

# **Apego Seguro, Vínculos Parentales, Clima Familiar e Inteligencia Emocional: socialización, regulación y bienestar**

## **Secure attachment, Parental Bonding, Family Environment and Emotional Intelligence: socialization, regulation and well-being**

*Darío Páez \**,  
*Itziar Fernández \*\**,  
*Myriam Campos\**,  
*Elena Zubieta \*\*\* y*  
*María Martina Casullo \*\*\**

\* Universidad del País Vasco (UPV)

\*\* Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED)

\*\*\* Universidad de Buenos Aires (UBA)

### **Resumen**

En este artículo nos hemos propuesto revisar la teoría y datos que sugieren que un apego seguro se asocia a vínculos parentales cálidos, a cohesión y a expresividad familiar, que a su vez sirven de antecedentes de una alta Inteligencia Emocional (IE), así como de un estilo de afrontamiento más adaptativo, vinculado al bienestar. Para ello presentamos los instrumentos de medida que tratan de evaluar la IE, el apego, la regulación y el bienestar. Las escalas se aplicaron en tres países (España, Chile y México) a un total de 357 estudiantes universitarios, que tenían una media de 22 años. En general, los resultados indican que las personas con un mayor bienestar informan de un bajo apego inseguro temeroso, recuerdan una relación más cálida, perciben una mayor expresividad emocional en su familia y, además, presentan una mayor claridad, regulación y verbalización de emociones, así como un buen rendimiento, es decir, una mayor IE.

**Palabras Clave:** Apego, Inteligencia Emocional, Regulación, Bienestar

### **Abstract**

This paper reviews the theory and data that suggest a safe attachment associate to warm parental bonding, to cohesion and to expression familiar, antecedents of a high Emotional Intelligence (EI), as well as to adaptive coping, associate to the well-being. For it, we presented the instruments that try to evaluate the EI, the attachment, the regulation and the well-being. The scales were applied in three countries (Spain, Chile and Mexico) to a total of 357 university students (average of 22 years). In general, the results indicate that the participants with a greater well-being inform a low insecure attachment, remember a good relation with the family, perceive a greater expression emotional in their family and, in addition, display a greater clarity, regulation, and expression of emotions, as well as a good ability, that is, a greater EI.

**Keywords:** Attachment, Emotional Intelligence, Regulation, Well-being

## Escalas de auto-percepción y de rendimiento sobre IE

Una medida de auto-informe como el TMMS-24 (*Trait Meta-Mood Scale*) evalúa la IE analizando tres aspectos de la reflexión o meta-cognición sobre las emociones: a) la atención, percepción o capacidad para sentir y expresar de forma adecuada las emociones; b) la claridad, comprensión o capacidad de entender bien las emociones y c) la regulación o capacidad para regular las emociones correctamente. Mientras que el TAS-20 (*Toronto Alexithymia Scale*) mide la “ceguera emocional” o las limitaciones de IE en a) dificultad para identificar y diferenciar sensaciones y emociones, b) dificultad para verbalizar las emociones y c) el pensamiento concreto, operatorio u orientado a lo externo. Tanto el TAS-20 como el TMMS-24 presentan fiabilidades satisfactorias en diferentes muestras de varias culturas. Además, análisis factoriales exploratorios y confirmatorios han mostrado que se dan las tres dimensiones para cada una de las escalas, aunque el factor de pensamiento operatorio es el que muestra una menor estabilidad y fiabilidad (Páez y Casullo, 2000).

Las puntuaciones de déficit de IE medidas con el TAS-20 correlacionan significativa y negativamente con escalas como el TMMS-24 –asociaciones entre .30 y .50-. Al menos cinco análisis factoriales con las seis sub-escalas han encontrado dos factores distintos. El primero reúne la claridad o comprensión emocional, la adecuada identificación y diferenciación de sensaciones y emociones, la verbalización emocional y la capacidad de regulación o reparación emocional. Esta dimensión representa adecuadamente la IE subjetiva, ya que se asocia a efectos adaptativos de esta, como el bienestar, la baja sintomatología ansiosa y depresiva, el apoyo social subjetivo satisfactorio, así como a los procesos explicativos de su impacto, es decir, las formas de afrontamiento adaptativas del estrés. Una segunda dimensión reúne la percepción o atención emocional con el pensamiento orientado a lo interno y no se asocia al bienestar y al ajuste como la anterior (Velasco, Fernández, Páez y Campos, 2006).

La capacidad de razonar sobre las emociones y el uso de éstas para pensar y actuar, que son aspectos centrales de la IE, no se evalúan con las escalas de auto-informe. Además, las medidas de auto-informe de inteligencia correlacionan sólo alrededor de .30 con informes de rendimiento objetivos, por lo que se ha buscado elaborar una escala de rendimiento o especie de examen sobre IE. Este sería la escala MSCEIT (*Mayer, Salovey, Caruso Emotional Intelligence*), que fue construido en torno al modelo de cuatro factores de la IE. La definición y operacionalización de estas 4 dimensiones son las siguientes: a) La percepción es la capacidad básica de registrar los estímulos emocionales en sí mismo y en otros. La escala MSCEIT en su sub-dimensión de percepción emocional evalúa esta habilidad solicitando a las personas que decidan que emoción perciben en fotos de caras y dibujos de paisajes que expresan emociones básicas o mezclas de emociones. b) La asimilación o facilitación emocional se refiere a los procesos mediante los cuales la afectividad ayuda al pensamiento, mediante la definición de problemas prioritarios, la activación de ciertos archivos de recuerdos específicos, el cambio de estado de ánimo y la influencia implícita de ciertos procesos de información. La escala MSCEIT en su sub-dimensión de facilitación emocional evalúa esta habilidad pidiendo al individuo que juzgue como diferentes estados de ánimo influyen diferentes tipos de pensamiento y haciendo que la persona describa sensaciones emocionales y sus equivalentes o paralelos en otras modalidades sensoriales. c) La comprensión de emociones se refiere a la capacidad de entender la información emocional sobre las relaciones, los procesos de transición de una emoción a otra y el conocimiento del léxico emocional. d) El manejo de las emociones, que se refiere a la capacidad para manejar y controlar las emociones y las relaciones emocionales con otros para el crecimiento y desarrollo individual e interpersonal. La sub escala MSCEIT Manejo de emociones en sí mismo evalúa esta habilidad mediante una serie de escenarios sobre las conductas más adecuadas para mantener un buen estado de ánimo o modificar uno malo. La sub-escala de Manejo de emociones en otros también presenta al igual que la anterior una

serie de escenarios interpersonales e indaga por la estrategia más correcta. Por ejemplo “Andrea y Carla han sido buenas amigas durante 10 años. Recientemente Andrea ha sido promovida y es la jefa de Carla. Carla siente que la promoción ha cambiado a Andrea que se ha tomado muy en serio el rol de jefa con ella. Cuan eficaces serían las siguientes acciones para que Carla mantenga una buena relación con Andrea: a) Carla intenta entender el nuevo rol de Andrea y trata de adaptarse a los cambios en su relación; b) Carla se acerca a Andrea y la confronta o interroga sobre sus cambios de actitud y conducta”. Se otorgan puntuaciones basadas en el acuerdo con experto. Por ejemplo si el 75% de expertos opinan que la acción b) en el último caso es la correcta y la persona otorga la máxima puntuación correcta a esta respuesta se le da un punto de .75. También se otorgan puntuaciones basadas en el acuerdo consensual de grandes muestra. Por ejemplo, si el promedio de respuesta a la acción b) es de 4 si una persona responde 5 tiene un más uno y si responde 3 tiene un menos 3.

Las cuatro dimensiones del MSCEIT tienen fiabilidades alrededor de .70 en diferentes muestras. Análisis factoriales exploratorios y confirmatorios con el MSCEIT encuentran cuatro dimensiones como se ha postulado. Sin embargo, también se ha encontrado tres en vez de cuatro factores o que modelos de tres factores se adaptan bien a los datos (Lopes et al., 2004). Análisis del MSCEIT sugieren un modelo de dos factores: uno que unifica a la percepción y facilitación en una dimensión vivencial y otro que aglutina la comprensión y manejo de emociones en una dimensión estratégica (Kafetsios, 2004).

En nuestro estudio empírico combinaremos los tres instrumentos presentados hasta ahora, así el TMMS-24 y el TAS-20 nos permitirán evaluar la IE auto-informada, mientras que la faceta de manejo interpersonal del MSCEIT nos permitirá disponer de un indicador de rendimiento de IE.

## **Apego Inseguro Temeroso, Seguro e IE**

Además de evaluar la validez convergente de las escalas de auto-informe de IE con las respuestas de conocimiento correcto del manejo interpersonal, examinaremos la relación de la IE con los estilos de apego seguro e inseguro temeroso. Las personas de apego seguro adulto tienen una visión positiva del yo y del mundo social, mientras que los individuos con un apego inseguro temeroso tienen una visión negativa. Se ha caracterizado el apego infantil desorganizado y desorientado en presencia de los padres, diferente de los estilos seguro, ansioso y evitante. Los cuidadores de estos niños parecen también presentar un estilo desorganizado e impredecible. Este apego inseguro se ha asociado a pérdidas no resueltas y traumas (Mikulincer y Shaver, 2003). Las personas con apego inseguro temeroso admiten un deseo de intimidad y afiliación, pero la mala imagen de sí y de los otros les induce desconfianza y temor ante los otros y se caracterizan por evitar la cercanía. Estas personas tienen un alto nivel de ansiedad por la poca disponibilidad de la figura de apego. Al contrario, las personas con apego seguro adulto buscan afiliación y apoyo sin preocuparse por ser abandonados, se caracterizan por baja ansiedad ante la posible pérdida de apego y por escasa evitación de aproximación hacia los otros. Es decir, no temen que otros los abandonen, ni se sienten incómodos con la proximidad e intimidad (Casullo y Fernández, 2005).

Los estudios con madres de estilo de apego seguro sugieren que, éstas responden a la expresión y vivencia tanto de emociones negativas como positivas. Además, ellas comentan los estados afectivos del niño, enseñándoles a elaborar verbalmente sus emociones. Es decir, los niños con cuidadores sensibles expresan toda la gama de emociones (Goldberg et al., 1994 citados en Taylor & Bagby, 2000a, p. 56; Keneddy-Moore y Watson, 1999).

Es razonable pensar que un cuidador sensible a las señales del infante y que responde a ellas, de estilo de apego seguro, inducirá una alta IE, es decir, una buena

capacidad de regulación emocional, basada en la minimización del estrés, aceptación y cambio de las emociones negativas y refuerzo de las positivas. Confirmando esta idea, se ha encontrado que individuos adultos seguros son mejores interpretando emociones faciales negativas –que personas evitantes– y perciben mejor emociones positivas que los ansiosos (Kafetsios, 2004). El apego seguro adulto se ha vinculado a la baja alexitimia o déficit de IE (Hexel, 2003) y tres estudios han mostrado que estilos de apego inseguro, como el temeroso, se asocian al déficit de IE o alexitimia (Taylor & Bagby, 2004b). Otra investigación también ha encontrado que el apego seguro se asociaba negativamente a la alexitimia (Scheidt et al., 1999, en Taylor & Bagby, 2000a, p. 57).

### **Antecedentes y correlatos del Apego Inseguro Temeroso y Seguro: vínculos parentales y clima familiar**

Según un estudio con una muestra nacional representativa en EE.UU. (Mickelson, Kessler & Shaver, 1997, citado en Mikulincer y Shaver, 2003), las personas con estilo de apego adulto seguro informan de una mayor calidez paternal, tanto con el padre como con la madre. La sobreprotección materna no se asocia al estilo seguro y la sobreprotección paterna lo hace positivamente. Hechos estresantes y traumáticos interpersonales durante la infancia, como el maltrato físico, la negligencia o el abandono severo, la conducta anti-social paternal, la mala calidad de la relación y la violencia marital, así como el divorcio se asociaban al apego inseguro. La ausencia o separación por mucho tiempo de la madre se asociaba negativa y fuertemente con el apego seguro (Mickelson, Kessler y Shaver, 1997). Utilizando el *FACES III (Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scale)* para medir la dinámica familiar, se encontró que los esposos con un estilo seguro adulto informaban de alta cohesión y flexibilidad en el funcionamiento familiar (Mikulincer y Florian, 1999, citado en Mikulincer y Shaver, 2003, p. 118). La cohesión familiar se caracteriza por la fuerza de los lazos emocionales entre los miembros de la familia. La adaptabilidad o flexibilidad se define por la capacidad de la familia a adaptarse y cambiar sus estructuras (Seywert, 1990). Aunque hay menos estudios sobre el estilo de apego inseguro temeroso, los existentes sugieren que estas personas proyectan bajos niveles de expresividad afectiva y de calidez emocional en las relaciones personales, por lo que familias frías y poco expresivas se asociarían a este estilo de apego (Keneddy-Moore y Watson, 1999).

### **Apego, Afrontamiento emocional y Salud Mental**

También hay información que confirma que el apego seguro se asocia positivamente y el inseguro negativamente con la regulación afectiva. El estilo de apego temeroso, al igual que los otros inseguros, se asocia a inhibir la expresión de emociones negativas. Sin embargo, a diferencia de los evitantes, vivencian intensamente malestar aunque evitan manifestarlo por miedo a alienarse ante otros. Las personas con apego inseguro temeroso, dado que temen implicarse con otros y tienen mala auto-imagen, muestran un quiebre de las formas de afrontamiento directo, adaptativo. Al contrario, las personas que presentan un estilo de apego seguro evalúan las situaciones estresantes como menos amenazadoras y utilizan más las siguientes formas de afrontamiento adaptativas, como la *búsqueda de apoyo, tanto instrumental como informativo, la solución directa* y planificación, así como el reconocimiento y *expresión emocional*. Probablemente usarán estrategias más adaptativas como la *reconstrucción o reelaboración positiva* (crecimiento personal e interpersonal), ya que se ha encontrado que evalúan los estresores más positivamente (Mikulincer & Shaver, 2003).

En relación con los indicadores de salud mental, varias investigaciones muestran que el apego seguro se asocia a menores síntomas de ansiedad, depresión

y hostilidad, así como al bienestar. En lo que se refiere a indicadores de salud mental, las puntuaciones altas en apego inseguro temerosos caracterizan a muestras clínicas, víctimas de traumas y maltrato (Mikulincer y Shaver, 2003). Una serie de estudios han confirmado que la IE se asocia no solo al malestar, sino que al bienestar o satisfacción con la vida –controlando los rasgos de personalidad– (Extremera & Fernández-Berrocal, 2005).

En síntesis, la IE (auto-informada y de rendimiento) se asociarían positivamente al apego seguro, caracterizado por la presencia estable de cuidadores, vínculos parentales cálidos, cohesión y flexibilidad. Ocurriría lo contrario con el apego inseguro temeroso, que se vincularía a pérdidas y malas relaciones infantiles y a poca calidez en clima familiar. El apego seguro y la alta IE se asociarán a formas de afrontamiento más adaptativas y una a mejor salud mental –a mejor balanza afectiva y satisfacción vital–.

## **Metodología**

En esta investigación hemos aplicado los siguientes instrumentos: el cuestionario de *estilos de apego adulto* (véase Casullo y Fernández, 2005), la escala de *vínculos parentales PBI (Parental Bonding Instrument)* de Parker et al., (1979), el *clima familiar FES (Family Environment Scale)* de Moos et al., (1984), la escala de *afrontamiento* de episodios interpersonales de enojo y tristeza (véase Páez, Velasco & Campos, 2004 para una descripción de las familias e indicadores de afrontamiento), los auto-informes de IE (TMMS-24 y TAS-20), en particular una puntuación factorial que combina alta dificultad de identificación y verbalización –dos sub-escalas del TAS– con la baja claridad y regulación del TMMS (véase Velasco et al., 2006), la sub-escala de *manejo interpersonal de emociones* del MSCEIT como indicador de IE de rendimiento (ver Fernández-Berrocal et al. en esta revista) y como variables de salud mental la balanza de afectos PANAS de Watson et al. y la pregunta de satisfacción con la vida de Diener (en Velasco et al., 2006).

Estos cuestionarios fueron cumplimentados por alumnos de Psicología de la UNED y UPV (España), Universidad de Antofagasta (Chile) y Universidad de Monterrey (México). La mayoría eran mujeres y la edad media era de 22 años. La muestra resultante, perteneciente a los diferentes contextos culturales, estaba constituida por 357 participantes.

## **RESULTADOS**

### **Consistencia interna de las escalas PBI y FES y Validez Convergente del MSCEIT**

La escala PBI analiza “la contribución parental al vínculo entre padres e hijos”, o estilos de crianza o sistema de cuidado parental, evaluándose la percepción retrospectiva de la conducta y actitudes de los padres hacia el individuo durante sus primeros 16 años de vida. Sobre la base de 25 ítems, que se responden en relación con el padre y a la madre, se miden dos dimensiones. La primera se denomina de Cuidado y está formada por 12 ítems referentes a la afectividad, donde puntuaciones altas indican calidez, empatía, comprensión y apoyo o contención emocional, mientras que las bajas denotan frialdad emocional, indiferencia y rechazo u hostilidad parental. La segunda dimensión de Control, se compone de 13 ítems, donde puntuaciones altas definen el control como infantilización, limitación de la autonomía psicológica, sobreprotección, intrusismo, contacto excesivo y prevención de conducta independiente, mientras que las bajas expresan la estimulación de la independencia o el refuerzo conductual de la libertad de decisión.

El alfa de la escala PBI es satisfactorio (.92). La correlación entre los 12 ítems de cuidado materno y los 12 de cuidado paterno es significativa ( $r(346) = .56, p < .01$ ). El control tiene un alfa de .87. La correlación entre los 12 ítems de control materno y los

12 de control paterno es significativa ( $r(346)=.67, p<.01$ ). Las medias son significativamente diferentes, siendo más alta las de la madre que la del padre en ambos casos.

La escala de ambiente o clima familiar (FES) de Moos y Moos (1983) es un cuestionario de 90 ítems de verdadero/ falso que evalúa la percepción del ambiente familiar. La versión utilizada incluye una versión de 45 elementos (Moos et al., 1984) correspondientes a las 5 sub-escalas que evalúan: Cohesión: Grado en que los miembros de la familia están compenetrados y se ayudan y apoyan entre sí; Expresividad : Grado en que se permite y anima a los miembros de la familia a actuar libremente y a expresar directamente sus sentimientos Conflicto: Grado en que se expresa libremente y abiertamente la cólera, agresividad y conflicto entre los miembros de la familia; Organización: Importancia que se da a una clara organización y estructura al planificar las actividades y responsabilidades de la familia; Control: Grado en que la dirección de la vida se atiene a reglas y procedimientos establecidos.

La consistencia interna de cada una de las sub-escalas es satisfactoria. Las de cohesión y conflicto son las que presentan las mejores puntuaciones (.80 y .71 respectivamente), teniendo la de Organización un alfa de .66 y los alfas más bajos correspondiendo a Expresividad y Control (.57).

Confirmando la validez convergente del MSCEIT, la sub-escala de rendimiento de IE correlaciona significativa y negativamente, ( $r(265)=-.24, p<.01$ ), con la puntuación factorial de baja claridad, capacidad de identificar, verbalizar emociones y regularlas del TMMS-24 y TAS-20.

### **Apego Inseguro Temeroso y Seguro: medición, fiabilidad y validez convergente**

La escala de apego seguro adulto romántico y no romántico evalúa mediante tres afirmaciones la percepción que la persona tiene de sus relaciones íntimas actuales. La escala de apego seguro total de Casullo y Fernández (2005) tiene un alfa moderado bajo de .44. La correlación entre los tres ítems de apego seguro no romántico y los tres románticos es significativa ( $r(160)=.37, p<.05$ ). Las medias no son significativamente diferentes (M No romántico =2.2 y romántico =2.28, rango 1-4). El total de apego adulto seguro de Casullo diferencia significativamente a personas auto-categorizadas en las tres viñetas de descripción de estilos de apego de Hazan y Shaver (1987 en Páez et al., 2003). La media de apego seguro es de  $M =13,89$  en el grupo de seguros, frente a puntuaciones menores en evitantes ( $M =12,69$ ) y ansiosos ( $M =13,4$ ). Las diferencias son significativas,  $F(2,128)=2,87, p<.05$ . La escala de apego temeroso de Casullo consta de seis ítems, tres vinculados a relaciones románticas y tres a relaciones de amistad. La escala total de apego temeroso de Casullo tiene una fiabilidad satisfactoria (alfa de .68).

### **Apego e Inteligencia Emocional**

El índice de déficit en IE (baja claridad y regulación del TMMS y alta dificultad para identificar y describir sentimientos del TAS-20) se asoció al apego seguro negativamente ( $r(269)= -.19; p<.01$ ). El apego temeroso presenta una correlación negativa con las acciones correctas del MSCEIT ( $r(222)=-.29, p<.01$ ) y positiva con el déficit en IE ( $r(268)= .38 p<.01$ ).

### **Vínculos Parentales, Clima Familiar y Apego**

El apego seguro adulto se asocia positivamente al factor cuidado de la madre ( $r(355)= .11, p<.05$ ) y negativamente al factor de control o sobreprotección maternal ( $r(357)=-.14, p<.05$ ) medidos por el PBI. Respecto del padre, aunque no son significativas, el sentido es positivo con el factor cuidado y negativo con el factor de sobreprotección.

En cuanto al apego temeroso se asocia negativamente al factor de cuidado de escala PBI de la madre ( $r(355) = -.27, p < .001$ ) y positivamente con el factor de control ( $r = .23, p < .001$ ). Respecto del padre, encontramos asociaciones similares, hay asociación negativa con el cuidado ( $r(345) = -.25, p < .001$ ) y positiva con el control ( $r(344) = .21, p < .001$ ).

En relación con la escala de ambiente familiar (FES), el estilo de apego inseguro temeroso se asocia negativamente con las sub-escalas de cohesión ( $r(180) = -.23, p < .001$ ), expresividad ( $r(181) = -.24, p < .001$ ), autonomía ( $r(178) = -.15, p < .05$ ) y organización ( $r(178) = -.14, p < .05$ ). La asociación es positiva con las subescalas de conflicto ( $r(181) = .27, p < .001$ ) y control ( $r(181) = .16, p < .05$ ). El apego seguro adulto se asocia positivamente a las sub-dimensiones de cohesión ( $r(180) = .13, p < .05$ ) y expresividad ( $r(180) = .17, p < .05$ ) de la escala de ambiente familiar (FES) de Moos.

### Apego, IE y Regulación emocional

En la emoción de enojo el apego temeroso se asocia negativamente con la resolución de problemas ( $r(209) = -.17, p < .05$ ) y positivamente a la evitación ( $r(209) = .15, p < .05$ ), al pensamiento desiderativo ( $r(209) = .15, p < .05$ ), el abandono psicológico ( $r(209) = .14, p < .05$ ), la retirada del afecto ( $r(209) = .20, p < .05$ ) y la crítica y el distanciamiento ( $r(209) = .22, p < .001$ ).

En la emoción de tristeza, se asocia a evitación ( $r(209) = .20, p < .05$ ), a la retirada del afecto ( $r(202) = .20, p < .01$ ), la inhibición y la supresión emocional ( $r(202) = .25, p < .001$ ), la crítica y el distanciamiento ( $r(202) = .25, p < .001$ ). El apego seguro se vinculaba a mayor compartir social de las emociones en enojo, ( $r(146) = .18, p < .02$ ), a mayor auto-modificación, ( $r(150) = .13, p < .05$ ), y a mayor retirada de afecto y evitación del contacto con la persona causante del enfado, ( $r(150) = .15, p < .03$ ). En los episodios de tristeza el apego seguro se asociaba al afrontamiento de re-evaluación positiva ( $r(146) = .11, p < .10$ ), a la aceptación ( $r(146) = .11, p < .10$ ) y negativamente a la regulación directa ( $r(148) = -.15, p < .05$ ) y a la distracción ( $r(148) = -.14, p < .05$ ).

### Apego, IE e indicadores de Salud Mental

La escala de apego seguro se asocia a una balanza de afectos positiva ( $r(144) = .20, p < .05$ ) y a una menor afectividad negativa evaluada a través del Panas ( $r(144) = -.20, p < .05$ ). El estilo de apego inseguro temeroso tiene una asociación positiva con la afectividad negativa del PANAS ( $r(144) = .23, p < .01$ ). Se ha encontrado que el apego temeroso se asocia negativamente a la satisfacción vital de Diener respecto de la vida en general ( $r(247) = -.15, p < .05$ ).

El Panas positivo se asocia negativamente al índice de baja IE ( $r(136) = -.36, p < .001$ ). Por su parte, el Panas negativo se asocia positivamente con el índice de déficit en IE ( $r(136) = .30, p < .001$ ).

Respecto de otros indicadores de salud mental, el índice de déficit en IE se vinculó negativamente a la Satisfacción con la vida en general ( $r(153) = -.20, p < .05$ ).

A modo de resumen, el siguiente tablero sintetiza los resultados de este estudio, así como los datos de Velasco et al., (2006).

	Afectividad	IE (Déficit TAS y TMMS)	IE (rendimiento MSCEIT)	Apego Seguro	Apego Inseguro
PBI calidez	A más calidez más afectividad positiva	A más calidez más IE	A más calidez más rendimiento	A más calidez más apego seguro (madre)	A más calidez menos apego inseguro (Madre y Padre)
PBI sobreprotección	A más sobreprotección menos afectividad	A más sobreprotección menos IE		A más sobreprotección menos apego seguro (Madre)	A más sobreprotección más apego inseguro (Madre y Padre)

	positiva				Padre)
FES cohesión	A más cohesión más afectividad positiva	A más cohesión más IE		A más cohesión más apego seguro	A más cohesión menos apego inseguro
FES expresividad	A más expresividad más afectividad positiva	A más expresividad más IE	A más expresividad más rendimiento	A más expresividad más apego seguro	A más expresividad menos apego inseguro
FES autonomía	A más autonomía más afectividad positiva	A más autonomía más IE			A más autonomía menos apego inseguro
FES organización	A más organización más afectividad positiva				A más organización menos apego inseguro
FES conflicto		A más conflicto menos IE			A más conflicto más apego inseguro
FES control	A mayor control más afectividad negativa	A más control menos IE			A más control más apego inseguro
<b>Formas de afrontamiento adaptativas</b>					
Afrontamiento auto-modificación	A más auto-modificación más afectividad positiva			A más auto-modificación más apego seguro	
Resolución problema	A más resolución más afectividad positiva	A más resolución más IE	A más resolución más rendimiento		A más resolución menos apego inseguro
Expresión regulada emocional	A más expresión más afectividad positiva	A más expresión más IE	A más expresión más rendimiento		
Reevaluación positiva	A más reevaluación más afectividad positiva	A más reevaluación más IE	A más reevaluación más rendimiento	A más reevaluación más apego seguro	
Aceptación			A más aceptación más rendimiento	A más aceptación más apego seguro	
<b>Formas de afrontamiento neutras</b>					
Compartir emocional				A más compartir emocional más apego seguro	
Regulación directa	A más regulación directa menos afectividad positiva			A más regulación directa menos apego seguro	
Distracción	A más distracción menos afectividad positiva	A más distracción menos IE			
<b>Formas de afrontamiento inadaptativas</b>					
Pensamiento desiderativo					A más pensamiento



					desiderativo más apego inseguro
Evitación	A más evitación menos afectividad positiva				A más evitación más apego inseguro
Retirada afecto					A más retirada afectiva más apego inseguro
Crítica y distanciamiento	A más crítica menos afectividad positiva				A más crítica más apego inseguro
Abandono psicológico	A más abandono menos afectividad positiva				A más abandono más apego inseguro
Satisfacción con la Vida		A mas satisfacción vital más IE	A mas satisfacción vital más rendimiento		A más satisfacción vital menos apego inseguro

## Discusión

Como cabía esperar, tanto la IE auto-informada como la de rendimiento se asocian entre sí positivamente. No obstante, la superioridad predictiva de la IE de rendimiento (MSCEIT) sobre las escalas de auto-informe no se ve confirmada, ya que presenta nueve asociaciones con variables criterio frente a las quince que arrojan los auto-informes (TAS y TMMS). Otros estudios han hallado resultados similares: un meta-análisis encontró que la validez predictiva del MEIS (*Multi-factor Emotional Intelligence Scale*) –que es predecesor del MSCEIT– era más baja ( $r=.17$ ) que la del TMMS ( $r=.29$ ) (Van Rooy & Visweesvaran, 2004).

Hemos hallado evidencia de que el apego seguro adulto se asocia moderadamente a la claridad, capacidad de reparación, así como a la baja dificultad para identificar y describir las emociones. Además, el apego temeroso se vinculaba fuertemente a limitaciones de inteligencia emocional, tanto auto-informada, como de rendimiento.

Con respecto a los antecedentes de la IE, los resultados muestran que el apego temeroso se asocia a sobreprotección y bajo cuidado. La calidez maternal se vinculaba al apego seguro y a la IE en general. El efecto negativo del vínculo de sobreprotección sobre el apego seguro es menos consistente –aunque se confirma que a mayor sobreprotección, menor IE auto-informada–.

En cuanto al clima familiar actual, las personas con un estilo de apego adulto temeroso perciben sus relaciones familiares como deficitarias en cohesión, expresividad, conteniendo un elevado conflicto, así como perciben a su familia como más desorganizada y con mayor control. El apego seguro adulto se asocia moderadamente a la cohesión familiar y podemos afirmar, con menor certeza, que se vincula a la expresividad emocional de las familias. Esta asociación, basada en datos correlacionales, probablemente refleja tanto que las personas con apego seguro proyectan y construyen mayor cohesión familiar, como que las familias cohesivas y expresivas ayudan a reforzar un estilo de apego adulto seguro. Un clima familiar más expresivo se asocia también a la IE en general. En menor medida, la baja cohesión y autonomía, y el mayor control, se asocian a menor IE (solo auto-informada).

En nuestro estudio también encontramos que el apego seguro adulto se asociaba a indicadores de afrontamiento adaptativos de la tristeza y enojo interpersonales. De forma congruente con los resultados de Feeney (1995, en Kennedy-Moore & Watson, 1999) nuestros datos muestran que estas personas aceptan las pérdidas, no alejan la atención de ellas y las re-evalúan, así como

comunican más y se auto-modifican ante episodios de enojo. Sin embargo, el apego seguro no se asociaba a la búsqueda de apoyo social, ni al afrontamiento directo (en tristeza y enojo) como sugerían estudios previos. En cambio, el apego temeroso se asocia con el afrontamiento de evitación conductual y cognitivo, con un menor afrontamiento directo y con mayor uso de la crítica y distanciamiento de otros, mostrando un perfil de afrontamiento claramente deficitario. Esto es coherente con su carácter de factor de riesgo para la salud mental.

En general, el apego seguro adulto se asocia moderadamente a auto-informes de mayor claridad y capacidad de reparación emocional, de menor activación emocional negativa y mayor capacidad percibida de controlar la vivencia, resolver los problemas y mejorar las relaciones sociales en episodios interpersonales. Estos resultados refuerzan las conclusiones anglosajonas sobre la asociación entre apego seguro y afrontamiento mediante expresión emocional regulada, así como confirman que el apego seguro facilita el afrontamiento de reelaboración o reevaluación positiva. Sin embargo, la asociación con el afrontamiento directo no se ha dado.

La escala de rendimiento en IE se vincula a formas funcionales de regulación emocional, al igual que la IE auto-informada, mostrando validez de constructo, ya que el indicador de déficit se asociaba negativamente y el MSCEIT positivamente a formas funcionales, como la resolución directa de problemas, la re-evaluación positiva y la expresión regulada –en particular en enojo–. El déficit de IE auto-informado se asociaba a mayor uso de formas disfuncionales como la retirada de afecto y la evitación.

Finalmente, hemos de puntualizar que el carácter de auto-informe de la mayoría de los indicadores aquí presentados limita el alcance de los resultados, aunque la variable de rendimiento muestra convergencia con ellos. Si bien la muestra es de jóvenes estudiantes, su pertenencia a tres culturas diferentes, nos permite generalizar, al menos, estos resultados a jóvenes hispano-latinos.

## **Conclusiones**

Aunque nuestro indicador de satisfacción con la vida estaba limitado a un sólo ítem, los resultados combinados de esta variable con la balanza de afectos muestran un perfil coherente de persona satisfecha con la salud mental. La persona feliz, es decir; que evalúa satisfactoriamente su vida y tiene un buen estado hedónico, no tiene una imagen negativa del yo y de los otros, informa de bajo apego temeroso, en menor medida informa de más apego seguro, recuerda una relación más cálida y menos sobre-protectora con sus padres en la infancia y percibe mayor expresividad emocional en su familia actual –la mayor autonomía, organización, cohesión y menor control se asocian sobre todo al componente hedónico de la felicidad–.

La persona feliz enfrenta los episodios interpersonales de enojo mediante formas de afrontamiento funcionales como el auto-control y reconfortarse, mayor resolución directa y mayor reevaluación positiva. Además, la persona satisfecha (aunque no hay relación con el nivel hedónico) utiliza menos formas de afrontamiento inadecuadas, como la crítica y distanciamiento en enojo y el abandono o desesperanza en la tristeza. Coherentemente, la persona feliz informa de mayor claridad, capacidad de regulación, de identificación y verbalización de las emociones, es decir, de más IE.

Podemos concluir que el apego seguro se asocia moderadamente a la salud mental concebida como balanza de afectos positiva y satisfacción vital, mientras que el apego temeroso es un claro factor de riesgo para la salud mental. El indicador de auto-informe de IE y el constructo de rendimiento se asociaban a la salud mental, siendo en general la correlación más fuerte con el TMMS y TAS que con el MSCEIT. La IE y el apego seguro y sobretodo la baja IE y el apego inseguro mostraban un perfil de antecedentes y consecuentes muy similares, confirmando que la expresividad y

calidez en la infancia, así como en el clima familiar actual, son correlatos importantes de la IE.

## Referencias bibliográficas

- Casullo, M. M. & Fernández, M. (2005). *Los estilos de apego*. Buenos Aires: JVE Eds.
- Extremera, N. & Fernandez-Berrocal, P. (2005). Perceived emotional intelligence and life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 39, 937-948.
- Hexel, M. (2003). Alexithymia and attachment style in relation to locus of control. *Personality and Individual Differences*, 35, 1261-1270.
- Kafetsios, K. (2004). Attachment and emotional intelligence abilities across the life course. *Personality and Individual Differences*, 37, 129-145.
- Kennedy-Moore, E. & Watson, J.C. (1999). *Expressing Emotion*. New York: The Guilford Press.
- Lopes, P.N., Brackett, M.A., Nezlek, J.B., Schütz, A., Sellin, I. & Salovey, P. (2004). Emotional Intelligence and social interaction. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30, 1018-1034.
- Mikulincer, M & Shaver, P. (2003). The attachment behavioral system in adulthood: activation, psychodynamics and interpersonal process. *Advances in Experimental Social Psychology*, 35, 53-152.
- Moos, R. H., Moos B. H. & Trickett, E. J. (1984). *Escalas de Clima Social Escolar y Familiar*. Madrid: TEA Ediciones.
- Páez, D. & Casullo, M. M. (2000). *Cultura y Alexitimia*. Buenos Aires: Paidós.
- Páez, D., Fernández, I., Ubillos, S. & Zubieta, E. (2003). *Psicología Social, Cultura y Educación*. Madrid: Pearson.
- Páez, D., Velasco, C. & Campos, M. (2004). Formas de Afrontamiento, Mecanismos de Defensa e Inteligencia Emocional. *Revista de Psicoterapia*, 60, 23-46.
- Parker, G., Tupling, H. & Brown, L. (1979). A parental bonding instrument. *British Journal of Medical Psychology*, 52, 1-10.
- Seywert, F. (1990). *L'Evaluation systématique de la famille*, Paris: PUF.
- Taylor, G.J. & Bagby, M. (2000a). An overview of the alexithymia construct. En R. Bar-On & J.D.A. Parker (Eds.) *The Handbook of Emotional Intelligence*. (pp 40-67). San Francisco: Jossey Bass.
- Taylor, G.J. & Bagby, M. (2000b). New trends in alexithymia research. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 73, 68-77.
- Van Rooy, D. L. & Viswesvaran, C. (2003). Emotional Intelligence: a meta-analytic investigation of predictive validity and nomological net. *Journal of Vocational Behavior*, 65, 71-95.
- Velasco, C., Fernández, I., Páez, D. & Campos, M. (2006, en prensa). Emotional Intelligence, Alexithymia, Coping and Emotional Regulation. *Psicothema*.

Correspondencia con este artículo:

Darío Páez Rovira, Catedrático de Psicología Social en la Universidad del País Vasco. Dpto. de Psicología Social y Metodología. Avenida Tolosa, Nº. 70, 20009 San Sebastián. Correo electrónico: [dario.paez@ehu.es](mailto:dario.paez@ehu.es)