parella	11,98 (4,78)
Factor 3. Modificació de plans	8,21 (3,76)
Factor 4. Por a la soledat	5,52 (2,72)
Factor 5. Expressió límit	3,88 (1,55)
Factor 6. Cerca d'atenció	5,72 (2,52)

Taula 3.

Característiques descriptives dels estils d'aferrament

	n	%
Estils d'aferrament		
Temorós	8	8,9
Preocupat	20	22,2
Segur	52	57,8
Distant	10	11,1

Mitjançant l'ANOVA (Taula 4) s'ha observat que hi ha diferències estadísticament significatives entre els estils d'aferrament i la dependència emocional ($p < ,001$). Els estils temorós i preocupat presenten puntuacions significativament més altes que els estils segur i distant. La prova Post Hoc amb el test de Bonferroni (Taula 5), permet observar entre quins grups hi ha aquestes diferències: les persones amb un estil temorós o preocupat puntuen significativament més alt en dependència emocional que les persones amb un estil d'aferrament segur o distant, mentre que les que tenen un estil segur o distant puntuen significativament més baix en dependència emocional que les temeroses o preocupades.

Pel que fa a la magnitud d'aquest efecte, la prova d'Eta quadrat (també a la Taula 4) indica que el 31,8% de la variabilitat en la dependència emocional pot explicar-se pel tipus d'aferrament.

Taula 4.

Relació entre els estils d'aferrament i la dependència emocional

	Temorós	Preocupat	Segur	Distant	F(p)	Eta quadrat
	M (DT)	M (DT)	M(DT)	M(DT)		
Dependència emocional	67,13 (15,6)	70,05 (16,44)	48,77 (14,27)	45,1 (12,68)	13,358 (<,001)	,318

Taula 5.

Comparació entre els estils d'aferrament

Estils d'aferrament (I)	Estils d'aferrament (J)	Diferències de mitjanes (I-J)	Sig.
Temorós	Segur	18,365	,009
	Distant	22,025	,013
Preocupat	Segur	21,281	<,001
	Distant	24,950	<,001
Segur	Temorós	-18,356	,009
	Preocupat	-21,281	<,001
Distant	Temorós	-22,025	,013
	Preocupat	-24,950	<,001

La taula 6 mostra els resultats d'una prova *t* per mostres independents per examinar si hi havia diferències en els nivells de dependència emocional segons el sexe. No es van observar diferències significatives entre homes i dones ($p=,160$), a més la mida de l'efecte va ser petita (d de Cohen= $,24$).

Taula 6

Relació entre el sexe i la dependència emocional

	Homes (n=24)	Dones (n=66)		
	M (DT)	M (DT)	t (p)	d de Cohen
Dependència emocional	57,79 (19,13)	53,61 (16,94)	1,001 (,160)	,24

Segons la correlació de Pearson de la Taula 7, s'observa una correlació negativa molt feble tant en l'edat com en el nombre de parelles i la dependència emocional (com més edat i més nombre de parelles, més baixa la DE), però el valor de la p no és estadísticament significativa ($p=,638$; $p=,457$). Així doncs, no s'ha trobat una relació clara entre aquestes variables.

Taula 7

Relació entre l'edat i el nombre de parelles i la dependència emocional

	Edat	Nombre de parelles
Dependència emocional	-,050 ($p=,638$)	-,079 ($p=,457$)

En relació a la situació sentimental i la dependència emocional, es va aplicar una ANOVA, com es pot observar en la Taula 8, on les persones solteres mostren nivells mitjanament més alts de dependència emocional que les que tenen parella, però la diferència no és estadísticament significativa ($p=,202$).

Taula 8

Relació entre la situació sentimental i la dependència emocional

	Solter/a (n=33)	En parella (n=53)	Prefereixo no dir-ho (n=4)
--	----------------------------	------------------------------	---

	M (DT)	M (DT)	M (DT)	F(p)
Dependència emocional	58,39 (20,25)	51,98 (15,44)	60,75 (16,92)	1,63 (,202)

En la Taula 9 s'observen els resultats de la prova Chi-quadrat, la qual ens indica que no hi ha una associació estadísticament significativa entre l'estil d'aferrament i el nombre de parelles ($p=,389$). El fet de tenir-ne més o menys no sembla estar relacionat amb cap estil d'aferrament concret dins d'aquesta mostra.

Taula 9

Relació entre el nombre de parelles i l'estil d'aferrament

	Nombre parelles			Total	Chi quadrat
	0-1	2-3	4 o +		
Estil d'aferrament					6,316 ($p=,389$)
Temorós	6	2	0	8	
Preocupat	12	7	1	20	
Segur	23	21	8	52	
Distant	5	5	0	10	
Total	46	35	9	90	

En la següent taula (Taula 10) es va analitzar l'associació entre el tipus d'aferrament i els nivells de dependència emocional (categoritzat en baixa, moderada i alta). Es va realitzar una prova Chi-quadrat que indica que hi ha una relació estadísticament significativa ($p<,001$) entre ambdues variables, que ja havíem vist anteriorment (Taula 4), i que del total de participants un 14,4% mostren baixa DE, un 70% moderada DE i un 15,6% alta DE.

Taula 10*Estils d'aferrament i nivells de dependència emocional*

	Dependència emocional				Chi quadrat
	Baixa	Moderada	Alta	Total	
Estil d'aferrament					24,032 (p<,001)
Temorós	0	3	5	8	
Preocupat	0	15	5	20	
Segur	10	39	3	52	
Distant	3	6	1	10	
Total (%)	13 (14,4)	63 (70)	14 (15,6)	90	

Finalment, la Taula 11 mostra els resultats de l'anàlisi entre els estils d'aferrament i les subescales (sis factors) de dependència emocional. Anàlisi que s'ha realitzat mitjançant una ANOVA que mostra diferències significatives en els factors d'Ansietat per separació ($p < ,001$), Expressió afectiva de la parella ($p < ,001$), Por a la soledat ($p < ,001$) i Expressió límit ($p < ,001$). En canvi, no es van observar diferències significatives en Modificació de plans ($p = ,089$) ni Cerca d'atenció ($p = ,059$). Pel que fa als tamanys de l'efecte mesurats per la prova Eta quadrat, les diferències entre estils d'aferrament mostren una magnitud gran en les variables d'ansietat per separació, expressió afectiva, por a la soledat i expressió límit. En canvi, les variables de modificació de plans i cerca d'atenció presenten un tamany de l'efecte mitjà, indicant una influència més moderada de l'aferrament sobre aquests aspectes de la dependència emocional.

L'anàlisi Post Hoc amb el test de Bonferroni revela, tal i com es mostra en la Taula 12, que els participants amb aferrament temorós i preocupat mostren nivells significativament més elevats d'ansietat per separació en comparació amb els grups segur i distant. A més, els individus amb aferrament preocupat presenten significativament menys expressió afectiva de la parella, més por a la soledat i més conductes límit que els altres estils.

Aquestes diferències reforcen el vincle entre estils d'aferrament insegurs i alts nivells de dependència emocional.

Taula 11

Anàlisi ANOVA dels sis factors de dependència emocional segons l'estil d'aferrament

	Temorós	Preocupat	Segur	Distant	F(p)	Eta
	Mitja	Mitja	Mitja	Mitja		quadrat
	(DT)	(DT)	(DT)	(DT)		
Ansietat	27,13	25,4	16,4	16,9	13,609	,322
separació	(6,69)	(6,18)	(6,80)	(5,17)	(<,001)	
Expressió	15,5	14,8	10,85	9,4	6,827	,192
afectiva	(4,44)	(4,42)	(4,42)	(3,92)	(<,001)	
Modificació	7,75	9,9	7,96	6,5	2,244	,073
de plans	(3,85)	(4,39)	(3,59)	(2,07)	(,089)	
Por a la	6,38	7,8	4,69	4,6	8,71	,233
soledat	(3,20)	(2,98)	(1,97)	(2,76)	(<,001)	
Expressió	4	5,3	3,46	3,1	10,092	,260
límit	(1,31)	(2,39)	(0,85)	(0,32)	(<,001)	
Cerca	6,38	6,85	5,4	4,6	2,578	,183
d'atenció	(1,77)	(2,32)	(2,62)	(2,22)	(,059)	

Taula 12

Comparació post hoc de les subescales de dependència emocional segons el tipus d'aferrament

Variable	Comparació significativa	Diferència de mitjanes	p
Ansietat separació	Segur vs Preocupat	-8,996	<,001
	Segur vs Temorós	-10,721	<,001
	Distant vs Preocupat	-8,5	,007
	Distant vs Temorós	-10,225	,008
Expressió afectiva	Segur vs Preocupat	-3,954	,005
	Segur vs Temorós	-4,654	,038
	Distant vs Preocupat	-5,4	,012
	Distant vs Temorós	-6,1	,025
Por a la soledat	Segur vs Preocupat	-3,108	<,001
	Distant vs Preocupat	-3,2	,006
Expressió límit	Segur vs Preocupat	-1,838	<,001
	Distant vs Preocupat	-2,2	<,001

5. DISCUSSIÓ

Aquest treball tenia per objectiu principal estudiar la relació entre els estils d'aferrament i la dependència emocional en les relacions de parella de joves adults d'entre 18 i 30 anys. La hipòtesi principal plantejava l'existència d'aquesta relació, la qual ha estat confirmada pels resultats obtinguts ja que es va observar una relació significativa entre les dues variables. Aquests resultats són coherents amb diversos estudis en els que es van trobar correlacions positives entre els estils d'aferrament i la dependència emocional, com els de Valle i Moral (2018) i Rocha et al. (2019).

Els objectius secundaris van anar acompanyats de les seves respectives hipòtesis, que es presenten a continuació. El primer d'aquests objectius consistia a identificar els estils d'aferrament predominants en una mostra de

joves adults, amb la hipòtesi que l'estil més freqüent seria l'aferrament segur. Aquesta hipòtesi ha estat confirmada, ja que els resultats mostren que un 57,7% dels participants presentaven aquest estil. Aquestes dades coincideixen amb els resultats de l'estudi de Boada, Aguilera i Llerena (2015), en què es va observar que un 52% dels participants presentaven un estil d'aferrament segur. Diversos autors, com Bowlby (1989) o Melero i Cantero (2008), van indicar que l'aferrament segur és el més comú en poblacions no clíniques, especialment quan els individus han crescut en entorns familiars emocionalment estables.

D'altra banda, es va trobar que els estils preocupat i temorós eren els que es relacionaven amb nivells més elevats de dependència emocional de manera significativa, cosa que dona suport a la segona hipòtesi i va a favor de resultats com els de Merlyn et al. (2024), on també es va observar una correlació significativa entre aquests dos estils d'aferrament i la dependència emocional. A més, aquestes troballes van en la línia de la teoria de l'aferrament adult proposada per Bartholomew i Horowitz (1991), que caracteritza els estils preocupat i temorós per un model negatiu de si mateix, el qual es relaciona amb una major vulnerabilitat a la dependència emocional en les relacions íntimes.

No es va trobar que els participants amb un aferrament segur presentessin nivells més baixos en dependència emocional que els demès estils, ja que, tot i ser un dels grups amb mitjanes més baixes, aquestes van ser similars a les de l'estil distant (48,77 i 45,10, respectivament). Per tant, la tercera hipòtesi, que plantejava que l'aferrament segur presentaria puntuacions més baixes en dependència emocional que la resta d'estils, va quedar rebutjada. Aquests resultats contrasten amb els obtinguts per Merlyn et al. (2024), que van trobar que les persones amb un aferrament segur tenien menys tendència a desenvolupar dependència emocional, en comparació amb aquelles amb un aferrament insegur (preocupat, temorós o distant).

Tot i així, aquests resultats poden tenir una explicació teòrica, ja que tant l'aferrament segur com el distant han estat caracteritzats per Bartholomew i Horowitz (1991) com a estils associats a un model de si mateix positiu, el qual s'associa amb una baixa dependència emocional. En aquest sentit, té lògica que els dos estils hagin presentat les puntuacions més baixes.

No s'han trobat diferències significatives en funció del gènere, fet que no confirma la quarta hipòtesi plantejada segons la qual les dones presentarien nivells més alts de dependència emocional que els homes. Contràriament al que s'havia hipotetitzat en investigacions com les de Valle i Moral (2018), Salinas (2017) i Urbiola i Estévez (2015), que van trobar que el gènere masculí mostrava una tendència més elevada a establir relacions emocionalment dependents. Tanmateix, altres investigacions com la d'Alonso-Arbiol et al. (2002) van trobar resultats oposats, en els que el gènere femení presentava majors nivells de dependència emocional. Aquesta troballa concorda amb el que apunta Castelló (2005), qui assenyala que les dones solen ser les protagonistes de la dependència emocional a causa de diversos factors de naturalesa biològica i cultural.

El fet que en alguns estudis es trobi una major dependència emocional en homes i altres en dones podria explicar-se per la manera diferenciada en què es manifesta la dependència emocional segons el gènere. Tal com apunten Moral i Sirvent (2009), els homes dependents tendeixen a mostrar conductes de cerca de sensacions fortes i comportaments hiperestimuladors, mentre que en el cas de les dones, la dependència emocional es caracteritza sovint per una manca de consciència real del problema, derivada de processos d'autoengany i mecanismes de negació o no-afrontament. Per aquest motiu, en alguns estudis les dones poden aparèixer com les principals dependents emocionals, mentre que en altres, els homes. En el cas de no trobar-se diferències significatives, com ha ocorregut en aquest treball, això podria deure's a la mida reduïda de la mostra i a la baixa representació de participants masculins.

La cinquena hipòtesi plantejava que les persones de menor edat presentarien nivells més elevats de dependència emocional, la qual queda rebutjada perquè no es van trobar diferències significatives entre aquestes variables. Els resultats obtinguts van en contra dels de Salinas (2017), qui afirmava amb seguretat que les persones d'entre 15 i 19 anys mostraven una major dependència emocional. Tanmateix, concorden amb els de l'estudi de Valle i Moral (2018), que tampoc van observar diferències significatives en funció de l'edat però sí en relació a l'historial de parelles, ja que van observar que les persones que havien tingut més de dues parelles

obtenien una puntuació més alta en dependència emocional. Aquestes dades contrasten amb la setena hipòtesi, segons la qual tenir més o menys experiència en relacions de parella (nombre de parelles prèvies) no es relaciona significativament amb la dependència emocional, hipòtesi que pot ser confirmada, ja que en aquest estudi no s'han obtingut diferències significatives entre aquestes variables. Els resultats no concordarien amb lo esmentat per Castelló (2005), que va definir als dependents emocionals com a persones que tendeixen a buscar desesperadament una nova relació quan es troben sense parella, cosa que ens portaria a pensar que a major nombre de relacions tingudes, major nivell de dependència emocional.

De la mateixa manera, tenir parella o no tampoc es troba relacionat, fet que permet rebutjar la sisena hipòtesi segons la qual les persones que actualment tenen parella mostrarien nivells més alts de dependència emocional que les que estan solteres.

Una possible explicació per la manca de diferències significatives en funció de l'edat, la situació sentimental i el nombre de parelles prèvies podria estar relacionada amb la composició de la mostra. En primer lloc, una gran part de la mostra presentava edats més baixes que 25, deixant pocs subjectes en edats majors i dificultant la possible detecció de diferències en funció de l'edat. De la mateixa manera, l'experiència en relacions era bastant homogènia, ja que moltes persones indicaven haver tingut només una parella, fet que reduïa la variabilitat en aquesta variable. Pel que fa a la variable de situació sentimental, el terme "en parella" no diferenciava si es tractava d'una relació estable, recent, de llarga durada o intermitent, cosa que podia haver generat respostes molt diverses dins del mateix grup i la dificultat d'identificació de patrons clars. Tots aquests factors podrien haver contribuït a la manca de resultats significatius en les hipòtesis cinc, sis i set.

Per acabar, es va observar que no existia una relació significativa entre el nombre de parelles i els diferents estils d'aferrament que poguessin mostrar, de la mateixa manera que tampoc la van trobar Valle i Moral (2018) en el seu estudi. Tanmateix, la vuitena hipòtesi plantejada tampoc podria ser confirmada, ja que es va trobar que els individus amb més historial de parelles presentaven un aferrament segur, i no un estil preocupat com s'havia hipotetitzat anteriorment. En aquesta línia, Sánchez

(2011) sí que va trobar diferències en l'estil d'aferrament en funció del gènere i del nombre de parelles, observant que els homes solen presentar un estil segur, així com també aquelles persones amb un historial més ampli de relacions de parella.

Com a principals limitacions d'aquest estudi, tal com ja s'ha esmentat anteriorment, podem trobar la mida reduïda de la mostra i la manca d'equilibri en la representativitat, ja que la participació masculina va ser molt baixa. Aquesta limitació podria haver influït en la capacitat d'obtenir resultats significatius en algunes de les variables analitzades.

Una altra limitació rellevant és la complexitat del sistema de correcció del *Cuestionario de Apego Adulto* de Melero i Cantero (2008), que dificultava la classificació de tots els subjectes en els diferents estils d'aferrament. Això va obligar a realitzar una classificació que s'hi aproximés molt, la qual podria haver afectat en la precisió dels resultats obtinguts.

Els resultats d'aquest estudi aporten evidència que reforça la relació entre els estils d'aferrament i la dependència emocional en joves adults, fet que contribueix al coneixement teòric que hi ha sobre aquests constructes. A nivell pràctic, aquests resultats poden servir com a base per detectar perfils amb més risc de dependència emocional i per orientar programes preventius i d'educació emocional des de la infància, amb la finalitat de fomentar vincles afectius més saludables que afavoreixin el desenvolupament d'estils d'aferrament segurs.

Per tal de millorar la validesa dels resultats, seria convenient que en futurs estudis es comptés amb una mostra més àmplia i equilibrada, així com amb instruments de mesura que presentessin criteris de classificació més clars i operatius. També es podrien especificar algunes de les dades sociodemogràfiques, com el tipus de relació si s'està en parella (estable o intermitent, recent o de llarga durada). A més, seria interessant que en recerques futures s'explorés aquesta relació amb dissenys longitudinals per observar com evoluciona l'aferrament i la dependència emocional al llarg del temps.

6. CONCLUSIONS

Aquest estudi tenia com a objectiu principal analitzar la relació entre els estils d'aferrament i la dependència emocional en les relacions de parella de joves adults. Els resultats obtinguts han confirmat l'existència d'aquesta relació aportant dades actualitzades que reforcen l'evidència existent entre les dues variables, i mostrant que els estils d'aferrament preocupat i temorós s'associen amb nivells més elevats de dependència emocional, mentre que els estils segur i distant presenten puntuacions més baixes. Aquestes troballes concorden amb les aportacions teòriques de Bartholomew i Horowitz (1991), en que els estils preocupat i temorós eren caracteritzats per mostrar alts nivells de dependència, mentre que els estils segur i distant per mostrar una baixa dependència. Així doncs, és d'esperar que les persones que mostrin un determinat estil d'aferrament tinguin més o menys tendència a presentar dependència emocional.

Pel que fa als objectius específics, s'ha confirmat que l'aferrament segur és l'estil predominant en la mostra estudiada, seguint la línia d'investigacions prèvies. No obstant això, altres hipòtesis han estat rebutjades, com ara les que preveïen diferències en la dependència emocional en funció del gènere, l'edat, la situació sentimental actual o l'historial de parelles, ja que no s'han trobat relacions estadísticament significatives entre aquestes variables. Alguns estudis previs havien identificat diferències significatives en relació amb aquests factors, fet que ens fa pensar que les limitacions en el present estudi podrien haver influït en la manca de resultats significatius.

Finalment, tot i que no s'ha trobat una relació significativa entre el nombre de parelles i els estils d'aferrament, els resultats obtinguts indiquen que les persones amb més relacions prèvies tendeixen a presentar un aferrament segur, contrari a l'esperat per Castelló (2005), que va definir a les persones dependents emocionals amb una tendència a buscar noves parelles per temor a la soledat i la necessitat d'estar constantment en algú.

En conclusió, aquest estudi mostra la importància que té l'aferrament desenvolupat durant la infància en la configuració de les relacions afectives a l'edat adulta. Créixer en un entorn segur, amb figures d'aferrament estables i emocionalment disponibles, pot actuar com un factor protector

davant la dependència emocional en les relacions de parella. Per això, fomentar vincles segurs des de les primeres etapes de vida no només afavoreix el benestar emocional dels infants, sinó que també poden tenir efectes positius a llarg termini en les relacions i l'estabilitat emocional a l'edat adulta. Tenint en compte tot l'exposat, seria interessant contribuir a la creació i promoció de programes que fomentin vincles segurs des de la infància, amb l'objectiu de prevenir dificultats emocionals i relacionals en la vida adulta.

7. BIBLIOGRAFIA

- Ainsworth, M. S. (1989). Attachments beyond infancy. *American psychologist*, 44(4), 709. <https://psycnet.apa.org/buy/1989-25551-001>
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. N. (2015). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Psychology press. <https://www.taylorfrancis.com/books/mono/10.4324/9780203758045/patterns-attachment-mary-salter-ainsworth-everett-waters-mary-blehar-sally-wall>
- Alonso-Arbiol, I., Shaver, P. R., & Yárnoz, S. (2002). Insecure attachment, gender roles, and interpersonal dependency in the Basque Country. *Personal relationships*, 9(4), 479-490. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/1475-6811.00030>
- Barón, M. O., Zapiain, J. G., & Apodaca, P. (2002). Apego y satisfacción afectivo-sexual en la pareja. *Psicothema*, 14(3), 469-475. <https://reunido.uniovi.es/index.php/PST/article/view/8045>
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal relationships*, 7(2), 147-178. <https://doi.org/10.1177/0265407590072001>
- 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(2), 226.

<https://citeseerx.ist.psu.edu/document?repid=rep1&type=pdf&doi=6b6000ae9911fa9f9ec6345048b5a20501bdcedf>

- Benlloch Bueno, S. (2020). Teoría del Apego en la Práctica Clínica: Revisión teórica y Recomendaciones. *Revista de Psicoterapia*, 31(116), 169-189. <https://doi.org/10.33898/rdp.v31i116.348>
- Boada, B. Aguilera Vásconez, R. P., & Llerena Cruz, Á. G. (2015). *Dependencia emocional y vínculos afectivos en estudiantes de la carrera de psicología clínica de la universidad nacional de chimborazo, periodo noviembre 2014-abril 2015* [Trabajo de Grado, Universidad Nacional de Chimborazo] <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/1011/1/UNACH-EC-PSC.CLIN-2015-0017.pdf>
- Bornstein, R. F. (2011). An Interactionist Perspective on Interpersonal Dependency. *Current Directions in Psychological Science*, 20(2), 124-128. <https://www-jstor-org.sabidi.urv.cat/stable/23045765?sid=primo&seq=2>
- Bornstein, R. F. (2012). Illuminating a Neglected Clinical Issue: Societal Costs of Interpersonal Dependency and Dependent Personality Disorder. *Journal of Clinical Psychology*, 68(7), 766-781. <https://research-ebSCO-com.sabidi.urv.cat/c/iuapm2/viewer/pdf/mzxthfus3b?route=details>
- Bowlby, J. (1989). Aplicaciones clínicas de una teoría del apego. *Ibérica. Paidós*.
- Bowlby, J. (2014). Vínculos afectivos: formación, desarrollo y pérdida (6a. ed.). Ediciones Morata, S. L. <https://elibro-net.sabidi.urv.cat/es/ereader/urv/116208?page=1>
- Bowlby, J., Ainsworth, M., & Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory. *Developmental Psychology*, 28(5), 759-775. <https://citeseerx.ist.psu.edu/document?repid=rep1&type=pdf&doi=9daf1c13f86720000e9ddcde238ab3756cc0847b>
- Bowlby, J., & Solomon, M. (1989). *Attachment theory*. Los Angeles, CA: Lifespan Learning Institute. <https://tcf-website-media-library.s3.eu->

west-2.amazonaws.com/wp-content/uploads/2014/12/20131930/An-Introduction-To-Object-Relations-1997-Chap-7.compressed.pdf

- Brennan, K. A., & Shaver, P. R. (1995). Dimensions of adult attachment, affect regulation, and romantic relationship functioning. *Personality and social psychology bulletin*, 21(3), 267-283.
<https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0146167295213008>
- Castelló Blasco, J. (2005). *Dependencia emocional: características y tratamiento*. Alianza.
https://www.alianzaeditorial.es/primer_capitulo/dependencia-emocional.pdf
- Cerdán Fievez, S. (2016). Apego y relaciones románticas.
<https://repositorio.comillas.edu/xmlui/handle/11531/13378>
- Collins, N. L., & Feeney, B. C. (2000). A safe haven: an attachment theory perspective on support seeking and caregiving in intimate relationships. *Journal of personality and social psychology*, 78(6), 1053.
https://labs.psych.ucsb.edu/collins/nancy/UCSB_Close_Relationships_Lab/Publications_files/Collins%20and%20Feeney%2C%202000.pdf
- Comín, M. A. (2012). El vínculo de apego y sus consecuencias para el psiquismo humano. *Intercambios, papeles de psicoanàlisis/Intercanvis, papers de psicoanàlisi*, (29), 7-17.
<https://www.raco.cat/index.php/Intercanvis/article/view/353994>
- Corbella, S., & del Cid, L. B. G. (2005). Neurobiología de la autorregulación afectiva, patrones de apego y compatibilidad en la relación terapeuta-paciente. *Revista de psicoterapia*, 16(61), 77-101.
<https://psykebase.es/servlet/articulo?codigo=1993735>
- Davis, D., Shaver, P. R., & Vernon, M. L. (2004). Attachment style and subjective motivations for sex. *Personality and social psychology bulletin*, 30(8), 1076-1090.
https://www.researchgate.net/publication/8451396_Attachment_Style_and_Subjective_Motivations_for_Sex/citations

Davis, D., Shaver, P. R., Widaman, K. F., Vernon, M. L., Follette, W. C., & Beitz, K. (2006). "I can't get no satisfaction": Insecure attachment, inhibited sexual communication, and sexual dissatisfaction. *Personal Relationships*, 13(4), 465-483.

https://www.researchgate.net/profile/Deborah-Davis-5/publication/227966256_I_can%27t_get_no_satisfaction_Insecure_attachment_inhibited_sexual_communication_and_sexual_dissatisfaction/links/5a19ba91aca272df080d7f8e/I-cant-get-no-satisfaction-Insecure-attachment-inhibited-sexual-communication-and-sexual-dissatisfaction.pdf

Delgado, A. O., & Oliva Delgado, A. (2004). Estado actual de la teoría del apego. *Revista de Psiquiatría y Psicología del Niño y del Adolescente*, 4(1), 65-81.

https://conductitlan.org.mx/10_psicologiainfantil/SINDROMES/Apego.pdf

Estévez, A., Chávez-Vera, M. D., Momeñe, J., Olave, L., Vázquez, D., & Iruarrizaga, I. (2018). El papel de la dependencia emocional en la relación entre el apego y la conducta impulsiva. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 34(3), 438-445.

<https://revistas.um.es/analesps/article/view/analesps.34.3.313681>

Feeney, J. A. (1995). Adult attachment and emotional control. *Personal relationships*, 2(2), 143-159.

<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1475-6811.1995.tb00082.x>

Feeney, J., & Noller, P. (2001). *Apego adulto*. Bilbao: Desclée de Brouwer.

<https://elibro-net.sabidi.urv.cat/es/ereader/urv/47654?page=1>

Fonagy, P., Bateman, A. W., Lorenzini, N., & Campbell, C. (2014). Development, attachment, and childhood experiences. *The American Psychiatric Publishing textbook of personality disorders*, 55-77.

[https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=mbcmEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA167&dq=Fonagy,+P.,+Bateman,+A.+W.,+Lorenzini,+N.,+%26+Campbell,+C.+\(2014\).+Development,+attachment,+and+childhood+experiences.+The+American+Psychiatric+Publishing+textboo](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=mbcmEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA167&dq=Fonagy,+P.,+Bateman,+A.+W.,+Lorenzini,+N.,+%26+Campbell,+C.+(2014).+Development,+attachment,+and+childhood+experiences.+The+American+Psychiatric+Publishing+textboo)

[k+of+personality+disorders,+55-77.&ots=nliNlc_HaC&sig=sojHTidpZAYuyHh7aJDzt5P6agQ#v=onepage&q&f=false](http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0120-05342006000300004&script=sci_arttext)

Garrido-Rojas, L. (2006). Apego, emoción y regulación emocional. Implicaciones para la salud. *Revista latinoamericana de psicología*, 38(3), 493-507.
http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0120-05342006000300004&script=sci_arttext

Gonzalez-Bueso, V., Santamaría, J. J., Merino, L., Montero, E., Fernández, D., & Ribas, J. (2018). Dependencia emocional en mujeres: una revisión de la literatura empírica. *Psicosomática y psiquiatría*, (5).
<https://www.raco.cat/index.php/PsicosomPsiquiatr/article/view/393274>

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.
<https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=s0718-22282012000100005>

Heathers, G. (1955). Acquiring Dependence and Independence: A Theoretical Orientation. *The Journal of Genetic Psychology*, 87(2), 277-291.
<https://www.proquest.com/docview/1297120382?parentSessionId=0OUfGOnNcwXo4MSQZWT%2B6uYZ5i8%2FqWlqXRRErj9CDlw%3D&pq=origsite=primo&accountid=14733&sourcetype=Scholarly%20Journals>

Izquierdo Martínez, S. A., & Gómez-Acosta, A. (2013). Dependencia afectiva: abordaje desde una perspectiva contextual. *Psychologia. Avances de la disciplina*, 7(1), 81-91.
http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=s1900-23862013000100008&script=sci_arttext

Lemos Hoyos, M., & Londoño Arredondo, N. H. (2006). Construcción y validación del cuestionario de dependencia emocional en población colombiana. *Acta colombiana de psicología*, 9(2), 127-140.

http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=s0123-91552006000200012&script=sci_arttext

- Lemos, M., Vásquez-Villegas, C., & Román-Calderón, J. P. (2019). Invarianza del Cuestionario de Dependencia Emocional entre sexos y situación sentimental en universitarios. *Revista de Psicología (PUCP)*, 37(1), 218-250.
http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S0254-92472019000100009&script=sci_arttext&tlng=pt
- López, F. (1993). El apego a lo largo del ciclo vital. In *Teoría del apego y relaciones afectivas* (pp. 11-62). Servicio de Publicaciones.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5531103>
- López, C., & Ramírez, M. (2005). Apego. *Revista chilena de medicina familiar*, 6(1), 20-24.
<https://revistachilenademedicinafamiliar.cl/index.php/sochimef/article/view/134>
- Main, M., & Hesse, E. (1990). Parents' unresolved traumatic experiences are related to infant disorganized attachment status: Is frightened and/or frightening parental behavior the linking mechanism?
<https://psycnet.apa.org/record/1990-98514-005>
- Main, M., & Solomon, J. (1986). Discovery of an insecure-disorganized/disoriented attachment pattern. In T. B. Brazelton & M. W. Yogman (Eds.), *Affective development in infancy* (pp. 95-124). Ablex Publishing. <https://psycnet.apa.org/record/1986-97821-005>
- Malekpour, M. (2007). Effects of attachment on early and later development. *The British Journal of Development Disabilities*, 53(105), 81-95. <https://doi.org/10.1179/096979507799103360>
- Marrone, M. (2018). La teoría del apego y el psicodrama. *Clínica Contemporánea*, 9(2), E11.
<https://www.escueladefamiliasadoptivas.es/wp-content/uploads/2019/05/cc2018v9n2a12.pdf>

- Martínez, Claudio, & Santelices, María Pía. (2005). Adult Attachment Assessment: A Review. *Psykhé (Santiago)*, 14(1), 181-191. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-22282005000100014>
- Melero, R., & Cantero, M. (2008). Los estilos afectivos en la población española: un cuestionario de evaluación del apego adulto. *Clínica y salud*, 19(1), 83-100. <https://scielo.isciii.es/pdf/clinsa/v19n1/v19n1a04.pdf>
- Merlyn, M. F., Díaz-Mosquera, E., & Latorre, G. (2024). Types of attachment as predictors of emotional dependence in couples. *International Journal of Advanced and Applied Sciences [Internet]*, 178-86. https://www.researchgate.net/profile/Marie-France-Merlyn/publication/384616960_Types_of_attachment_as_predictors_of_emotional_dependence_in_couples/links/66ffdc1a553d245f9e4a1815/Types-of-attachment-as-predictors-of-emotional-dependence-in-couples.pdf
- Momeñe, J., Jáuregu, P., & Estévez, A. (2017). El papel predictor del abuso psicológico y la regulación emocional en la dependencia emocional. *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*, 25(1). https://www.researchgate.net/profile/Janire-Momene/publication/317023470_El_papel_predictor_del_abuso_psicologico_y_la_regulacion_emocional_en_la_dependencia_emocional/links/5ddcf2a6458515dc2f4e056f/El-papel-predictor-del-abuso-psicologico-y-la-regulacion-emocional-en-la-dependencia-emocional.pdf?sg%5B0%5D=started_experiment_milestone&origin=journalDetail&rtd=e30%3D
- Moral Jiménez, M. D. L. V., & Sirvent Ruiz, C. (2009). Dependencia afectiva y género: perfil sintomático diferencial en dependientes afectivos españoles. *Interamerican journal of psychology*. <https://digibuo.uniovi.es/dspace/bitstream/handle/10651/35600/28412891004.pdf?seq>
- Moya, L. J., & Martínez, A. T. (2024). La influencia de los estilos de apego en la regulación de las emociones y la satisfacción en la

- pareja. *Edupsykhé. Revista de Psicología y Educación*, 1-18.
<https://journals.ucjc.edu/EDU/article/view/4673>
- Ottenberger, D. R., & Milad, E. H. (2011). Integración de la Teoría del Apego y Modelos Basados en la Evidencia en la Comprensión de la Satisfacción Marital. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 20(1), 57-65. <https://www.redalyc.org/pdf/2819/281921807005.pdf>
- Rocha Narvaez, B. L., Umbarila Castiblanco, J., Meza Valencia, M., & Riveros, F. A. (2019). Estilos de apego parental y dependencia emocional en las relaciones románticas de una muestra de jóvenes universitarios en Colombia. *Diversitas: Perspectivas En Psicología*, 15(2), 285-299. <https://doi.org/10.15332/22563067.5065>
- Rodríguez de Medina Quevedo, I. (2013). La dependencia emocional en las relaciones interpersonales.
<https://digibug.ugr.es/bitstream/handle/10481/27754/ReiDoCrea-Vol.2-Art.19Rodriguez.pdf?sequence=1>
- Rozenel, V. (2006). Los Modelos Operativos Internos (IWM) dentro de la teoría del apego. *Aperturas psicoanalíticas: Revista de psicoanálisis*, (23), 7. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2038219>
- Salinas Ruiz, A. E. (2018). *Estilos de Apego y Dependencia Emocional en Estudiantes Pre-Universitarios de la Universidad Católica de Santa María* [Traball de Fi de Grau, Universidad Católica de Santa María]
<https://repositorio.ucsm.edu.pe/server/api/core/bitstreams/0203b432-3576-4b0f-8d2e-adc96b39a612/content>
- Sánchez Gil, S. (2017). Apego adulto y satisfacción afectivo-sexual:¿ cómo influye la familia de origen?. [Trabajo de Fin de Máster, Universidad Pontificia Comillas]
<https://repositorio.comillas.edu/xmlui/handle/11531/23233>
- Sánchez Herrero, M. (2011). *Apego en la infancia y apego adulto: influencia en las relaciones amorosas y sexuales* [Trabajo de Fin de Máster, Universidad de Salamanca]
<https://gredos.usal.es/handle/10366/99355>

- Sanchis Cordellat, F. (2008). *Apego, acontecimientos vitales y depresión en una muestra de adolescentes* [Tesi Doctoral, Universitat Ramon Llull]. <https://portalinvestigacion.um.es/documentos/63c0b22d3df4c204fbaf448f>
- Sandí, M. A. (2019). Intervenciones psicoterapéuticas basadas en la teoría del apego. *Revista Cúpula*, 33(1), 33-53. <https://www.binasss.sa.cr/bibliotecas/bhp/cupula/v33n1/art03.pdf>
- 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. <https://research-ebSCO-com.sabidi.urv.cat/c/iuapm2/viewer/pdf/uliaplzo3b?route=details>
- Shaver, P. R., & Hazan, C. (1988). A biased overview of the study of love. *Journal of Social and Personal relationships*, 5(4), 473-501. <https://doi.org/10.1177/0265407588054005>
- Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2009). An overview of adult attachment theory. *Attachment theory and research in clinical work with adults*, 17-45. <https://cheleyntema.com/wp-content/uploads/2024/05/Mikulincer-and-Shaver-2008-Overview-of-attachment-.pdf>
- Urbiola, I., & Estévez, A. (2015). Dependencia emocional y esquemas desadaptativos tempranos en el noviazgo de adolescentes y jóvenes. *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*, 23(3). https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2018/10/09.Urbiola_23-3.pdf
- Valle, L., & Moral Jiménez, M. D. L. V. (2018). Dependencia emocional y estilo de apego adulto en las relaciones de noviazgo en jóvenes españoles. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 9. <https://digibuo.uniovi.es/dspace/bitstream/handle/10651/46794/Dependencia%20emocional.pdf>

- Vega, L. (2010). Importancia de fomentar el vínculo de apego en la infancia. *Revista mexicana de pediatría*, 77(3), 103-104.
<https://www.medigraphic.com/pdfs/pediat/sp-2010/sp103a.pdf>
- Yárnoz, S., Alonso-Arbiol, I., Plazaola, M., & Sainz de Murieta, L. M. (2001). Apego en adultos y percepción de los otros. *Anales de psicología*, 17(2), 159-170.
- Yárnoz-Yaben, S., & Comino, P. (2011). Evaluación del apego adulto: Análisis de la convergencia entre diferentes instrumentos. *Acción psicológica*, 8(2), 67-85.
<https://www.redalyc.org/pdf/3440/344030766006.pdf>
- Zapiain, J. G., Ortiz, M. J., & Lope, J. G. (2011). Experiencia sexual, estilos de apego y tipos de cuidados en las relaciones de pareja. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 27(2), 447-456.
<https://revistas.um.es/analesps/article/view/123081>

8. ANNEXOS

8.1. Annex A. Qüestionari sociodemogràfic

1. Sexe

- Home
- Dona
- Altres

2. Edat

3. Estudis actuals o últims finalitzats

- Educació primària
- Educació secundària (ESO)
- Batxillerat o Cicles Formatius
- Grau universitari
- Màster o Postgrau
- Doctorat

4. Situació sentimental actual

- Solter/a
- En parella
- Prefereixo no dir-ho

5. Nombre de parelles que has tingut

8.2. Annex B. Cuestionario de Apego Adulto (CAA) de Melero i Cantero

A continuación encontrarás una serie de afirmaciones, rodea el número que corresponda al grado en que cada una de ellas describe tus sentimientos o tu forma de comportarte en tus relaciones.

1	2	3	4	5	6
Completamente en desacuerdo	Bastante en desacuerdo	Algo en desacuerdo	Algo de acuerdo	Bastante de acuerdo	Completamente de acuerdo

	1	2	3	4	5	6
1. Tengo facilidad para expresar mis sentimientos y emociones						
2. No admito discusiones si creo que tengo razón						
3. Con frecuencia, a pesar de estar con gente importante para mí me siento sólo/a y falto de cariño						
4. Soy partidario/a del "ojo por ojo y diente por diente"						
5. Necesito compartir mis sentimientos						
6. Nunca llego a comprometerme seriamente en mis relaciones						
7. Si alguien de mi familia o un amigo/a me lleva la contraria, me enfado con facilidad						
8. No suelo estar a la altura de los demás						
9. Creo que los demás no me agradecen lo suficiente todo lo que hago por ellos						

10. Me gusta tener pareja, pero temo ser rechazado/a por ella						
11. Tengo problemas para hacer preguntas personales						
12. Cuando tengo un problema con otra persona, no puedo dejar de pensar en ello						
13. Soy muy posesivo/a en todas mis relaciones						
14. Tengo sentimientos de inferioridad						
15. Valoro mi independencia por encima de todo						
16. Me siento cómodo/a en las fiestas o reuniones sociales						
17. Me gusta que los demás me vean como una persona indispensable						
18. Soy muy sensible a las críticas de los demás						
19. Cuando alguien se muestra dependiente de mí, necesito distanciarme						
20. Cuando existe una diferencia de opiniones, insisto mucho para que se acepte mi punto de vista						
21. Tengo confianza en mí mismo						
22. No mantendría relaciones de pareja estables para no perder mi autonomía						
23. Me resulta difícil tomar una decisión a menos que sepa lo que piensan los demás						
24. Soy rencoroso						
25. Prefiero relaciones estables a parejas esporádicas						
26. Me preocupa mucho lo que la gente piensa de mí						
27. Cuando tengo un problema con otra persona, intento hablar con ella para resolverlo						
28. Me gusta tener pareja, pero al mismo tiempo me agobia						
29. Cuando me enfado con otra persona, intento conseguir que sea ella la que venga a disculparse						
30. Me gustaría cambiar muchas cosas de mí mismo						
31. Si tuviera pareja y me comentara que alguien del sexo contrario le parece atractivo, me molestaría						

mucho						
32. Cuando tengo un problema, se lo cuento a una persona con la que tengo confianza						
33. Cuando abrazo o beso a alguien que me importa, estoy tenso/a y parte de mí se siente incómodo/a						
34. Siento que necesito más cuidados que la mayoría de las personas						
35. Soy una persona que prefiere la soledad a las relaciones sociales						
36. Las amenazas son una forma eficaz de solucionar ciertos problemas						
37. Me cuesta romper una relación por temor a no saber afrontarlo						
38. Los demás opinan que soy una persona abierta y fácil de conocer						
39. Necesito comprobar que realmente soy importante para la gente						
40. Noto que la gente suele confiar en mí y que valoran mis opiniones						

8.3. Annex C. Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) de Lemos i Lodoño

Enumeradas aquí, usted encontrará unas afirmaciones que una persona podría usar para describirse a sí misma con respecto a sus relaciones de pareja. Por favor, lea cada frase y decida que tan bien lo(a) describe. Cuando no esté seguro(a), base su respuesta en lo que usted siente, no en lo que usted piense que es correcto.

Elija el puntaje más alto de 1 a 6 que mejor lo(a) describa según la siguiente escala:

	1	2	3	4	5	6
	Completamente falso de mí	La mayor parte falso de mí	Ligeramente más verdadero que falso	Moderadamente verdadero de mí	La mayor parte verdadero de mí	Me describe perfectamente
1. Me siento desamparado cuando estoy solo						

2. Me preocupa la idea de ser abandonado por mi pareja						
3. Para atraer a mi pareja busco deslumbrarla o divertirla						
4. Hago todo lo posible por ser el centro de atención en la vida de mi pareja						
5. Necesito constantemente expresiones de afecto de mi pareja						
6. Si mi pareja no llama o no aparece a la hora acordada me angustia pensar que está enojada conmigo						
7. Cuando mi pareja debe ausentarse por algunos días me siento angustiado						
8. Cuando discuto con mi pareja me preocupa que deje de quererme						
9. He amenazado con hacerme daño para que mi pareja no me deje						
10. Soy alguien necesitado y débil						
11. Necesito demasiado que mi pareja sea expresiva conmigo						
12. Necesito tener a una persona para quien yo sea más especial que los demás						
13. Cuando tengo una discusión con mi pareja me siento vacío						
14. Me siento muy mal si mi pareja no me expresa constantemente el afecto						
15. Siento temor a que mi pareja me abandone						
16. Si mi pareja me propone un programa dejo todas las actividades que tenga para estar con ella						
17. Si desconozco donde está mi pareja me siento intranquilo						
18. Siento una fuerte sensación de vacío cuando estoy solo						
19. No tolero la soledad						

20. Soy capaz de hacer cosas temerarias, hasta arriesgar mi vida, por conservar el amor del otro						
21. Si tengo planes y mi pareja aparece los cambio sólo por estar con ella						
22. Me alejo demasiado de mis amigos cuando tengo una relación de pareja						
23. Me divierto solo cuando estoy con mi pareja						

8.4. Annex D. Full d'informació al participant

He rebut aquest Full d'Informació.

TÍTOL DE L'ESTUDI

Relació entre els estils d'aferrament i la dependència emocional en les relacions de parella d'adults joves.

INVESTIGADOR PRINCIPAL / DOCTORAND / ESTUDIANT

Marina Fei Rodríguez Lacueva – marinafei.rodriguez@estudiants.urv.cat – Telèfon: 622342822 – Adreça postal: c/ Miquel Barceló 37 b, Falset (43730), Tarragona.

CENTRE

Facultat de Ciències de l'Educació i Psicologia, Campus Sescelades – Universitat Rovira i Virgili (URV).

INTRODUCCIÓ

Ens dirigim a vostè per tal d'informar-lo sobre l'estudi d'investigació en el que se'l convida a participar.

Aquest estudi ha estat aprovat pel Comitè Ètic d'Investigació en Persones, Societat i Medi

Ambient de la Universitat Rovira i Virgili.

La nostra intenció és que rebí la informació correcta i suficient perquè pugui avaluar i decidir si vol o no participar en aquest estudi. Per aquest motiu, llegeixi aquest full informatiu amb atenció i nosaltres li aclarirem els dubtes que li puguin sorgir. Addicionalment, li informem que vostè es lliure de consultar amb les persones que consideri oportú abans de decidir sobre la seva participació a l'estudi.

PARTICIPACIÓ VOLUNTÀRIA

Ha de saber que la seva participació en aquest estudi és voluntària i que pot decidir no participar o canviar la seva decisió i retirar el consentiment en qualsevol moment.

DESCRIPCIÓ GENERAL DE L'ESTUDI

Aquest estudi té com a objectiu analitzar la relació entre els diferents estils d'aferrament i la dependència emocional en les relacions de parella d'adults joves d'entre 18 i 30 anys.

La participació consistirà en completar un qüestionari en línia format per un breu apartat inicial amb preguntes sociodemogràfiques (com ara edat, sexe, nivell formatiu, etc.) i els qüestionaris principals:

- El **Cuestionario de Apego Adulto (CAA)**, que inclou 40 ítems i avalua els estils d'aferrament en adults.
- El **Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE)**, que consta de 23 ítems i mesura la presència de dependència emocional en les relacions.

Completar el formulari tindrà una durada aproximada de 10 minuts.

No serà necessària cap visita mèdica; només caldrà que respongui el qüestionari amb preguntes relacionades amb l'estil de vida previ a l'estudi.

BENEFICIS I RISCOS

Participar en aquest estudi pot proporcionar diversos beneficis, especialment a nivell personal i d'autoconeixement, ja que les preguntes dels qüestionaris ajuden als participants a entendre millor les seves dinàmiques emocionals i els seus estils d'aferrament. A més, contribueixen al desenvolupament d'un Treball de Fi de Grau en psicologia, aportant dades i informació rellevant per a l'elaboració d'aquest.

Aquest estudi no suposa cap risc per a les persones que hi participen.

CONFIDENCIALITAT I PROTECCIÓ DE DADES

Tota la informació recopilada sobre les persones participants en el marc d'aquest estudi es mantindrà estrictament confidencial i amb aplicació de les corresponents mesures de seguretat que garanteixin, a més de la seva confidencialitat, la seva integritat, disponibilitat, autenticitat i traçabilitat.

Les dades personals recollides per a l'estudi estaran identificades mitjançant un codi i només l'investigador principal o els seus col·laboradors podran relacionar aquestes dades amb els participants. Mai s'identificarà a les persones participants en cap informe, presentació ni publicació que sorgeixi d'aquest estudi. Per tant, la seva identitat no serà revelada a cap persona, excepte quan sigui requerit pel Comitè d'Ètica

al que es sotmet l'estudi amb la finalitat de comprovar les dades i procediments de l'estudi.

Per al tractament de les dades s'utilitzaran els sistemes d'informació propis de la Universitat Rovira i Virgili instal·lats a la seva xarxa informàtica aplicant-se les mesures de seguretat de la informació establertes pel Reial Decret 3/2010 que regula l'Esquema Nacional de Seguretat. Concretament, les dades es recolliran mitjançant un formulari de Microsoft Forms i s'introduiran en el sistema d'informació Excel. Posteriorment, per analitzar les dades s'utilitzarà el programa SPSS.

El personal investigador de l'estudi es compromet a complir la Llei orgànica 3/2018, de 5 de desembre, de protecció de dades personals i garantia dels drets digitals, a més del Reglament (UE) núm. 2016/679, del Parlament europeu i del Consell, de 27 d'abril de 2016, relatiu a la protecció de les persones físiques pel que fa al tractament de dades personals, i signarà un compromís de participació i confidencialitat.

La finalitat del tractament de les dades és la participació en l'estudi d'acord amb el consentiment de la persona participant.

La persona participant podrà interrompre la seva participació a l'estudi retirant el seu consentiment en qualsevol moment, sense que sigui necessària la seva justificació. En aquest cas, les dades no es podran eliminar per tal de garantir la validesa dels resultats i complir amb les obligacions legals aplicables a l'estudi, però sí que quedaran codificades de manera que no sigui possible vincular-les a la seva persona.

INFORMACIÓ AMPLIADA SOBRE EL TRACTAMENT DE DADES PERSONALS

De conformitat amb el que disposa la legislació vigent en matèria de protecció de dades aplicable a la Universitat Rovira i Virgili (URV) i publicada a l'apartat "Legislació aplicable" de l'espai "Protecció de dades de caràcter personal" de la Seu Electrònica (<https://seuelectronica.urv.cat/rgpd/>), es posa en coneixement de les persones interessades la informació següent:

a) Qui és el responsable del tractament de les seves dades?

<ul style="list-style-type: none">• Identificació	Universitat Rovira i Virgili CIF: Q9350003A
<ul style="list-style-type: none">• Adreça Postal	Carrer de l'Escorxador, s/n 43003 Tarragona
<ul style="list-style-type: none">• Dades de contacte dels DPD	DPD - Delegats de protecció de dades de la URV Correu electrònic: dpd@urv.cat

b) Quines dades personals tractem i amb quina finalitat?

Les dades personals són tractades amb la finalitat de participar en el projecte de recerca en els termes que es descriuen al full d'informació al participant. En el cas que l'estudi prevegi la publicació, difusió i reutilització dels resultats obtinguts incloent dades personals, les dades personals seran utilitzades per a aquesta finalitat sempre que l'interessat hagi atorgat el seu consentiment.

c) A quins destinataris es comunicaran les seves dades?

En el marc del tractament mencionat, les seves dades no es cediran a tercers tret que existeixi obligació legal o s'indiqui expressament en el full d'informació al participant.

d) Quina és la legitimació per al tractament de les seves dades?

La legitimació d'aquest tractament es basa en el consentiment que dona la persona interessada de forma expressa.

e) Quines mesures de seguretat apliquem en el tractament de les seves dades?

La Universitat es responsabilitza d'aplicar les mesures de seguretat i la resta d'obligacions derivades de la legislació de protecció de dades de caràcter personal, d'acord amb l'Esquema Nacional de Seguretat, Reial Decret 3/2010.

En aquest sentit, La Universitat Rovira i Virgili s'ha dotat d'una Política de Seguretat que pot ser consultada a la secció sobre "Legislació i normativa" de la pàgina web de la Universitat dintre de "Normativa pròpia" i "Altres normes", <http://www.urv.cat/ca/universitat/normatives/altres-normes/>.

Adicionalment, al Full d'informació al participant es concreten algunes mesures de seguretat específiques que es tindran en compte durant la realització de l'estudi.

f) Quins són els drets dels interessats?

L'interessat té dret a accedir a les seves dades personals; a demanar la rectificació de les dades inexactes; a sol·licitar la cancel·lació i supressió; a oposar-se al tractament, inclosa l'elaboració de perfils; a limitar fins a una data determinada el tractament de les seves dades; i a la portabilitat de les mateixes en format electrònic.

La persona participant pot interrompre la seva participació a l'estudi retirant el seu consentiment en qualsevol moment, sense donar explicacions. En aquest cas, les dades no es podran eliminar per tal de garantir la validesa dels resultats i complir amb les

obligacions legals aplicables a l'estudi, però no serà possible vincular-les a la seva persona.

Podrà exercir els drets d'accés, rectificació, cancel·lació, oposició, limitació i portabilitat mitjançant comunicació escrita, detallant motivadament la sol·licitud, adreçada al Registre General (Carrer de l'Escorxador, s/n, 43003 de Tarragona) o mitjançant la seva presentació al Registre General de la Universitat, presencialment o telemàtica, segons s'indica a <https://seuelectronica.urv.cat/registre.html>.

Així mateix, l'informem que té dret a presentar una reclamació davant l'Autoritat Catalana de Protecció de Dades mitjançant el mecanisme que estableixi. Pot consultar més informació a <https://apdcatt.gencat.cat/ca/inici>.

Finalment, l'informem que podrà sol·licitar informació relacionada amb la protecció de dades personals mitjançant correu electrònic als nostres delegats de protecció de dades a la direcció del dpd@urv.cat.

g) Quant de temps conservarem les seves dades?

El període de conservació de les dades és de 5 anys un cop finalitzat l'estudi, tret que el full d'informació al participant estableixi un període diferent. En qualsevol cas, es conservaran les dades fins a la revocació del consentiment per part de la persona interessada.

MOSTRES A RECOLLIR

La mostra d'aquest estudi serà de persones adultes d'entre 18-30 anys.

He rebut aquest Full d'Informació.

Data:

Nom i cognoms:

Signatura:

8.5. Annex E. Full de consentiment informat

Títol de l'estudi: Relació entre els estils d'aferrament i la dependència emocional en les relacions de parella d'adults joves.

Dades de contacte de l'investigador principal: Marina Fei Rodríguez Lacueva – marinafei.rodriguez@estudiants.urv.cat – Telèfon: 622342822 – Adreça postal: c/ Miquel Barceló 37 b, Falset (43730), Tarragona.

Jo amb DNI

- He llegit el full d'informació al participant sobre l'estudi del qual se m'ha entregat una còpia.
- He pogut fer preguntes i resoldre els meus dubtes sobre l'estudi i la meva participació.
- Compréc la meva participació a l'estudi d'acord amb allò expressat al full d'informació al participant sobre l'estudi i de les respostes a les meves preguntes, així com els riscos i beneficis que comporta.
- Accepto que la meva participació és voluntària i dono lliurement la meva conformitat per participar a l'estudi.
- Conec que em puc retirar en qualsevol moment de la participació a l'estudi sense que això em pugui causar cap perjudici.
- Estic informat sobre el tractament que es realitzarà de les meves dades personals.
- Dono el meu consentiment per a l'accés i utilització de les meves dades en les condicions detallades al full d'informació al participant sobre l'estudi.

Sí **No**

- Un cop finalitzada la investigació, és possible que les dades obtingudes siguin d'interès per a altres estudis relacionats. En relació amb això, s'ofereixen les següents opcions:
 - NO autoritzar** l'ús de les seves dades en altres projectes d'investigació relacionats.
 - SÍ autoritzar** l'ús de les seves dades en altres projectes d'investigació relacionats.

I per expressar aquest consentiment, el participant signa en data i lloc aquest full de consentiment:

Signatura del participant

**Projectes de recerca / Tesis doctorals / Treballs de Fi de
Màster / Treballs de Fi de Grau de la URV**

Informació bàsica de protecció de dades

Informació bàsica sobre protecció de dades (format tabular)

INFORMACIÓ DE PROTECCIÓ DE DADES PERSONALS	
Responsable	El responsable del tractament de les seves dades personals és la Universitat Rovira i Virgili amb CIF Q9350003A i amb domicili fiscal al carrer de l'Escorxador, s/n, 43003 de Tarragona.
Finalitat	Participar en l'estudi del Treball Final de Grau en els termes que es descriuen al full d'informació al participant. En el cas que l'estudi prevegi la publicació, difusió i reutilització dels resultats obtinguts incloent dades personals, les dades personals seran utilitzades per a aquesta finalitat sempre que l'interessat hagi atorgat el seu consentiment.
Drets	Pot exercir els drets d'accés, rectificació, supressió, portabilitat, limitació o oposició al tractament, mitjançant un escrit adreçat al Registre General de la URV a la mateixa adreça del domicili fiscal o mitjançant la seva presentació al Registre General de la Universitat, presencialment o telemàtica, segons s'indica a https://seuelectronica.urv.cat/registre.html .
Informació addicional	Pot consultar informació addicional sobre aquest tractament de dades personals denominat <i>Treballs de Fi de Grau de la URV</i> i els seus drets al Registre d'Activitats del Tractament de la URV publicat a https://seuelectronica.urv.cat/rgpd on també s'hi pot consultar la Política de Privacitat de la URV. Així mateix, pot consultar aquesta informació al Full d'informació al participant sobre l'estudi. Addicionalment, pot adreçar als nostres delegats de protecció de dades qualsevol consulta sobre protecció de dades personals a la direcció de correu electrònic del dpd@urv.cat .