



Diseño de programa psicoeducativo para promover un desarrollo adecuado de los tipos de apego emocional de mayor prevalencia en las relaciones de pareja de los estudiantes del grado 11 de la Institución Educativa Técnica Industrial Gerardo Valencia Cano, sede principal de Buenaventura

Luisa Gabriela Hurtado Peñuela

20251911742

Luisa Yajaira Cambindo Ordoñez

20251919873

Tutora. Mg. Yessica Mancilla Riascos

Universidad Antonio Nariño

Facultad de Psicología

Buenaventura, Colombia

2023



1

Diseño de programa psicoeducativo para promover un desarrollo adecuado de los tipos de apego emocional de mayor prevalencia en las relaciones de pareja de los estudiantes del grado 11 de la Institución Educativa Técnica Industrial Gerardo Valencia Cano, sede principal de Buenaventura

Luisa Gabriela Hurtado Peñuela

20251911742

Luisa Yajaira Cambindo Ordoñez

20251919873

Proyecto de grado presentado como requisito parcial para optar al título de: **Psicóloga**

Universidad Antonio Nariño

Facultad de Psicología

Buenaventura, Colombia

2023

Dedicatoria

La realización de esta tesis se la dedico primeramente a Dios porque fue mi ayuda en todo momento, y porque he podido ver su fidelidad en cada paso que doy. También, a mis padres por brindarme todo su apoyo, esfuerzo y confianza, por ser mi pilar y mi mayor ejemplo de perseverancia y resiliencia. Este logro es en honor a ellos por estar siempre acompañándome y guiándome a lo largo de este camino, son mi mayor motor y ejemplo de vida. Además, me la dedico, por no rendirme, por luchar por mis sueños y construir la versión de mí que siempre he querido ser.

Luisa Yajaira Cambindo Ordoñez

La presente tesis va dedicada a mis padres quienes me brindaron su apoyo incondicional para cumplir uno de mis más grandes sueños, a Jaime Peñuela, mi amado abuelo, que es mi razón de ser, y a mi, que con mucho esfuerzo logré cumplirle a mi estrella en el cielo.

Luisa Gabriela Hurtado Peñuela

Agradecimiento

Agradecemos inicialmente a Dios por otorgarnos la vida, salud y sabiduría para realizar este proyecto, a nuestra tutora Yessica Mancilla por su apoyo incondicional en este proceso que en ocasiones fue tan complejo para nosotras; A todos los maestros que contribuyeron significativamente en nuestro camino: Dujaily Hernandez, Fernando Lasso y Ana Valdes, quienes incrementaron nuestra vocación y pasión por esta carrera y nos brindaron las herramientas necesarias para construimos como las mujeres que un día soñamos ser.

Le agradezco a Dios por su amor, su gracia y porque en mi vida ha sido bueno, por permitirme culminar este proceso tan importante. Agradezco a mis padres por darme su apoyo incondicional, a mis hermanos, mis tíos y sobrinos, que han sido piezas fundamentales en la adquisición de este logro. Por supuesto, a mi compañera incondicional Luisa H, la cual me brindó su invaluable amistad y apoyo. *(Luisa Yajaira Cambindo Ordoñez)*

Agradezco a la virgen de Guadalupe por nunca soltar mi mano cuando este camino se me hizo tan complejo, a Luisa C, mi compañera doble, por no dudar nunca de mi, estar para mí y permitirme estar para ella, y a mi familia, por creer siempre en mí. *(Luisa Gabriela Hurtado Peñuela)*

Mejor son dos que uno, porque obtienen más fruto de su esfuerzo. Si caen, el uno levanta al otro. ¡Ay del que cae y no tiene quien lo levante!

Eclesiastés 4:9-12

Índice de contenidos

	Pág.
Resumen.....	8
Abstract.....	9
Introducción.....	10
CAPÍTULO I - MARCO CONCEPTUAL	
Planteamiento del problema.....	12
Contextualización	12
Definición de las variables.....	13
Estado del arte.....	14
Formulación del problema.....	19
OBJETIVOS	
Objetivo general.....	20
Objetivos específicos.....	20
JUSTIFICACIÓN	
Importancia de la investigación	21
Línea de investigación UAN.....	24
CAPÍTULO II - MARCO TEÓRICO	
Teoría del apego	24
Apego emocional.....	25
Tipos de apego emocional.....	26
Dimensiones del apego.....	27

Teoría triangular del amor	30
Elementos del amor.....	30
Tipos de amor.....	30
CAPÍTULO III - MARCO CONTEXTUAL	
Descripción del contexto.....	31
CAPÍTULO IV - MARCO METODOLÓGICO	
Tipo de investigación	34
Enfoque de investigación	34
Población.....	34
Muestra.....	35
Fuentes de información.....	35
Enfoque.....	36
Línea de investigación.....	36
Instrumentos	36
Procedimientos.....	37
Materiales.....	38
ASPECTOS ÉTICOS	
Ley 1090 del 2006.....	38
CAPÍTULO V - RESULTADOS Y DISCUSIÓN	
Resultados.....	39
Resultados estadísticos y gráficos.....	42
Discusión.....	50
Conclusión.....	53

Recomendaciones.....	55
Referencias.....	57
APÉNDICES.....	59
Apéndice A: Validación Test Camir- R.....	59
Apéndice B: Test Camir-R.....	60
Apéndice C. Entrevista estructurada.....	62
Apéndice D: Carta de solicitud a la institución.....	63
Apéndice E: Consentimiento informado.....	64
Apéndice F: Asentimiento informado.....	65
Apéndice G: Programa psicoeducativo.....	67

Índice de tablas

	Pág
Tabla 1.....	35
Tabla 2.....	35
Tabla 3.....	44
Tabla 4.....	46

Índice de graficos

Gráfica 1.....	41
Gráfica 2.....	41
Gráfica 3.....	42
Gráfica 4.....	42
Gráfica 5.....	43
Gráfica 6.....	44
Gráfica 7.....	46
Gráfica 8.....	48
Gráfica 9.....	48

Resumen

El presente trabajo de grado tuvo como finalidad diseñar un programa psicoeducativo para promover un desarrollo saludable de los diferentes tipos de apego emocional de mayor prevalencia, donde se contemple la construcción de relaciones afectivas sanas, fortaleciendo el autoestima, amor propio y autoconocimiento en estudiantes del grado 11 de la institución educativa Técnica Industrial Gerardo Valencia Cano, sede principal que se encuentra ubicada en Buenaventura.

Tal estudio se llevó a cabo a través del método cuantitativo. Para la recolección de la información se utilizó el instrumento Camir-R, entrevista estructurada e investigaciones relacionadas con el tema. Cabe resaltar que, el programa se diseñó dentro de una población constituida por 100 estudiantes, esto, de acuerdo a los criterios de inclusión y exclusión; y a partir del análisis de los resultados obtenidos del test aplicado se ejecutaron 2 sesiones del programa con una muestra de 46 jóvenes y adolescentes con prevalencia de apego ansioso y desorganizado, de lo que se obtuvo un impacto sumamente positivo y, por lo que se construyó y proporcionó una cartilla del programa psicoeducativo a la institución para la implementación continua del mismo.

Palabras claves: Programa, psicoeducativo, desarrollo, apego, estudiantes, relaciones, parejas, entrevista, resultados, prevalencia, investigación, jóvenes, adolescentes, impacto, exclusión e inclusión.

Abstract

The purpose of this degree work was to design a psychoeducational program to promote healthy development of the different types of most prevalent emotional attachment, where the construction of healthy emotional relationships is contemplated, strengthening self-esteem, self-love, and self-knowledge in degree students. 11 of the Gerardo Valencia Cano Industrial Technical educational institution, its main headquarters located in Buenaventura.

This study was carried out through the quantitative method. To collect the information, the Camir-R instrument, structured interview and research related to the topic were used. It should be noted that the program was designed within a population consisting of 100 students, according to the inclusion and exclusion criteria; and based on the analysis of the results obtained from the applied test, 2 sessions of the program were executed with a sample of 46 young people and adolescents with a prevalence of anxious and disorganized attachment, from which an extremely positive impact was obtained and, therefore, it was built and provided a program primer to the educational institution for its continuous implementation.

Keywords: Program, psychoeducational, development, attachment, students, relationships, couples, interview, results, prevalence, research, young people, adolescents, impact, exclusion and inclusion.

Introducción

Las conductas de apego son innatas en el ser humano, pues permiten mantener proximidad con otras personas, de manera que, este siempre está presente en las relaciones interpersonales que construye el individuo, por lo tanto, es algo connatural al individuo ya que lo lleva a establecer vínculos afectivos en las distintas circunstancias que lo requiere, donde el sujeto busca conseguir protección y seguridad, los cuales vendrían a ser factores importantes en cuanto al desarrollo del ser humano. De la misma manera, se entiende que, las contribuciones a la teoría del apego han brindado herramientas significativas para comprender el desarrollo socio-emocional y la psicopatología del desarrollo, siendo en la actualidad, la perspectiva líder para concebir la continuidad y el cambio en el desarrollo de la personalidad.

En tal sentido, se dice que, el inicio de ese vínculo se traslada al grupo más cercano como son los padres y/o hermanos, sin embargo, en la incorporación del ser humano como parte de la sociedad se relaciona con otros círculos como son los amigos, familiares, pareja, entre otros; es así que en la proximidad repetida con figuras significativas, el individuo internaliza un grupo de creencias acerca de sí mismo y de los demás; A partir de las formas características de vinculación, se articulan los llamados estilos de apego, los mismos que se definen como “patrones sistemáticos de expectativas, necesidades y conducta social que influyen en la manera en que las personas se involucran en relaciones cercanas. Distinguimos, los estilos seguros caracterizados por baja ansiedad y evitación; e inseguros, caracterizados por alta

ansiedad y/o alta evitación” (Guzmán - Gonzáles, Carrasco, Figueroz, Trabucco y Vilca , 2016 p. 16).

Como se ha comentado anteriormente los estilos de apego emocional están presentes en las diferentes etapas del desarrollo del ser y es por esto que, se considera un elemento indispensable de tratar, esto, para la contribución de una construcción eficaz en cuanto a las relaciones afectivas que se establecen a lo largo de la vida, teniendo en cuenta que, las mismas inciden significativamente en la estructura de la personalidad, pues tienen un papel fundamental en el desenvolvimiento individual el cual repercute en el otro de acuerdo a los patrones conductuales, si bien, el desarrollo de los diferentes tipos de apego desencadenan comportamientos pragmáticos o desfavorables.

Planteamiento Del Problema

Dentro del contexto social han sido visibles diversos patrones conductuales en las relaciones de pareja, a los que han denominado “relaciones tóxicas”, las cuales de acuerdo con las diferentes construcciones sociales se han normalizado hasta el punto de romantizarlas; Esto, despertó gran interés en conocer y a su vez, entender el origen para dar respuesta a estos comportamientos. Es así, como a raíz de una investigación exhaustiva buscando comprender lo mencionado con anterioridad, fue evidente que, no hay una teoría que explique las llamadas “relaciones tóxicas”, por el contrario, todo direccionó a la teoría del psicoanalista John Bowlby donde argumenta que tales conductas se producen como consecuencia del desarrollo de los distintos tipos de apego emocional; De esta manera se entiende que, las relaciones afectivas no son tóxicas, salvo que, dentro de ellas hay comportamientos negativos, consecuencia del desenvolvimiento de un apego emocional en particular.

Se conoce que, desde que se nace, se establecen relaciones y vínculos con otras personas que de una u otra manera repercuten en la autoestima, seguridad, capacidad de autonomía y desarrollo personal, lo que permite entender la importancia de la relación que se establece con los padres, y que a su vez, las relaciones de pareja son consideradas vínculos significativos en la vida del individuo, donde se entiende que, cuando ésta resulta sana y agradable, contribuye al bienestar integral de la persona, por el contrario, cuando aparece inadecuada y sin control, normalmente es la causa de mucho malestar no solo emocional, sino también físico y social.

Del mismo modo, cuando se constituye una relación, se decreta un nuevo sistema, el cual cuenta con características propias que los van a relacionar y a la vez, diferenciar de los sistemas iniciales, aludiendo a las respectivas familias de origen. Así pues, cada integrante de la pareja traerá mitos, creencias y expectativas que habrán ido estableciendo a lo largo de su vida, muchas de ellas desarrolladas en la convivencia con su familia de origen.

Así pues, se comprende que, la relación de pareja se constituye como otro mundo ya que es una construcción de una díada que debe alejarse en ciertos momentos para construir intimidad, exclusividad y permanencia. Otro mundo, ya que se vivencian y se construyen formas de ser y de estar, diferentes a otros tipos de relaciones interpersonales que los seres humanos construyen a lo largo de su existencia. A raíz de esto, plantea Ferreira (1992). que, dicha percepción sobre la relación de pareja está basada en el amor romántico, aquel que se funda en la idea de compartirlo todo, y que trae aparejadas características como: entrega total al otro quien se convierte en indispensable para la existencia, apareciendo a su vez el apego, la postergación de cada una de las necesidades propias y la creencia que se debe estar todo el tiempo con la otra persona.

De la misma manera, los jóvenes perciben la relación desde diferentes matices de satisfacción, pues la significan como aquella que posibilita un vínculo social el cual es fuente de cuidado, felicidad y compañía, ordena la vida y da un lugar de privilegio.

Por otro lado, el psicoanalista John Bowlby (1986), manifiesta que, la experiencia del niño con sus padres tiene un rol fundamental en la capacidad posterior del mismo, haciendo referencia al establecimiento de vínculos afectivos y las principales funciones que ellos deben proporcionar para construir una base segura y, desde allí, animarlo a explorar; Es importante entonces que, el niño pueda depender de sus figuras de apego y que éstas puedan contener y proteger al niño cuando lo necesita.

De esta forma, se conoce que, en Alcira, España, se realizó un estudio donde se tenía como objetivo examinar las publicaciones más prevalentes que conectan las relaciones de pareja con el apego, de lo que se concluyó que, los diferentes estilos de apego inciden en la satisfacción de las relaciones afectivas y que el apego más óptimo es el llamado, apego seguro. (Clara B. Martínez, 2020).

Además, según Jorge L. Estévez (2013) los modelos familiares tienen gran influencia en el funcionamiento de las relaciones de pareja y el vínculo del afecto en la misma, esto, lo expuso de acuerdo a su investigación ejecutada en México, en la que tuvo como idea principal comprender cómo se construyen las relaciones en pareja y que tanto estas son alteradas por los distintos modelos de apego.

Igualmente, en Ecuador, se hizo una investigación donde se tenía como objetivo precisar el tipo de apego más prevalente en estudiantes desde su experiencia de vida, de lo cual lograron sustentar que, el apego seguro, apego inseguro ambivalente y apego no resuelto se relacionan estrechamente entre sí, en las diferentes construcciones de vínculos afectivos del sujeto. (Tania I, Molina R, 2015).

Así mismo, siguiendo el estudio de Elsa M. Bontempo (2022) se encuentra una alta relación entre la autoestima y el apego emocional, sin ser determinante el género del individuo, esto, como producto de su investigación en adolescentes de una institución educativa privada de Lima Norte - Perú, donde intentaba identificar el nivel de apego emocional y de autoestima en los estudiantes de 4to de secundaria.

Por su parte, conforme a lo descrito por Díaz Cristian Sebastián (2015) en su investigación realizada en Ecuador, en la que propuso definir dentro de una amplia población estudiantil, aludiendo a 298 estudiantes de distintos géneros, los tipos de apego que mantuvieron en su infancia y del mismo modo, los niveles de autoestima que presentan en la actualidad; Existe influencia de los apegos parentales de los adolescentes en los niveles de autoestima, de manera que, el desarrollo de un apego seguro con los dos padres establece un nivel de autoestima alto, mientras que, el apego inseguro y el apego desorganizado se encuentran distribuidos en la formación de una autoestima media y baja.

De la misma forma, en el Salvador presentaron una propuesta psicoeducativa en el instituto nacional de la juventud, para regular de manera adecuada las emociones, esto, acorde a un análisis sobre la vinculación que existe entre la regulación emocional y los estilos de apego en adolescentes de 15 a 20 años, hijos de padres separados. (Jorge L. Sosa Vásquez, Patricia Crespo García, Soraira Gricelda García, 2018)

Por otro lado, de acuerdo a lo sustentado por Eguizabal Ostos, Yackelyn Cindy (2022), no hay una relación estadísticamente significativa entre el apego inseguro y la agresividad, esto, dado al estudio hecho en Cundinamarca, donde buscaban relacionar el

apego inseguro y los niveles de agresividad en una muestra de 92 adolescentes hombres y mujeres, entre 15 y 18 años de una institución educativa estatal.

Al igual, en Cundinamarca, efectuaron una investigación en la que tenían como propósito describir las diferentes prácticas de crianza y los tipos de apego como elementos asociados al rendimiento académico en adolescentes estudiantes que oscilaban entre los 15 y 18 años de edad del grado décimo y once de la jornada tarde de la Institución Educativa Municipal Manablanca de Facatativá, de lo cual concluyeron que, las prácticas de crianza se caracterizan por un estilo educativo parental indiferente o negligente, el cual contiene la falta de control sobre la conducta, dificultad para establecer una comunicación asertiva y expresar afecto a los hijos. (Angie L. Cerón y M. Merchán González, 2017).

Igualmente, de acuerdo al estudio de Ojeda G, Blanca (2018) donde tuvo como objetivo establecer la relación entre los estilos de apego y el bienestar psicológico de los estudiantes de secundaria de un colegio del Norte de Lima, se infiere que, existe una correlación relevante entre los estilos de apego y el bienestar psicológico en general.

Además, en Ica, realizaron un estudio en el que buscaban determinar la relación entre los estilos de apego y el autoconcepto en 141 estudiantes adolescentes, de primero a quinto grado de secundaria de la I.E.P Santo Domingo de Guzmán, de lo cual concluyeron que, no existe relación entre el apego y el autoconcepto en los estudiantes que participaron en la investigación, originando un sinnúmero de cuestiones de acuerdo con las diversas teorías sustentadas. (Miriam Isabel, Guzmán Maza Ruth Evangelina, & Tico Chayña, 2021)

De otro modo, siguiendo la investigación llevada a cabo en Cartagena, por Valentina A Prestan y Natalia de los ángeles Carmona Puello (2018) con una muestra de 315 estudiantes, se determina que, las relaciones con un bajo nivel de apego son producto de no haber generado lazos apropiados con sus padres o cuidadores durante su infancia, esto, a partir de la descripción de los estilos de apego que los mismos presentaban.

Igualmente, en Bogotá, se realizó una investigación cuyo propósito radica en determinar la conexión entre los estilos de apego y las relaciones de pareja en la juventud, de lo cual expusieron que, la percepción de sí mismos y la percepción de otros son elementos claves para el desarrollo de tal relación. (Laura M. Vega, 2003)

De la misma manera, conforme al estudio efectuado por Mariana B. Vargas y Ana M. Jiménez (2015) donde buscaban definir la forma en que se establecen las relaciones de pareja en la actualidad en jóvenes que han experimentado ausencia parental, se entiende que, la falta de acompañamiento por parte de los padres y/o cuidadores no influye en el establecimiento de relaciones afectivas.

Mientras que, en la investigación que se llevó a cabo en Santa Marta, en la que buscaban describir los diferentes tipos de apegos que se presentan en las relaciones de parejas sentimentales de jóvenes, determinando a su vez, la conexión existente entre el apego y la dependencia emocional, encontraron que, el tipo de apego con mayor prevalencia el cual está íntimamente ligado con la dependencia emocional es el ansioso ambivalente, pues en ambos predominan la necesidad de la presencia del otro. (Stephany P. Ochoa y Janier H. Ortiz, 2019)

Además, según lo expuesto por Celeste del Pilar C, Salvatierra & Rodolfo Guarachi Ramos (2023) no existe correlación significativa, sin embargo, se considera que, a nivel de dimensiones sí hay varias relaciones significativas, como la de seguridad de apego y la de autoestima, donde la influencia mayor la originan la escuela, la familia y la sociedad, esto, planteado desde la investigación que realizaron en estudiantes de secundaria de la Unidad Educativa Adventista de Bolivia, en la que indagaban sobre la relación que existe entre el autoestima y las representaciones del apego.

De otro modo, en el ámbito local no se encuentra información investigativa dirigida a estudios relacionados al apego emocional en las relaciones de pareja de estudiantes jóvenes; A raíz de esto, se piensa que, es importante trabajar en esta investigación, esto, teniendo en cuenta que, en la actualidad el apego emocional en las relaciones de pareja de estudiantes jóvenes es un tema casi que con un estudio nulo. Sin exceptuar que, los diversos estudios realizados por distintas personas en Colombia dejan un sinnúmero de cuestionamientos que motivan a la realización de este proyecto, pues en su mayoría, las investigaciones fueron realizadas a estudiantes jóvenes, donde es evidente la prevalencia de diferentes tipos de apego emocional desde diferentes desarrollos según la teoría expuesta por John Bolwby (1980). Así pues, se conoce que la etapa escolar refuerza la identidad propia del individuo, debido a que sustenta distintos aspectos negativos y/o positivos que lo complementan como ser; Entre estos, uno de los elementos que construye el ser humano en su desarrollo de vida, es el apego, aspecto indispensable, poco tratado y estudiado.

Cabe resaltar que, a través de la observación, la escucha activa y la indagación

extracurricular con los estudiantes del grado 11 de la institución educativa Técnica Industrial Gerardo Valencia Cano, sede principal ubicada en el Distrito de Buenaventura, se comprende que, aunque los diversos tipos de apego que establece John Bowlby (1988) en su teoría, hacen parte del proceso de crecimiento y desarrollo de cada sujeto, crean comportamientos negativos que afectan considerablemente la vida general de la persona.

Conforme a lo descrito con anterioridad, el interés de esta investigación está fundamentado inicialmente, en la importancia de cubrir el vacío existente de conocimiento respecto al tema de apego emocional, basado en la teoría del apego que sustenta John Bowlby (1980) y del mismo modo, exponer la incidencia de estos en las relaciones de pareja que construyen los jóvenes normalmente, desde los tipos de apego que constituye la teoría expuesta por el psicoanalista, esto, en estudiantes hombres y mujeres de la institución antes mencionada. Buscando así, obtener resultados que, nos permitan construir un programa psicoeducativo que contribuya en el mejoramiento del desarrollo de los tipos de apego emocional, orientado al progreso idóneo del mismo, el cual pueda ser desarrollado de manera individual y colectiva dirigido a la proactividad dentro del tema.

Por consiguiente, surge la siguiente pregunta de investigación:

Pregunta Problema.

¿Cómo diseñar e implementar un programa psicoeducativo efectivo que favorezca el desarrollo saludable de los tipos de apego emocional más prevalentes en las relaciones de pareja de los estudiantes de grado 11 de la Institución Educativa Técnica Industrial Gerardo Valencia Cano en el distrito de Buenaventura?

Objetivos

Objetivo general.

Diseñar un programa psicoeducativo para promover un desarrollo adecuado de los tipos de apego emocional de mayor prevalencia en las relaciones de pareja de los estudiantes del grado 11 de la institución educativa Técnica Industrial Gerardo Valencia Cano, sede principal ubicada en el distrito de Buenaventura.

Objetivos específicos.

- Identificar y describir los tipos de apego emocional más prevalentes y sus dimensiones en los estudiantes.
- Determinar la incidencia del apego emocional en las relaciones de pareja en estudiantes del grado 11 de la institución educativa Técnica Industrial Gerardo Valencia Cano, sede principal de Buenaventura.
- Implementar el programa psicoeducativo para fomentar un desarrollo saludable de los tipos de apego emocional de mayor prevalencia en las relaciones de pareja de los estudiantes del grado 11 de la institución educativa Técnica Industrial Gerardo Valencia Cano, sede principal ubicada en el distrito de Buenaventura.

Justificación

La realización de la presente investigación es fundamental, puesto que, brinda bases científicas sobre la realidad social y afectiva de los estudiantes jóvenes, haciendo referencia a su desarrollo como seres individuales, pues la identificación de los diversos tipos de apego en la relaciones de pareja que experimentan estos, pone en evidencia de algún modo la negativa realidad y las diferentes consecuencias que ésta devenga, teniendo en cuenta que, existe un alto índice de mancebos que actúan de forma inconsciente, pues de acuerdo con Bordignon (2005), “en la juventud se busca la sintonía e identificación afectiva, cognitiva y comportamental con aquellos que puede establecer relaciones auto definitorias; superar la confusión de roles; establecer relaciones de confianza, estabilidad y fidelidad; consolidar las formas ideológicas o las doctrinas totalitarias” (p.56).

Así pues, como se mencionó previamente, este es parte importante en el proceso de afianzamiento de la estructura de la personalidad, igualmente, la identificación de los pares proporciona gran influencia en su proceso de desarrollo personal, repercutiendo en el desenvolvimiento con el medio social, de manera que, existe la posibilidad de desencadenar conductas tanto beneficiosas como nocivas afectando el adecuado desarrollo de la personalidad.

Por ello, se considera relevante realizar este estudio, dado que, en muchas ocasiones los jóvenes romantizan el hecho de presentar comportamientos negativos dentro de sus relaciones de pareja, esto, como producto de algún tipo de apego emocional, a tal punto de normalizar conductas nocivas, que los orienta a la anulación como individuos, pues aunque

estos son elementos que constituyen a la persona desde su infancia, en su proceso de desarrollo pueden convertirse en elementos negativos que alteran considerablemente la vida en general del individuo, particularmente, este aspecto en la actualidad, es evidente en las relaciones de pareja de estudiantes jóvenes.

De manera que,, se ha observado que los jóvenes en sus relaciones de pareja, manifiestan comportamientos negativos, manifestados en acontecimientos de súplicas, tristeza, ira, venganza, ansiedad y/o manipulación, contribuyendo al posible desarrollo de distintas psicopatologías que perjudican la vida general del sujeto.

A raíz de esto, se considera que, esta investigación es relevante en la Institución Educativa Técnica Industrial Gerardo Valencia Cano, sede principal de Buenaventura, puesto que, a partir de diversas investigaciones extracurriculares, aludiendo a un acercamiento profundo con los estudiantes y maestros de esta institución, se logra analizar un alto índice de estudiantes jóvenes del grado 11 que en sus relaciones de pareja expresan distintos comportamientos los cuales pueden generar un impacto negativo que podría incidir en la salud mental de los mismos, por esto, se ve indispensable también la construcción de un programa psicoeducativo, el cual se espera sea causante de un impacto positivamente significativo, en vista de que se les brindará herramientas que puedan utilizar de manera autónoma para un buen desarrollo del apego emocional tanto en el ámbito personal, como en la dinámica de sus relaciones de pareja. Sin exceptuar que, este estudio proporciona diferentes cuestiones nuevas que promueven el interés por investigar más acerca del tema y así servir de referente para futuras investigaciones que se realicen sobre este asunto o algunos

afines al expuesto en este proyecto, cabe resaltar que, la institución puede hacer uso del programa para infundir y mantener el buen desarrollo del apego emocional desde el proyecto de vida y la búsqueda vocacional que se imparte en tal grado.

Igualmente, a modo personal, como investigadoras, se considera que, este estudio brinda una adquisición experiencial muy significativa, puesto que, está constituida por saberes nuevos que construyen distintos conocimientos los cuales contribuyen en nuestra formación como profesionales en psicología, puesto que, el apego emocional como se ha mencionado anteriormente, puede originar diversos aspectos que afectan notablemente la salud mental de las personas, produciendo posiblemente también, diferentes psicopatologías, elemento que, como psicólogas nos compete.

Se entiende también que, en el contexto social esta investigación tiene un impacto positivo, pues como ya se ha dicho, esta apoya con profundidad la formación de las personas como seres individuales, y, por ende, en las distintas interacciones sociales que establecen la vida misma, mejorando así las diferentes construcciones de relaciones afectivas dentro ella, resaltando además la mejoría del manejo de los diversos contextos vulnerables que rodean a estas, aludiendo al control de la influencia que estos devengan sobre la personalidad de los estudiantes

Finalmente, se infiere que, la línea propicia establecida por la Universidad Antonio Nariño (UAN) para trabajar es la denominada, intervención, investigación y cambio en el contexto sistémico terapéutico, del grupo de investigación, titulado sistema complejo.

Marco teórico

Teoría del apego. (Jhon Bowlby)

Bowlby (1980), expone que el apego alude a la búsqueda de supervivencia desde el nacimiento, por tal motivo, nacen con la predisposición de buscar suplir la necesidad de la proximidad, protección y seguridad por medio de establecer vínculos afectivos con otras personas los cuales se activan implícitamente en diferentes circunstancias adversas a lo largo de la vida, ya que si el niño logra mantener un apego sólido y seguro será capaz de establecer vínculos saludables, por el contrario si se presenta amenaza o pérdida de la figura de apego posiblemente el niño en sus etapas posteriores esto es adolescencia y/o adultez podría exteriorizar carencias emocionales. Así pues, se entiende que esta teoría es la más interesada en cuanto intención de proporcionar explicaciones del desarrollo socio-emocional en el ser humano.

De tal modo, para Jhon Bowlby (1986), el comportamiento de apego es todo aquel que permite al sujeto conseguir o mantener proximidad con otra persona diferenciada y generalmente considerada más fuerte y/o sabia, propio del ser humano, que motiva la búsqueda de proximidad entre el niño pequeño y sus padres o cuidadores. De manera que, se enfatiza la experiencia del niño con sus padres con un rol fundamental en la capacidad posterior del niño de establecer vínculos afectivos donde las funciones principales de ellos es proporcionar al niño una base segura y, desde allí, animarlos a explorar; Por lo que es importante entonces que el niño pueda depender de sus figuras de apego y que estas puedan contener y proteger al niño cuando lo necesita. Así pues, la interacción que se produzca entre

el cuidador y el niño podrá dar cuenta de la calidad del vínculo, lo que tendría que ver con lo que Jhon Bowlby (1980) identificó como modelos operantes internos, que son aquellas expectativas que posee el niño acerca de sí mismo y de los demás, y que le hacen posible anticipar, interpretar y responder a la conducta de sus figuras de apego, ya que integra diversas experiencias presentes y pasadas en esquemas cognitivos y emocionales

En la misma línea, se logra comprender que, a partir de experiencias repetidas con sus figuras de apego, los niños desarrollan expectativas en cuanto a la naturaleza de las interacciones. Así, las relaciones tempranas de apego poseen amplia influencia en la capacidad para regular el estrés, en la regulación de la atención y en la función mentalizadora de los sujetos (Fonagy & Target, 2002).

Igualmente, Crittenden (2005) habla de modelos internos, que implican cierta forma de procesar la información acerca de la conducta de las figuras de apego y, de la misma manera, mayor o menor tendencia a ciertos tipos de psicopatología.

A su vez, dentro de la teoría expuesta por Jhon Bowlby (1986) se plantean 4 tipos de apego, donde se define que, las personas con apego seguro suelen tener una percepción de sí mismos y de los otros, positiva y favorable; Lo que de una u otra forma, les facilita vincularse con otros, expresar sus necesidades y sentimientos a la otra persona.

De otra manera, las personas con apego desorganizado se les hace complejo confiar en el otro, estos tienden a construir relaciones volátiles, pues la disfunción significativa para formar afectos emocionales perjudica tal construcción.

Al igual, Bowlby (1986) manifiesta que, los individuos con apego evitativo normalmente son retraídos y escépticos, se destacan por ser incapaces de compartir sentimientos y pensamientos con otros, ya que sienten incomodidad al intimar con otros; Estas personas otorgan gran valor a su autosuficiencia e independencia, por lo que encuentran difícil confiar y depender de otros.

Por otra parte, las personas con apego ansioso ambivalente acostumbran a desarrollar modelos mentales de sí mismos como sujetos poco inteligentes y/o inseguros y de los otros como seres reacios a comprometerse en relaciones íntimas, esto, evidenciado en la preocupación constante que tienen de si sus parejas los quieren o no, temiendo a que en algún momento los abandonen.

Siguiendo la relación que hizo Jhon Bowlby (1996) sobre los 4 tipos de apego con las emociones, las cuales actúan en el comportamiento de la persona, originando conductas negativas y/o positivas que se ven reflejadas en sus relaciones de pareja, se comprende que, en la actualidad hay cierta conexión con las diferentes emociones que experimenta la persona en mayor o menor grado e intensidad, para cada estilo de apego.

Por lo tanto, tomando el aporte de distintos autores, es posible dilucidar que, las relaciones se han ido estableciendo y, aunque existe un amplio espectro de investigaciones en el área, se aprecian ciertas coincidencias que son las que se tratará de relevar; Por esto, se toma en cuenta el aporte de Ainsworth et al. (2010), donde señala que, unas de las emociones más habituales que vivencian los niños con apego seguro en un posición que representa para ellos separación con su cuidador son la angustia la cual se ve inhibida cuando este vuelve a él

produciendo sensación de calma, pues percibe nuevamente la compañía de su cuidador, dado que, es en la interacción que establecen que el niño siente que su progenitor y/o cuidador le proporciona calidez, confianza y seguridad.

Igualmente, en un estudio con adolescentes sobre el apego, Kobak y Sceery (2017), exponen que cuando se evidencian sujetos que presentan apego seguro se puede evidenciar bajos indicadores de la presencia de ansiedad, lo cual es más común en personas con apego inseguros ya que es uno de los factores que predominan dentro de este estilo de apego, también, se reflejan conductas hostiles las cuales no son tan concurrentes en el tipo de apego emocional evitativo que se relaciona con desinterés hacia la presencia de los padres y/o cuidadores.

Del mismo modo, Mikulincer, Shaver y Pereg (2008), exponen que, en el estilo seguro existe baja ansiedad y evitación, seguridad en el apego, comodidad con la cercanía y con la interdependencia, resaltando además la confianza en la búsqueda de apoyo y otros medios constructivos de afrontamiento al estrés. Igualmente, para Magai, Hunziker, Mesías y Culver (2011), este estilo está marcado por expresiones faciales de alegría y un sesgo favorecedor de la vergüenza; el cual está nocivamente asociado al rasgo de emoción negativa y a la tendencia de que los efectos perniciosos recorran la conciencia. Se considera importante mencionar que, particularmente, en la rabia, Mikulincer (2016) señala que cuando los individuos con apego seguro están enojados tienden a aceptar su ira, expresar su enojo controladamente y buscar soluciones a la situación. Así mismo, en un estudio que explora la relación entre estilos de apego y síntomas de ansiedad y depresión Muris, Mayer &

Meesters (2016), reportan que, los niños con estilo de apego seguro exhiben menores niveles de ansiedad y depresión, comparado a los niños con estilos inseguros.

Mikulincer (2017), hace énfasis en que el estilo ansioso ambivalente se aprecia alta ansiedad y baja evitación, inseguridad en el apego, fuerte necesidad de cercanía, preocupaciones en cuanto a las relaciones y miedo a ser rechazado.

Igualmente, se entiende que, las emociones más frecuentes de los bebés con apego ambivalente en la situación extraña es la angustia exacerbada ante las separaciones del cuidador y la dificultad para lograr la calma cuando éste vuelve; en la interacción con el cuidador relevan la ambivalencia, enojo y preocupación. (Ainsworth et al. 2018).

A su vez, Kochanska (2018), en investigación realizada con niños pequeños, señala que el grupo ambivalente muestra gran descenso en el desarrollo de emociones positivas entre los 9 y 33 meses, y el mayor malestar en episodios direccionados a suscitar emociones positivas. De la misma manera, Mikulincer, Gillath y Shaver (2018), señalan que en este estilo se facilita la accesibilidad a las preocupaciones en relación al rechazo; Mientras que, para Lecannelier (2018), el estado emocional predominante es la preocupación y el miedo a la separación.

De otra forma, Valdés (2020), además de enfatizar las emociones de miedo y ansiedad, indica una baja tolerancia al dolor. Coincidiendo con Consedine y Magai (2019) donde exponen que en la vejez tardía el estilo ambivalente posee alta afectividad negativa, presentando miedo, ansiedad y vergüenza.

Por su parte, Mikulincer (2018), sustenta que, en el estilo evitativo no hay seguridad en el apego, puesto que, se produce una autosuficiencia compulsiva y existe preferencia por una distancia emocional de los otros. Aunque, se ha constatado en niños con este estilo que, aún cuando estos parecen despreocupados por las separaciones, muestran signos fisiológicos que denotan la presencia de ansiedad y esta activación se mantiene por mucho más tiempo que en los niños seguros.

Igualmente, en una investigación realizada con niños en la etapa de ingreso a la guardería, Ahnert, Gunnar, Lamb y Barthel (2018), encontraron mayores niveles de cortisol, de llanto y agitación, en la fase de adaptación de los niños con apegos inseguros a la madre. Lo anterior concuerda con los resultados de Kobak y Sceery (1988), quienes señalan que el autoreporte de los sujetos con estilo evitativo no refleja afecto negativo ni síntomas de estrés y, sin embargo, los pares los consideran ansiosos y con un predominio de la hostilidad. De esta forma, los autores conceptualizan esta incongruencia como un sesgo hacia el no reconocimiento de afecto negativo.

Teoría triangular del amor. (Robert Sternberg)

Robert Sternberg (1986), presenta la teoría triangular del amor, donde establece que este se compone a partir de 3 elementos: pasión, que referencia la excitación o la energía de la relación. Intimidad, que alude al sentimiento de cercanía, a la conexión entre las dos personas que forman parte de la historia de amor, y compromiso, que indica la decisión de seguir en la relación a pesar de los altibajos que puedan surgir.

Estos elementos se entremezclan y originan distintos tipos: el cariñoso, donde según Sternberg (2000), solo hay intimidad, pero no existe pasión ni compromiso. De otra manera, se genera el tipo de amor vacío el cual se caracteriza por un elevado compromiso, sin pasión ni intimidad.

Por otro lado, se encuentra el encaprichamiento, donde en la manera de amar hay mucha pasión, sin embargo, no existe ni intimidad ni compromiso, lo que convierte normalmente este tipo de relaciones en superficiales. En otros términos, se conoce que, en el amor romántico los miembros de la relación sienten atracción y excitación, y, además, tienen confianza y cercanía.

De otro modo, en el tipo de amor sociable, existe intimidad y compromiso, pero no pasión, este suele manifestarse cuando la pareja carece de deseo y excitación hacia la otra persona, pero la convivencia, los hijos y las experiencias juntos les mantienen unidos. Por su parte, en el amor fatuo prevalece la pasión y el compromiso, pero no existe intimidad. El tipo de amor consumado por el contrario, es el amor completo, puesto que, está formado por los tres elementos de la teoría piramidal de Sternberg.

Marco contextual

Es importante iniciar este capítulo señalando que Buenaventura es uno de los puertos marítimos más importantes, no solo del país, sino de América Latina, actualmente cuenta con 311.824 habitantes, este hace parte del departamento del Valle del Cauca, es el tercer municipio más poblado del mismo y el más grande en extensión del pacífico colombiano.

Esta es una zona portuaria en la cual puede transitar más del 45% de la carga internacional que llega al país.

La ciudad se divide por 12 comunas (4 de la zona insular y 8 de la continental), así, se conoce que, las comunas más importantes que promueven mayormente la economía son las de la isla de Cascajal, sin exceptuar que, la que concentra mayor población es la comuna 12 que está ubicada en la zona urbana y conecta a la ciudad con otros municipios.

Actualmente las condiciones socioeconómicas de la población bonaverense se encuentra en estado crítico, donde según registros estadísticos indican que los habitantes poseen una baja calidad de vida; cabe señalar que, los habitantes del municipio se han visto afectados por la violencia, la cual con el paso de los años se ha ido incrementando, de manera que cada vez son más los asesinatos, robos, atentados, ejercidos por grupos al margen de la ley, que en muchos casos se componen por jóvenes y adolescentes que han sido reclutados de manera forzada. No obstante, el feminicidio ha sido también un hecho victimizante que han vivido los bonaverenses, donde según investigaciones han encontrado que han sido hechos realizados por las parejas de las víctimas, lo cual es un indicador de alarma para los psicólogos del municipio, dado que estos casos exponen la existencia de relaciones afectivas donde son evidentes patrones conductuales nocivos que pueden llegar a afectar de manera crítica la vida integral de las personas.

La institución educativa en la que se llevará a cabo el presente proyecto investigativo, es una de las instituciones públicas más grandes con las que cuenta la ciudad de Buenaventura, la cual es nombrada: institución educativa técnica industrial Gerardo Valencia

Cano, (ITI) de carácter oficial, constituida por calendario A, y cuenta con 4 sedes impartida para hombres y mujeres con jornadas diurnas y nocturnas, desde el grado preescolar hasta secundaria, además, este cuenta con un programa educativo para adultos; Su sede principal se encuentra en la zona urbana, cerca al barrio transformación y doña Ceci, donde el mayor porcentaje de estudiantes viven en condiciones de vulnerabilidad, y/o ambientes hostiles, los cuales desde una mirada psicológica se entiende que tal aspecto incide considerablemente en la persona, ya que como explica Bandura (2021) en su teoría de aprendizaje social, el mayor aprendizaje que los niños adquieren es por medio de la observación y de la imitación de comportamientos el cual el mayor modelo es el contexto social, es decir, los niños y niñas se ven afectados por la influencia de otros.

Esta institución proporciona preparación técnica industrial, además, suministran semilleros de inglés, matemáticas y ajedrez, buscando fortalecer las diversas habilidades que establecen a los estudiantes; Actualmente la institución educativa en su sede principal cuenta con un total de 1.200 estudiantes, divididos en, la jornada de la mañana (900), la jornada de la tarde (300).

Marco metodológico

Tipo Y Enfoque De Investigación

El presente trabajo es un estudio descriptivo con enfoque cuantitativo dado que, se recolectaron componentes y datos sobre diversos aspectos del personal, realizando un análisis y medición de los mismos.

La investigación descriptiva busca especificar propiedades, rasgos y características importantes de cualquier fenómeno que se analice. De la misma forma, los estudios

descriptivos miden de manera independiente las variables a las que se refieren con la mayor precisión posible. (Hernández, Fernández y Baptista 2003)

Así mismo, esta investigación tiene un enfoque cuantitativo puesto que, para lograr hacer un análisis preciso de los resultados fue necesaria la aplicación del test (Camir-R); Según Hernández Sampieri (2008). El enfoque cuantitativo se fundamenta en un esquema deductivo y lógico que busca formular preguntas de investigación e hipótesis para posteriormente probarlas, confiando en la medición numérica, el conteo y frecuente uso de la estadística para establecer con exactitud patrones de comportamiento en una población.

Población.

La investigación estuvo dirigida a los estudiantes del grado 11 de la institución educativa Técnico Industrial Gerardo Valencia Cano, sede principal ubicada en la ciudad de Buenaventura, teniendo en cuenta los criterios de inclusión y exclusión, aludiendo a un total de 100 estudiantes.

Muestra.

Este estudio se efectuó con 46 jóvenes y adolescentes estudiantes del grado 11 con prevalencia de apego ansioso y desorganizado.

Tabla 1. Datos de muestra

Edad	Sexo	N. de estudiantes
17-19 años	Masculino	25
	Femenino	16
	Comunidad LGTBIQ+	5
Total		46

Tabla 2. Fuentes de información

Criterios de inclusión		Criterios de exclusión
<i>Género</i>	Hombres, mujeres, comunidad LGTBIQ+	-
<i>Rol</i>	Estudiantes del grado 11	Docentes, estudiantes de primaria y secundaria (6-10), coordinadores
<i>Edad</i>	17-19 años	Menores de 17 años

Enfoque.

Histórico hermenéutico. La Hermenéutica implica, como enfoque de investigación, una labor a través de la cual el investigador busca comprender e interpretar una realidad o un fenómeno en un contexto concreto, las cuales conducen a procesos interpretativos de la realidad social y humana. En este caso, se busca identificar los tipos de apego de mayor prevalencia en las relaciones de pareja de los estudiantes del grado 11 de la institución

educativa técnica Industrial Gerardo Valencia Cano de Buenaventura, para posterior comprender y construir un programa psicoeducativo que promueva el adecuado desarrollo de los tipos de los mismos; Teniendo en cuenta que, se posee un fenómeno y realidad en un contexto específico, consideramos óptimo en esta investigación tal enfoque.

Línea de investigación UAN.

Investigación, intervención y cambio de contextos sistémicos terapéuticos. (Grupo de investigación escuela: sistema complejo).

Instrumentos.

Para este estudio se hizo uso en primer lugar del CaMir-R (Balluerka, Lacasa, Gorostiaga, Muela y Pierrehumbert, 2011). Cuestionario que mide las representaciones de apego y la concepción del funcionamiento familiar en la adolescencia y la edad adulta, para su cumplimiento se requiere aproximadamente 15 – 20 min, este consta de 32 ítems que el participante debe responder en una escala tipo Likert de 5 puntos; Cabe resaltar que, tal instrumento fue proporcionado junto a su estudio de validación vía gmail por la psicóloga Elizabeth Gallego (2022).

A su vez, se realizó una entrevista estructurada para fortalecer los resultados en el momento de determinar la incidencia de los tipos de apego en las relaciones de pareja. (Hurtado, 2000). La define como, “un instrumento que agrupa una serie de preguntas

relativas a un evento, situación o temática particular, sobre la cual el investigador desea obtener información”.

Procedimiento.

Para ejecutar la presente investigación, inicialmente se hizo un acercamiento con la institución en general para validar la efectividad de este dentro del lugar, así mismo, se llevó a cabo una reunión con la rectora de la institución educativa con la finalidad de solicitar de manera formal verbal y escrita la participación de la institución en el proyecto.

Posteriormente, se realizó una reunión con los padres de familia y/o acudientes, junto a los estudiantes participantes para acceder al permiso de su participación en el estudio, esto, mediante el consentimiento y asentimiento informado.

Una vez obtenido el aval por las partes (institución, estudiantes y padres) se hizo la aplicación del test Camir-R a los 100 estudiantes del grado 11 que constituyen la población de este estudio, hecho esto, se abrió paso al análisis de los resultados a través de la hoja de codificación y el cuadro de unificación que proporciona el test, compartido por la psicóloga Elizabeth Gallego Correa (2022).

A partir de esto, se construyó un programa psicoeducativo efectuado con la muestra de 46 estudiantes con prevalencia de apego desorganizado y ansioso, el programa fue dividido en 3 sesiones dirigidas al mejoramiento de estos y mantenimiento equilibrado de los

diferentes tipos de apego emocional, así mismo se aplicó nuevamente a estos estudiantes el test Camir - R para demostrar la viabilidad del mismo.

Aspectos éticos

“Título II. Artículo 5. Confidencialidad. Los psicólogos tienen una obligación básica respecto a la confidencialidad de la información obtenida de las personas en el desarrollo de su trabajo como psicólogos. Revelarán tal información a los demás solo con el consentimiento de la persona o del representante legal de la persona, excepto en aquellas circunstancias particulares en que no hacerlo llevaría a un evidente daño a la persona u a otros. Los psicólogos informarán a sus usuarios de las limitaciones legales de la confidencialidad” (Ministerio De La Protección Social, Ley Número 1090 de 2006).

Para el desarrollo de esta investigación como se mencionó con anterioridad se aplicó el CaMir-R y a su vez, una entrevista estructurada para lo cual se tuvo en cuenta la confidencialidad, pues previamente a la aplicación de estos instrumentos, teniendo en cuenta que, los participantes son menores de edad, estos firman un asentimiento informado y sus padres y/o acudientes un consentimiento informado donde se les explicó, qué, para qué y con qué objetivo se realizaría esta práctica, dejando claro, además, que tal participación es de manera voluntaria.

Resultados

Esta investigación se llevó a cabo con una población de 100 estudiantes, hombres y mujeres entre las edades de 17 a 19 años que cursan el grado 11; A quienes se les aplicó el test Camir-R, donde se evidenció que el apego desorganizado y el apego ansioso ambivalente, predominan frente al apego seguro y evitativo.

A partir de esto, se diseñó un programa psicoeducativo el cual constó de 2 sesiones donde se buscó promover un desarrollo saludable de los diferentes tipos de apego emocional, que le permita al joven establecer relaciones afectivas sanas, fortaleciendo el autoestima, amor propio y autoconocimiento. En el desarrollo del estudio se realizó de manera eficaz en una muestra de 46 estudiantes con predominio en apego ansioso y desorganizado, las 2 sesiones del programa psicoeducativo propuestas a la institución, a su vez, se le proporcionó una cartilla construida por las estudiantes investigadoras, donde se presenta el programa constituido por 5 sesiones de manera explícita para que se pueda implementar de manera continua en la institución.

Hecho esto, se realizó una entrevista estructurada por autoría propia de las investigadoras bajo la dirección de la tutora del presente estudio, la cual estaba constituida por 5 preguntas con dos únicas respuestas (si - no), esta, tenía como finalidad determinar la incidencia del apego emocional en las relaciones de pareja a través de 5 elementos, aludiendo a: la violencia física, la agresión verbal, la comunicación, la confianza y el temor al abandono, de lo que se logró confirmar que, el apego emocional incide significativamente en las relaciones de pareja, lo cual fue evidente en estudiantes con apego prevalente ansioso o desorganizado, pues el temor que devengan estos a ser abandonados, normalizan la ejecución

y el recibimiento de agresión verbal y física, incrementando una comunicación permisiva y violenta que genera de una u otra manera desconfianza en el otro y en sí mismo.

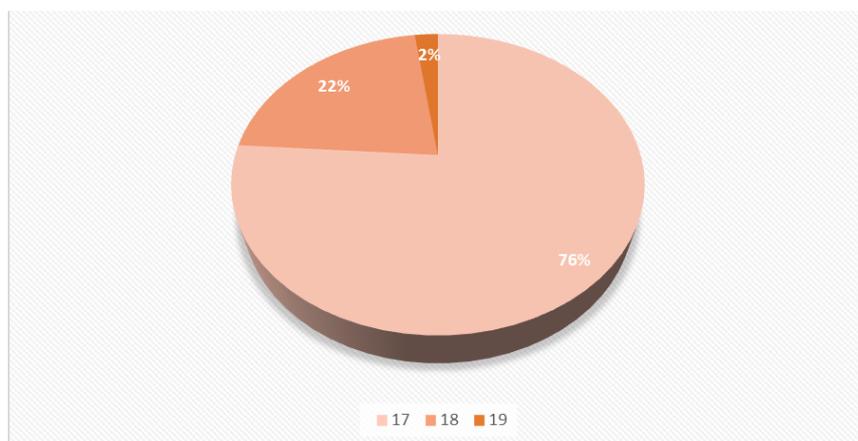
Posterior a la ejecución de las 2 sesiones establecidas en el programa psicoeducativo y el seguimiento semanal con presentaciones de propuestas a la institución para la futura realización de talleres dentro del programa, se aplicó nuevamente el test Camir -R, buscando examinar la viabilidad del programa, de lo cual se obtuvieron resultados magníficos, pues se presentó una mejora significativa, haciendo referencia al incremento de estudiantes con apego seguro, tal y como se muestra en la gráfica 6.

Así mismo, para cada uno de los participantes el desarrollo de este programa psicoeducativo impactó de manera positiva, pues se logró profundizar un tema poco tratado y muy presente en sus vidas, donde a partir de diferentes métodos y procesos innovadores se fomenta la inclusión en cuanto a personalidades, gustos, características, fortalezas y debilidades desde el fortalecimiento de empatía, garantizando que esto se promueva entre ellos mismos, de forma que, cada uno reciba y a su vez, brinde el apoyo necesario que requieren para alcanzar su máximo potencial como seres íntegros. La resignificación y el manejo de emociones fueron también elementos valiosos para los estudiantes, pues notoriamente se logró otorgar una interpretación distinta a la que estos ya tenían y estaban alimentando con las diversas experiencias vividas desde hace mucho tiempo, por esto, se piensa que se encontró un sentido nuevo sumamente significativo en el proceso de construcción de vida como seres individuales en los estudiantes.

Sin exceptuar que, para la institución educativa el diseño y ejecución de este programa fue al igual relevante, ya que se proporcionaron técnicas nuevas para la formación de los jóvenes intentando modificar los diferentes paradigmas que ya no responden a las exigencias actuales, viendo entonces a cada uno de los estudiantes como personas con potencialidades ilimitadas que se pueden entorpecer con dificultades de gestión emocional, sensibilizando de esta forma la importancia de la promoción y cuidado de la salud mental, contribuyendo así a la educación de calidad que se busca dentro de contextos que dificultan la misma, pues todos los factores ya mencionados están íntimamente ligados en el proceso educativo.

Resultados estadísticos y gráficos

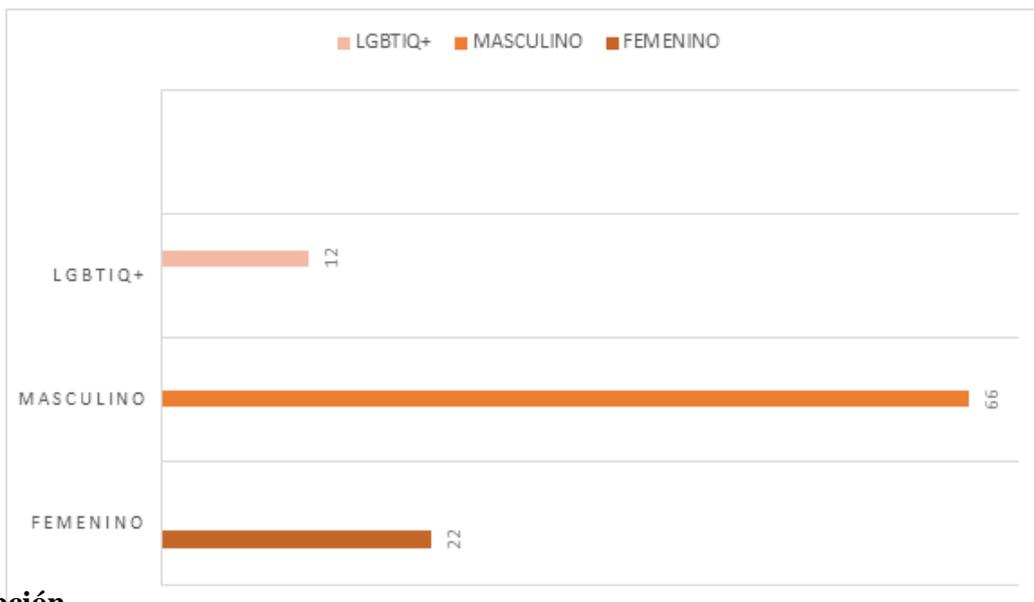
Gráfica 1. Edad de los participantes



Descripción

Los datos muestran que la edad de los estudiantes participantes es de 17 a 19 años, donde prevalece la edad de 17 años, lo que se evidencia en la gráfica.

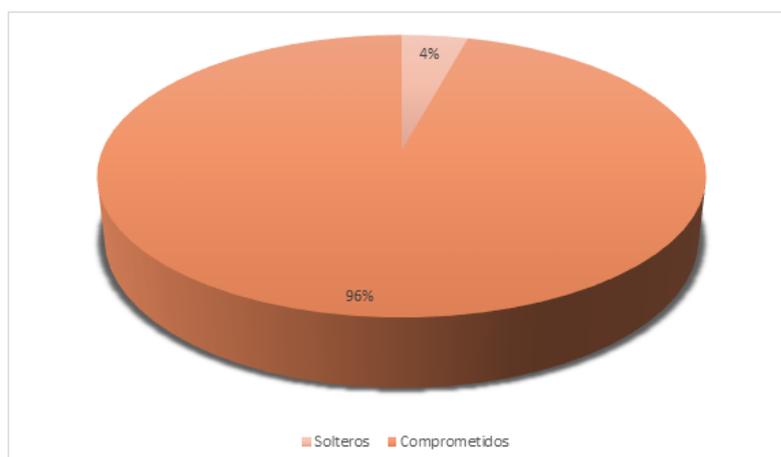
Gráfica 2. Género de los participantes



Descripción.

El gráfico expone que, dentro de la población que establece este proyecto prevalecen los participantes hombres, aludiendo a un 66%.

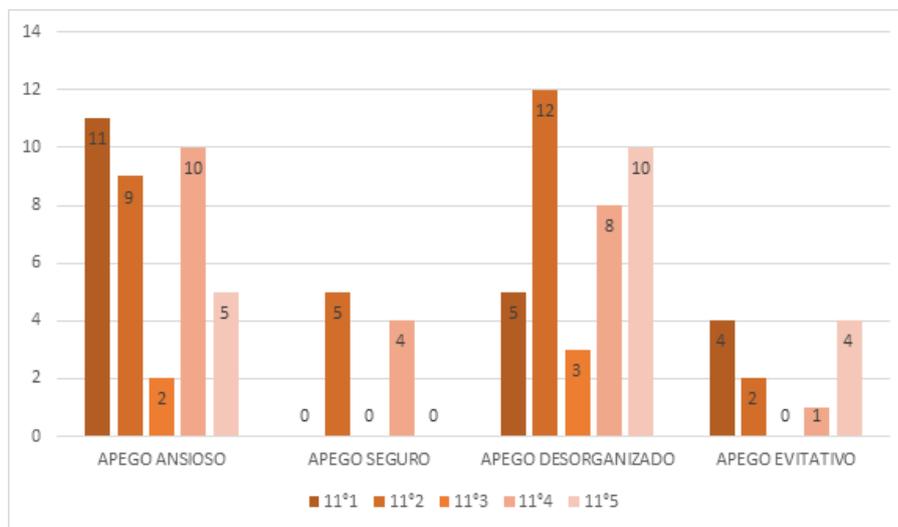
Gráfica 3. Estado civil



Descripción

El gráfico muestra que, solo el 4% de los participantes no se encuentran actualmente en una relación de pareja.

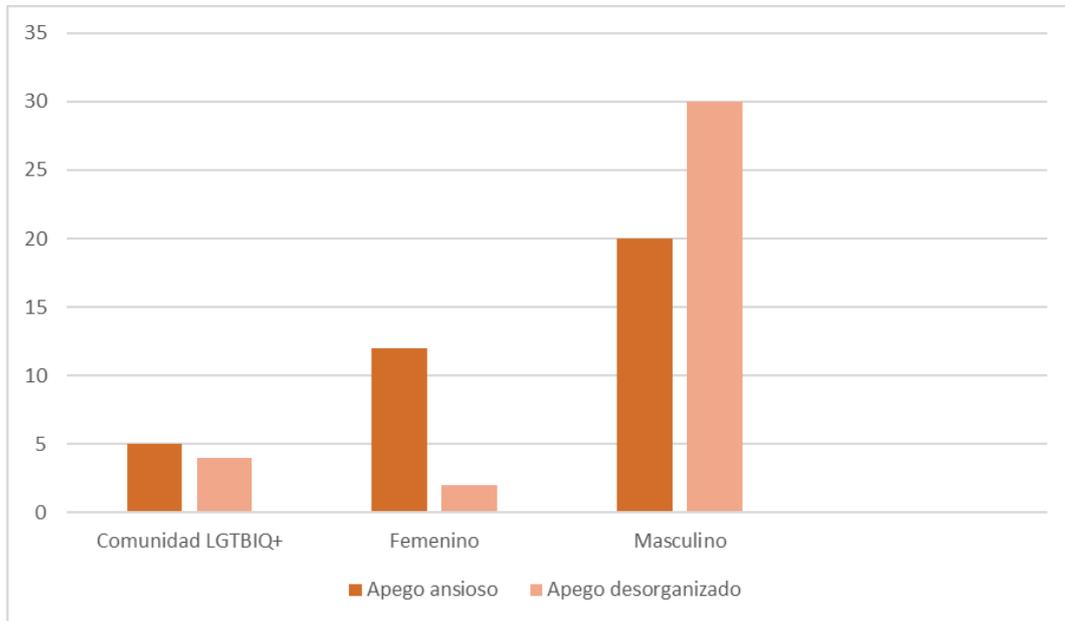
Gráfica 4. Test Camir-R - 1ra aplicación



Descripción.

Los resultados que brinda el test Camir- R en la aplicación a la población de 100 estudiantes de 5 grados 11, pone en evidencia la prevalencia del apego ansioso ambivalente y apego desorganizado.

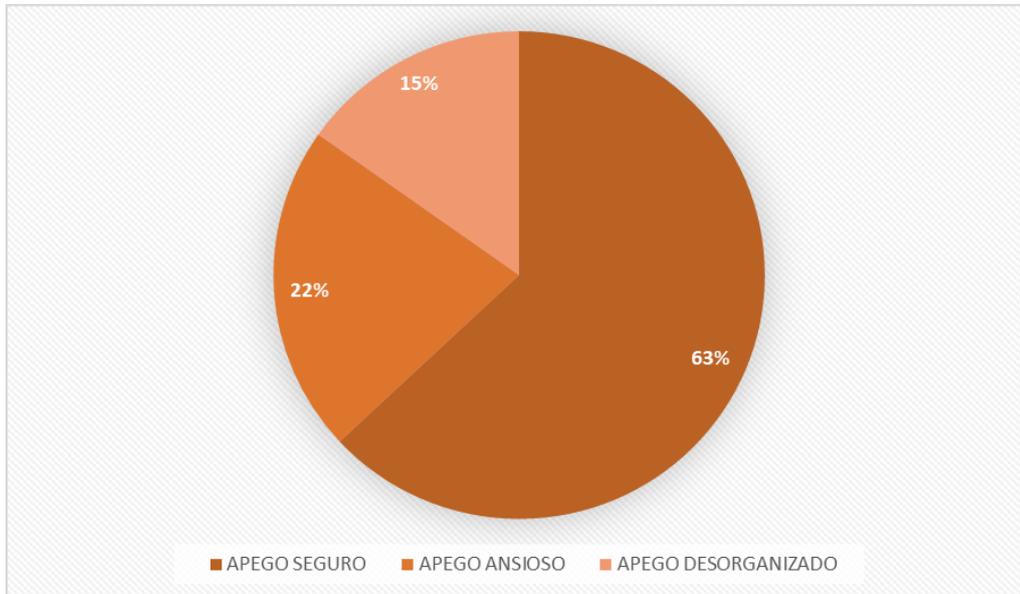
Gráfica 5. Prevalencia de apego emocional ansioso y desorganizado según géneros



Descripción.

La gráfica pone en evidencia que, de acuerdo a resultados de la aplicación del test Camir - R, el género masculino en la institución tiende a desarrollar con mayor facilidad el apego desorganizado y el apego ansioso, seguido a ello, el género femenino, aunque, anidado a ello, la comunidad LGTBI Q+ que pertenece a la institución sobresale con el apego desorganizado.

Gráfica 6. Test Camir - R - 2da aplicación



Descripción.

Los resultados que proporciona el test Camir - R en su segunda aplicación a la muestra de 46 estudiantes hombres y mujeres, demuestra la viabilidad del programa, pues se incrementó considerablemente el apego seguro.

Tabla 3. Dimensiones apego emocional desorganizado

Escala	med. del sujeto	Estudio n=401		Puntuaciones T del sujeto
		Med.	S.D.	
1. Seguridad: disponibilidad y apoyo de las figuras de apego	1,57	4,36	0,56	0,0
2. Preocupación familiar	3,17	3,18	0,69	49,8
3. Interferencia de los padres	4,50	2,45	0,72	78,3
4. Valor de la autoridad de los padres	3,67	4,21	0,66	41,8
5. Permisividad parental	1,67	1,88	0,68	46,8
6. Autosuficiencia y rencor hacia los padres	4,50	2,66	0,79	73,5
7. Traumatismo infantil	5,00	1,68	0,65	101,0

Descripción.

En el 38% de la población predominó el apego desorganizado, donde según las puntuaciones T de los participantes las dimensiones están descritas así:

1. *Seguridad: disponibilidad y apoyo de las figuras de apego.* Las figuras de cuidado no han atendido en absoluto las necesidades de apego, es decir, no les han brindado protección o consuelo, por lo que en la actualidad, estos no se sienten apreciados y merecedores de cariño.
2. *Preocupación familiar.* Existe un nivel alto de preocupación familiar, dado que, sus figuras de apego no están presentes, viven con constante temor y excesiva preocupación a la separación de los seres queridos, dificultando además, su autonomía personal.
3. *Interferencia de los padres.* El joven le atribuye a su figura de apego control absoluto sobre sus propias acciones a través de la pasividad y el sometimiento, esto, porque en la infancia hubo sobreprotección y control asfixiante, promoviendo el miedo al abandono.
4. *Valor de la autoridad de los padres.* El joven no reconoce ni respeta la autoridad de los padres.
5. *Permisividad parental.* Es evidente un nivel bajo de permisividad parental, aludiendo a la ausencia de límites en la infancia.
6. *Autosuficiencia y rencor hacia los padres.* La incomprensión por parte de su figura de apego, aumenta el rencor y refuerza el ideal de autosuficiencia, rechazando eventualmente la reciprocidad afectiva.

7. *Traumatismo infantil.* Existe un nivel alto de trauma infantil, pues se experimentó violencia, por lo que el joven usualmente busca protección o consuelo, a su vez, de manera intermitente, este para evitar revivir el sufrimiento, opta por la desactivación del apego.

Gráfica 7. Puntuación T - Apego desorganizado

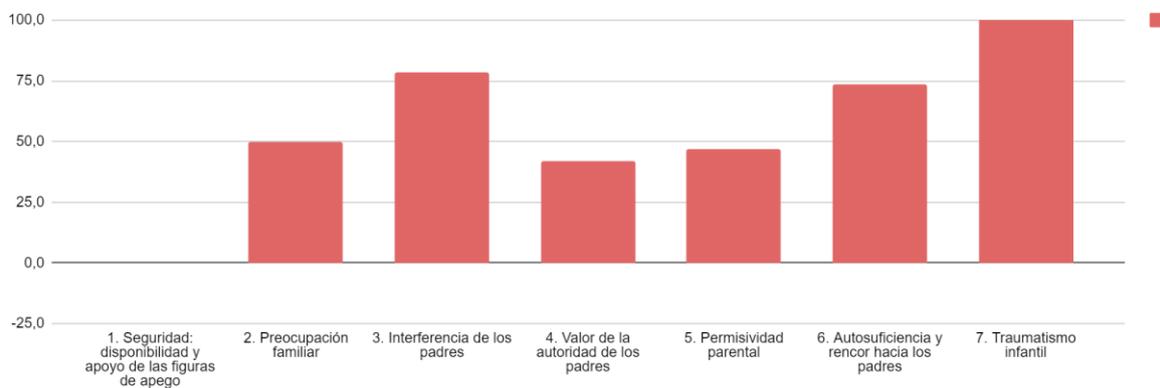


Tabla 4. Dimensiones apego emocional ansioso/ambivalente

Escala	med. del sujeto	Estudio n=401		Puntuaciones T del sujeto
		Med.	S.D.	
1. Seguridad: disponibilidad y apoyo de las figuras de apego	1,14	4,36	0,56	-7,7
2. Preocupación familiar	1,00	3,18	0,69	18,5
3. Interferencia de los padres	1,25	2,45	0,72	33,4
4. Valor de la autoridad de los padres	1,00	4,21	0,66	1,4
5. Permisividad parental	1,33	1,88	0,68	41,9
6. Autosuficiencia y rencor hacia los padres	1,00	2,66	0,79	28,9
7. Traumatismo infantil	1,00	1,68	0,65	39,6

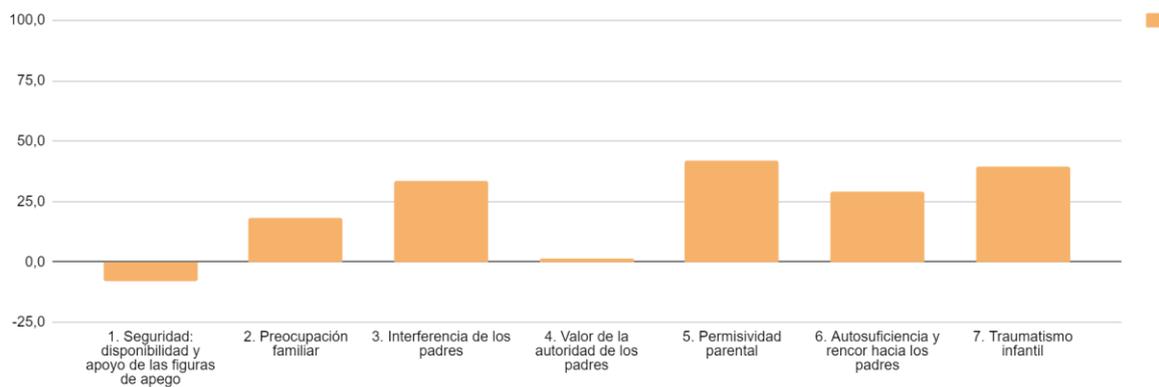
Descripción.

El apego ansioso/ambivalente prevaleció en el 37% de los estudiantes, teniendo en cuenta las puntuaciones T de estos, las dimensiones están descritas así:

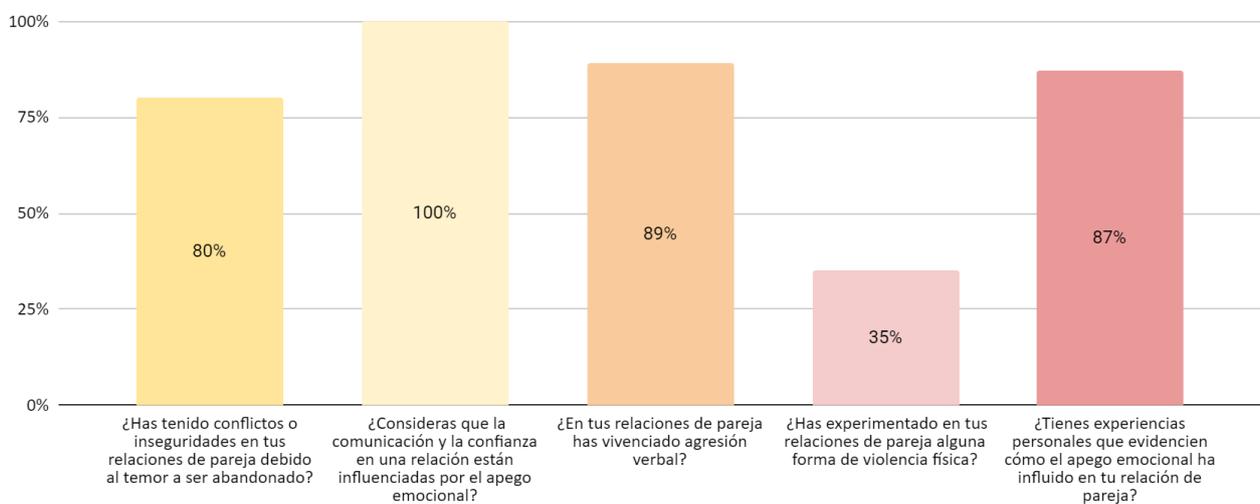
1. *Seguridad: disponibilidad y apoyo de las figuras de apego.* Hay un nivel de seguridad bajo, el joven se siente menospreciado, pues sus figuras de cuidado nunca atendieron sus necesidades de protección y consuelo.
2. *Preocupación familiar.* El joven tiene constante ansiedad ante la separación de los seres con quienes establece un vínculo afectivo generando una preocupación exagerada por las figuras de apego.
3. *Interferencia de los padres.* Se tiene un bajo nivel de interferencia por parte de los padres, por lo cual atribuye control sobre sus acciones individuales, buscando proximidad y disponibilidad de su figura de apego.
4. *Valor de la autoridad de los padres.* Los adolescentes reconocen la autoridad de los padres, pero, con total resentimiento.
5. *Permisividad parental.* El joven no tuvo una guía clara para hacer frente a las dificultades de la vida, nunca conoció los límites, por lo que le es fácil accionar frente a lo que establece su figura de apego.
6. *Autosuficiencia y rencor hacia los padres.* Se encuentra un nivel de autosuficiencia bajo, el individuo busca romper la necesidad de apego, sin embargo, al renegarse, salen a flote los sentimientos de dependencia, por el rechazo de su comportamiento por parte de sus figuras de cuidado, incrementando el rencor hacia los padres.

7. Traumatismo infantil. Aunque el nivel de traumatismo no es alto, los adolescentes desarrollan estrategias de hiperactivación ante situaciones de abandono, amenazas o exposición a la violencia.

Gráfica 8. Puntuación T - Apego ansioso ambivalente



Gráfica 9. Entrevista estructurada



Descripción.

La gráfica enseña las respuestas (si) en la entrevista estructurada realizada a la muestra de 46 estudiantes.

Discusión

A raíz de la recolección de datos y el pertinente análisis de estos, se entiende que, el apego emocional ansioso/ambivalente y el apego desorganizado están estrechamente ligados, conectados a su vez con los diferentes modelos familiares incidiendo significativamente en el funcionamiento de las relaciones de pareja y el vínculo afectivo que se construye en la misma, tal y cómo lo manifestó en su investigación Jorge L. Estévez (2013) quien buscando comprender la construcción de las relaciones afectivas entrelazadas con los diversos tipos de apego y modelos familiares, dedujo que, los modelos familiares se conectan con el desarrollo de los diferentes tipos de apego emocional, devengando según sea este, una relación sana o no saludable con otras personas. Aquí, cabe destacar la teoría triangular del amor que plantea Robert Stenberg (1996) donde expone que, los 3 componentes que constituyen el triángulo del amor (intimidad, pasión y compromiso) deben estar conectados para construir un vínculo afectivo sano, pues una relación de pareja establecida por un solo elemento resultaría no saludable para ambas partes; Conexión que, se determina desde la infancia con las figuras parentales.

Así mismo, de acuerdo a los resultados del presente proyecto, donde la puntuación T=100,1 en la dimensión 7, aludiendo al traumatismo infantil del apego desorganizado,

resulta siendo un nivel alto, el cual pone en evidencia la vivencia de violencia en la infancia, afectando de manera significativa el bienestar psicológico general de los estudiantes, pues dado ello, estos buscan siempre consuelo o protección en las relaciones de pareja que establecen, igualmente, prefieren la desactivación del apego con el propósito de evitar resurgir el sufrimiento, elevando el nivel de malestar psicológico, aludiendo a un desbalance emocional y posiblemente mental; Concordando así con la investigación que se llevó a cabo en Lima, Perú, donde se estableció que, existe una correlación altamente significativa entre el desarrollo de los tipos de apego y el bienestar psicológico en estudiantes adolescentes (Blanca Ojeda G. 2018).

Adicionalmente, agradecemos los resultados obtenidos a través de la entrevista estructurada, donde se logró obtener un 100% de información sobre la incidencia del desarrollo del apego en la comunicación y la confianza. Estos hallazgos se fundamentan en la teoría del apego propuesta por John Bowlby (1996) donde expone que, de acuerdo a la relación que el joven tenga en su infancia con sus figuras parentales se constituye una comunicación sana y confianza absoluta en el otro; Así, se establece que, la construcción de estos elementos en los jóvenes con otros individuos que contemplan una relación afectiva, son producto del desarrollo de los diferentes tipos de apego emocional desde su infancia.

A partir del diseño, ejecución e implementación del programa psicoeducativo en la institución fue evidente que, para cualquier joven es esencial el apoyo y la demostración de afecto de sus figuras parentales, tal y como se menciona en la teoría impartida por Jhon Bowlby, pues dentro de su proceso educativo esta les facilita el aprendizaje, por el contrario,

este se dificulta cuando existe un desarrollo inadecuado de los tipos de apego emocional, pues es considerado clave para el desarrollo de la personalidad.

Así, el adecuado o inadecuado desarrollo de los diversos tipos de apego emocional se encuentra intrínsecamente vinculado al progreso afectivo de los jóvenes, ya que estos actúan de acuerdo con sus experiencias vividas. Este comportamiento, a su vez, impacta en el desarrollo personal de cada individuo. Es importante considerar que las distintas relaciones afectivas que una persona establece están inmersas en una variedad de elementos que conforman su vida en general. Por lo tanto, un desarrollo poco saludable del apego emocional podría tener repercusiones en el ámbito social y educativo. Dentro de ambos espacios, se configuran relaciones afectivas significativas, y se requiere un equilibrio emocional constante para mantener la relativa estabilidad en la vida.

Dicho esto, en el presente proyecto se plantea un argumento más a las teorías que lo articulan, haciendo referencia a la teoría triangular del amor establecida por Robert Sternberg (1996) y a la teoría que Jhon Bowlby (1996) denominó teoría del apego emocional, anexando al igual, la enorme conexión que se encuentra entre estas, pues desde el desarrollo de una se origina la otra dentro de la vida del ser, fortaleciendo o afectando el crecimiento personal del individuo, lo que además, dentro de la psicología, es un aspecto imprescindible para trabajar.

Conclusión

El proyecto realizado determina inicialmente que, los diversos tipos de apego emocional si inciden significativamente en las relaciones de pareja, haciendo referencia a la construcción y el mantenimiento de estas, esto, de acuerdo al desarrollo desde la infancia dentro de los modelos parentales que constituyen la crianza del niño. De acuerdo a esto, los jóvenes establecen relaciones afectivas sanas, o a su vez, no saludables que afectan de una u otra forma el bienestar psicológico de los mismos.

En lo que respecta los tipos de apego emocional de mayor prevalencia en los estudiantes del grado 11 de la institución fue notorio el apego emocional desorganizado y ansioso, de lo cual también se logró demostrar que, a partir de un programa psicoeducativo se puede redireccionar el desarrollo de estos, pues los jóvenes se encuentran en un proceso de búsqueda, construcción y definición de identidad, lo que facilita conectar con ellos conjunta e individualmente.

Uno de los obstáculos presentados en la ejecución de este proyecto fue la escasez de literatura e investigaciones recientes sobre el tema de estudio, al igual, el tiempo limitado con el que se contaba en la institución, esto, teniendo en cuenta su cronograma educativo; Por el contrario, se resalta la pertinencia del tipo de investigación y los instrumentos utilizados ya que facilitaron la obtención de información y también, el acercamiento con la institución en general.

Igualmente, el diseño del programa psicoeducativo según resultados arrojados por el test Camir - R, es viable, pues fue notorio el mejoramiento que se obtuvo con la aplicación de este, sin embargo, para alcanzar un mayor mejoramiento es indispensable implementar en la institución, por ello, se dejó una cartilla con la descripción de cada una de las sesiones de manera explícita. Dicho esto, se infiere que, en la realización de esta investigación se lograron todos los objetivos planteados, sin hallazgos nuevos fuera de los que se tenían pensados de acuerdo a la teoría y los instrumentos usados.

Así mismo, gracias al diseño y realización del programa psicoeducativo se encontró una solución completamente viable a la problemática planteada al inicio de este estudio, de este modo, se expuso un plan de mejoramiento educativo dentro del programa a la institución, que además, pueden replicar a sus otras sedes y también a otras instituciones educativas con la finalidad de prevenir y/o mitigar la dificultad mencionada con anterioridad, esto, teniendo en cuenta que, el desarrollo de apego emocional actualmente está incidiendo significativamente en las construcciones de relaciones afectivas de los jóvenes y por ende, en el establecimiento de identidad y bienestar propio, que de cualquier forma puede impulsar acciones que afecten la integridad y vida propia o de otros(as), aludiendo a posibles suicidios, feminicidios, violaciones, violencia verbal, agresión física, entre otros; Devengando a su vez, probables psicopatologías como depresión, ansiedad, etc.

Este proyecto igualmente, resalta la importancia del acompañamiento a los jóvenes en su proceso de proyecto de vida, haciendo alusión a la etapa escolar secundaria, pues de esta

forma, se pueden replantear los diversos métodos de educación establecidos en la institución, contribuyendo completamente a la formación de personas competentes para la vida desde el ámbito psicológico, salvaguardando el bienestar emocional y mental de los mismos.

Recomendaciones

Se considera que, la experiencia vivida en la ejecución de este proyecto de investigación devengó múltiples conocimientos que contribuyen significativamente en el proceso de crecimiento personal y profesional; Por lo que se sugiere que, se continúen realizando estudios referentes al tema tratado en este, tomando como referente los resultados impartidos anteriormente.

Además, se piensa importante trabajar de manera continua la salud mental en las instituciones educativas de forma conjunta (padres, estudiantes e institución), promoviendo una crianza positiva y respetuosa que le permita al joven desarrollarse no solo con habilidades y/o capacidades intelectuales, sino también como seres autosuficientes que construyan su identidad personal desde el autoconocimiento con amor propio y autoestima, brindando herramientas para el establecimiento de futuros vínculos afectivos.

A la institución educativa técnico industrial Gerardo Valencia Cano, se le propone considerar la aplicación continua del programa psicoeducativo, teniendo en cuenta la viabilidad del mismo, esto, implementado desde el grado 10; También, se sugiere que, se lleven a cabo este estudio con los docentes de la institución, pues ellos son elementos claves

dentro del desarrollo de los estudiantes y los posibles traumas que los establecen como personas individuales, de una u otra forma afectan a los jóvenes, pues el conocimiento impartido por estos, no es solo intelectual sino también personal.

De igual modo, se propone estudiar la metodología de enseñanza en la institución, involucrando la salud mental dentro de la misma, teniendo en cuenta que en la institución regocijan estudiantes que, están dentro de un contexto complejo, aludiendo a la pobreza, la violencia, el reclutamiento ilícito de personal y el desplazamiento forzado, sin exceptuar la cruda realidad que en general cobijan al puerto de Buenaventura, realidad que influye en el crecimiento personal de los estudiantes, además, esto previene de cualquier forma la deserción escolar. A las orientadoras escolares, recomendamos continuar el plan de estudio frente al programa psicoeducativo, incluyendo nuevas actividades que se puedan implementar con otros grados buscando la misma finalidad o a su vez, visionando un poco más allá de lo expuesto.

La institución educativa Gerardo Valencia Cano ofrece un excelente plan educativo, por lo tanto hay que direccionarlo de manera positiva con nuevos paradigmas que respondan completamente a la exigencia actual, no solo en el país, sino también, en la ciudad.

Referencias

Acosta, D., Amaya, P., & De la Espriella, C. (2013). Estilos de apego parental y dependencia emocional en las relaciones románticas de los adolescentes. (Tesis de especialización). Universidad de la Sabana, Colombia. Recuperado de <https://intellectum.unisabana.edu.co/bitstream/handle/10818/6773/125566.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Almeida, A. (2013). Las ideas del amor de R. J. Sternberg: La teoría triangular y la teoría narrativa del amor. *Familia: Revista de ciencias y orientación familiar*, (46), 57-86. DOI: <https://summa.upsa.es/viewer.vm?id=31322&lang=es>

Bowlby, J. (1995). *Una base segura. Aplicaciones Clínicas de una teoría del apego*. Barcelona: Paidós.

Blandón-Hincapié, A. I. & López-Serna, L. M. (2016). Comprensiones sobre pareja en la actualidad: jóvenes en busca de estabilidad. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 14 (1), pp. 505-517. Recuperado de: <http://www.scielo.org.co/pdf/rlcs/v14n1/v14n1a35.pdf>

Cerdán Fievez, S. (2016). *Apego y relaciones románticas*. (Tesis de pregrado). Universidad Pontificia Comillas, España. Recuperado de: <https://repositorio.comillas.edu/xmlui/bitstream/handle/11531/13378/TFM000428.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Hernández Sampieri, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2010). *Metodología de la*

investigación (6° Ed.). Recuperado de: <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>

Irache, U, Estévez, A., Jauregui P., Hoyos, M, P., Londoño Arredondo, N, H., Momeñe, J,. (2019). Dependencia emocional y esquemas desadaptativos tempranos: estudio comparativo entre España y Colombia en relaciones de noviazgo. Vol. 25, (2) pág. 97-104
DOI: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1134793719300387>

Loza, V., & Del Rosario, A. (2019). Estilos de apego adulto y síntomas psicopatológicos. http://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCSP_14c80d76862d67313fca9f310635a6df/Detailss en estudiantes de una universidad privada de Arequipa.

Martínez, V., Castañeiras, C., & Posada M. (2011). Estilos de apego y autoconcepto: bases para una adolescencia positiva. *Psicodebate. Psicología, Cultura y Sociedad*, 1(11), 27-42. DOI: 10.18682/pd.v1i10.374

Mazadiego, T. D. J., y Garcés, J. R. N. (2011). El amor medido por la Escala Triangular de Sternberg. *Psicolatina*, (22), 1-10. Recuperado de: <https://psicolatina.org/22/seccion1/amor.pdf>

N Balluerka , F Lacasa , A Gorostiaga , A Muela , B Pierrehumbert (2011) Versión reducida del Cuestionario CaMir (CaMir-R) para la evaluación del Apego.

Ventura, J. L., y Caycho, T. (2016). Análisis exploratorio de la escala de amor de Sternberg en estudiantes universitarios peruanos. *Acta de investigación psicológica*, 6(2), 2430-2439. Recuperado de: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2007471916300187>

Apéndices

Apéndice A. Validación Test Camir- R

The screenshot shows a Gmail interface with the search bar containing 'is:starred'. The left sidebar includes navigation options like Mail, Chat, Spaces, and Meet, along with a list of folders: Redactar, Recibidos, Destacados, Pospuestos, Enviados, Borradores, and Más. The main content area displays two starred emails. The top email is from LUISA GABRIELA HURTADO PEÑUELA, dated 23 abr 2022, 11:12. The bottom email is from Elizabeth Gallego <elizabeth.gallego@ucp.edu.co>, dated 25 abr 2022, 8:34. The email text discusses the validation of the Camir-R test, mentioning the involvement of a statistician and the inclusion of supporting documents.

LUISA GABRIELA HURTADO PEÑUELA
23 abr 2022, 11:12 ☆
Hola Elizabeth, espero estés bien, Soy estudiante de la facultad de psicología de la Universidad Antonio Nariño, estoy organizando mi p...

Elizabeth Gallego <elizabeth.gallego@ucp.edu.co>
para mí
25 abr 2022, 8:34 ☆ ↶ ⋮

Buen día.
Luisa, el tema del Apego es muy interesante y considero que vale la pena investigar y profundizar en ello, máxime cuando esta dimensión del ser humano se ha fracturado tanto.
En el proceso que realizamos no fue posible contactarnos con la fuente directa de creador o dueños de la prueba, sin embargo; encontramos una serie de artículos donde se evidencia que esta fue validada y adaptada a un grupo en Chile, además de la escala de la forma de aplicación y la escala de medición. Es importante que se tenga el acompañamiento de un estadista, con el fin de realizar un proceso y medición adecuado.
Anexo los documentos que nos sirvieron de guía en el proyecto de investigación.

Espero que esta información que te envío sea de gran utilidad.

Cordialmente,
Elizabeth Gallego Correa

Apéndice B. Test Camir-R

Guía para la aplicación e interpretación del cuestionario de apego CaMir-R

Anexos 1. CAMIR-R*

Nombre:

Fecha de Nacimiento: Fecha de hoy:

Este cuestionario trata sobre las ideas y sentimientos que tienes de tus relaciones personales y familiares. Tanto del presente, como de tu infancia. Lee cada frase y rodea el número de la opción que mejor describa tus ideas y sentimientos.

Los resultados de este cuestionario son confidenciales

Opciones de respuesta:

5.- Muy de acuerdo

2.- En desacuerdo

4.- De acuerdo

1.- Muy en desacuerdo

3.- Ni de acuerdo, ni en desacuerdo

1	Las amenazas de separación, de traslado a otro lugar, o de ruptura de los lazos familiares son parte de mis recuerdos infantiles	1	2	3	4	5
2	Mis padres eran incapaces de tener autoridad cuando era necesario	1	2	3	4	5
3	En caso de necesidad, estoy seguro(a) de que puedo contar con mis seres queridos para encontrar consuelo	1	2	3	4	5
4	Desearía que mis hijos fueran más autónomos de lo que yo lo he sido	1	2	3	4	5
5	En la vida de familia, el respeto a los padres es muy importante	1	2	3	4	5
6	Cuando yo era niño(a), sabía que siempre encontraría consuelo en mis seres queridos	1	2	3	4	5
7	Las relaciones con mis seres queridos durante mi niñez, me parecen, en general, positivas	1	2	3	4	5
8	Detesto el sentimiento de depender de los demás	1	2	3	4	5
9	Sólo cuento conmigo mismo para resolver mis problemas	1	2	3	4	5
10	Cuando yo era niño(a), a menudo, mis seres queridos se mostraban impacientes e irritables	1	2	3	4	5
11	Mis seres queridos siempre me han dado lo mejor de sí mismos	1	2	3	4	5
12	No puedo concentrarme sobre otra cosa, sabiendo que alguno de mis seres queridos tiene problemas	1	2	3	4	5
13	Cuando yo era niño(a), encontré suficiente cariño en mis seres queridos como para no buscarlo en otra parte	1	2	3	4	5
14	Siempre estoy preocupado(a) por la pena que puedo causar a mis seres queridos al dejarlos	1	2	3	4	5
15	Cuando era niño(a), tenían una actitud de dejarme hacer	1	2	3	4	5
16	De adolescente, nadie de mi entorno entendía del todo mis preocupaciones	1	2	3	4	5

17	Cuando yo era niño(a), teníamos mucha dificultad para tomar decisiones en familia	1	2	3	4	5
18	Tengo la sensación de que nunca superaría la muerte de uno de mis seres queridos	1	2	3	4	5
19	Los niños deben sentir que existe una autoridad respetada dentro de la familia	1	2	3	4	5
20	Mis padres no se han dado cuenta que un niño(a) cuando crece tiene necesidad de tener vida propia	1	2	3	4	5
21	Siento confianza en mis seres queridos	1	2	3	4	5
22	Mis padres me han dado demasiada libertad para hacer todo lo que yo quería	1	2	3	4	5
23	Cuando yo era niño(a), tuve que enfrentarme a la violencia de uno de mis seres queridos	1	2	3	4	5
24	A partir de mi experiencia de niño(a), he comprendido que nunca somos suficientemente buenos para los padres	1	2	3	4	5
25	Cuando yo era niño(a), se preocuparon tanto por mi salud y mi seguridad, que me sentía aprisionado(a)	1	2	3	4	5
26	Cuando me alejo de mis seres queridos, no me siento bien conmigo mismo	1	2	3	4	5
27	Mis padres no podían evitar controlarlo todo: mi apariencia, mis resultados escolares e incluso mis amigos	1	2	3	4	5
28	Cuando era niño(a), había peleas insoportables en casa	1	2	3	4	5
29	Es importante que el niño aprenda a obedecer	1	2	3	4	5
30	Cuando yo era niño(a), mis seres queridos me hacían sentir que les gustaba compartir su tiempo conmigo	1	2	3	4	5
31	La idea de una separación momentánea con uno de mis seres queridos, me deja una sensación de inquietud	1	2	3	4	5
32	A menudo, me siento preocupado(a), sin razón, por la salud de mis seres queridos	1	2	3	4	5

*Balluerka, N., Lacasa, F., Gorostiaga, A., Muela, A. y Pierrehumbert, B. (2011). Versión reducida del cuestionario CaMir (CaMir-R) para la evaluación del apego. *Psicothema*, 23, 486-494.

Apéndice C. Entrevista estructurada



ENTREVISTA

NOMBRE: _____

A continuación, se presentan 5 preguntas, con el objetivo de identificar cómo los diferentes tipos de apego emocional inciden en las relaciones de pareja, para ello, se solicita el diligenciamiento de la misma, contestando si o no. **La información suministrada será utilizada con fines académicos y manejada confidencialmente.**

1. ¿Tienes experiencias personales que evidencien cómo el apego emocional ha influido en tu relación de pareja?
SI ____ NO ____
2. ¿Has experimentado en tus relaciones de pareja alguna forma de violencia física?
SI ____ NO ____
3. ¿En tus relaciones de pareja has vivenciado agresión verbal?
SI ____ NO ____
4. ¿Consideras que la comunicación y la confianza en una relación están influenciadas por el apego emocional?
SI ____ NO ____
5. ¿Has tenido conflictos o inseguridades en tus relaciones de pareja debido al temor a ser abandonado?
SI ____ NO ____

Apéndice D. Carta de solicitud a la institución



Buenaventura, septiembre 05 de 2023

Sra. BEATRIZ PANCHANO

Directora de la Institución Educativa Técnica Industrial Gerardo Valencia Cano

Asunto: Solicitud de autorización para realizar proyecto de investigación

*Adm. Subm
IX-05/2023*

Cordial saludo,

La presente es con la intención de solicitar de manera formal la autorización para el adecuado desarrollo del proyecto de investigación: Diseño de programa de intervención para el desarrollo adecuado de los tipos de apego emocional de mayor prevalencia en las relaciones de pareja de los estudiantes de los grados 10 y/o 11 de esta prestigiosa institución.

Investigación que, estará dirigida por Luisa Gabriela Hurtado y Luisa Yajaira Cambindo, estudiantes de 10 semestre de la facultad de psicología de la Universidad Antonio Nariño.

Así pues, se pretende ejecutar este proyecto con el propósito de determinar la incidencia del apego emocional en las relaciones de pareja de los estudiantes y cómo estos afectan significativamente la dinámica de la misma; Buscando así, obtener resultados que, nos permitan construir un programa de intervención orientado al adecuado desarrollo de los tipos de apego, el cual pueda ser ejecutado de manera individual y colectiva dirigido a la proactividad dentro del tema.

Dicho esto, esperamos que pueda considerar esta solicitud de forma positiva, de antemano agradecemos su apoyo y colaboración en este proceso que es tan importante para nosotras, pues confiamos pueda impactar de manera positiva en la institución, generando un aporte significativo y que, a su vez, contribuye en la obtención de nuestro título universitario como profesionales en psicología.

Atentamente,

Luisa Y. Cambindo Ordoñez
CC. 1193220129

Luisa G. Hurtado Peñuela
CC. 1193556223

	CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PADRES DE FAMILIA Y/O ACUDIENTES DE ESTUDIANTES A PARTICIPAR EN PROYECTO DE INVESTIGACIÓN
---	--

FECHA: _____

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, _____, identificado(a) con documento de identidad número, _____, en mi calidad de padre, madre o acudiente del estudiante, _____, del grado, 11, autorizo que mi acudido (hijo/ hija/ familiar) estudiante matriculado en la Institución educativa Técnica Industrial Gerardo Valencia Cano (ITI), participe de forma voluntaria en el proyecto de investigación: “Diseño de programa de intervención para el desarrollo adecuado de los tipos de apego emocional de mayor prevalencia en las relaciones de pareja de los estudiantes”, dirigido por el equipo de investigación establecido por *Luisa Yajaira Cambindo Ordoñez* y *Luisa Gabriela Hurtado Peñuela*, quienes actualmente cursan 10 semestre de la facultad de psicología en la Universidad Antonio Nariño, sede Buenaventura.

Así pues, lo que se propone hacer es, diligenciar un cuestionario de manera anónima y confidencial, cuya contestación dura aproximadamente 15-20 minutos; Esto, complementado con una entrevista semiestructurada de no más de 10 minutos, tal administración se realizará en las instalaciones de la institución. A su vez, se plantea participar de acuerdo a resultados en una prueba piloto del programa de intervención constituido por 4 encuentros con talleres teórico-prácticos, donde se tendrán en cuenta los días, horarios y requisitos orientados por la institución para la atención presencial segura respondiente al modelo estipulado en el proyecto.

De esta forma, la información que los estudiantes de manera individual suministren, será **confidencial**, por consiguiente, la publicación de estos resultados serán únicamente presentados en reuniones o eventos con fines académicos sin revelar su nombre o datos de identificación; Igualmente, estos registros se mantendrán en un sitio seguro, haciendo referencia a una base de datos donde todos los participantes serán identificados por un código en específico; Guardando así, el secreto profesional de acuerdo con lo establecido en la *Ley 1090 de 2006*, la cual rige el ejercicio de la profesión de psicología en Colombia.

Leído esto, doy fe que, fui informado y tengo pleno conocimiento que, mi acudido (hijo/ hija/ familiar) y yo, tenemos derecho a recibir respuesta sobre cualquier inquietud que tengamos de dicha investigación, antes, durante y después de su ejecución; Al igual, que contamos con el derecho de solicitar los resultados de los cuestionarios y pruebas que

Apéndice F. Asentimiento informado

	<p>ASENTIMIENTO INFORMADO PARA ESTUDIANTES PARTICIPANTES EN PROYECTO DE INVESTIGACIÓN</p>
---	--

ASENTIMIENTO INFORMADO

Se hace la invitación a los estudiantes que actualmente cursan el grado 11 en la Institución Educativa Técnica Industrial Gerardo Valencia Cano (ITI), a participar en el proyecto de investigación: “Diseño de programa de intervención para el desarrollo adecuado de los tipos de apego emocional de mayor prevalencia en las relaciones de pareja”.

Lo que se propone hacer es, diligenciar un cuestionario de manera anónima y confidencial, cuya contestación dura aproximadamente 15-20 minutos. Dicho esto, se solicita responder sinceramente la información para que la investigación arroje resultados válidos, tal administración se realizará en las instalaciones de la institución. A su vez, participar de acuerdo a resultados en una prueba piloto del programa de intervención constituido por 4 encuentros con talleres teórico-prácticos.

Cabe resaltar que, su participación en este estudio es completamente voluntaria, por ello, si en algún momento se negara a participar o decidiera retirarse, es completamente seguro que, no generará ningún problema, ni se tendrá consecuencias a nivel institucional, académico, y/o social.

Así pues, como ya es conocedor, el equipo de investigación que dirige el estudio lo conforman: *Luisa Yajaira Cambindo* y *Luisa Gabriela Hurtado*, quienes actualmente cursan 10 semestre de la Facultad de psicología de la Universidad Antonio Nariño, sede Buenaventura. Por consiguiente, la información que ustedes de manera individual suministren, será **confidencial**, así mismo, la publicación de estos resultados serán únicamente presentados en reuniones o eventos con fines académicos sin revelar su nombre o datos de identificación; A su vez, estos registros se mantendrán en un sitio seguro, aludiendo a una base de datos donde todos los participantes serán identificados por un código en particular; De esta manera, se guardará el secreto profesional de acuerdo con lo establecido en la *Ley 1090 de 2006*, la cual rige el ejercicio de la profesión de psicología en Colombia.

Leído esto, declaro que fui informado lo suficiente y comprendo que tengo derecho a recibir respuesta a cualquier inquietud que tenga sobre dicha investigación, antes, durante y después de su ejecución; Al igual, que tengo el derecho a solicitar los resultados de los cuestionarios y pruebas que conteste durante la misma. Considerando que los derechos que tengo en calidad de participante de dicho estudio, a los cuales se ha hecho alusión previamente, constituyen compromisos del equipo de investigación responsable del mismo, me permito de este modo, informar que asiento, de forma libre y espontánea, mi participación en el mismo.

	ASENTIMIENTO INFORMADO PARA ESTUDIANTES PARTICIPANTES EN PROYECTO DE INVESTIGACIÓN
---	---

En constancia de lo anterior, firmo el presente documento, en la ciudad de Buenaventura, el día ____, del mes ____ de _____.

Firma _____

Nombre _____

Documento de identificación No. _____

Responsables de la investigación

Estudiantes: Luisa Yajaira Cambindo y Luisa Gabriela Hurtado

Universidad Antonio Nariño, sede Buenaventura

Correo electrónico: lhurtado23@uan.edu.co / lcambindo29@uan.edu.co

Tutor: Psi. Yessica Mancilla

Universidad Antonio Nariño, sede Buenaventura

Correo electrónico: ymancilla18@uan.edu.co

Apéndice G. Programa psicoeducativo

Fuertes cristales

Sesión 1.

Nombre. Busca dentro de ti.

Objetivo.

Reflexionar sobre las conductas negativas que constituyen al estudiante como persona, cómo estas se originan, cómo afectan a otros y cómo se pueden redireccionar de manera positiva; Impartiendo el autoconocimiento e infundiendo a su vez, el rechazo autónomo de conductas exteriores que entorpezcan su crecimiento como seres individuales.

Tiempo estimado. 1h

Materiales.

- Bombas
- Parlantes
- Enunciados
- Folletos
- Video beam

Descripción.

Fase 1

1. Se le entrega a cada estudiante un post-it.

2. Los estudiantes deben escribir comportamientos negativos que creen que se viven en las relaciones de pareja, o, que han vivenciado.
3. Cada uno de los estudiantes pasa a una mesa, donde estará una vela encendida y deberán quemar la post-it.

Fase 2

1. Se proyectan 2 videos cortos sobre conductas negativas en relaciones de parejas.
2. Se hacen preguntas reflexivas alusivas a los vídeos.
3. A cada participante se le entrega un globo.
4. De fondo se pone música terapéutica.
5. Las instructoras leen 10 enunciados de forma pausada.
6. Cada vez que los estudiantes se identifiquen con los ítems deberán ir inflando el globo de manera progresiva.
7. Los estudiantes le hacen un nudo al globo cuando ya se terminan los enunciados.
8. Rompen el globo y encontrarán una frase cada uno.
9. Se les proporciona un folleto donde se estipulan tips para reforzar el autoconcepto.

Sesión 2.

Nombre. Lo mejor de mi vida, soy yo.

Objetivo.

Fortalecer la autoestima de los jóvenes, incrementando el amor propio desde ejercicios de interiorización que puedan aplicar de manera autónoma ante un evento negativo que afecte su estabilidad emocional y mental dentro de una relación de pareja.

Tiempo estimado. 1h

Materiales.

- Aceite corporal
- Espejo
- Baffle
- Reconocimientos

Descripción.

Fase 1

1. Se les entrega aceite corporal a cada estudiante.
2. Los estudiantes se lo soban en su rostro repitiendo mantras positivos delegados por las instructoras.

Fase 2

1. Todos los estudiantes se sientan formando una mesa redonda.

2. Cierran los ojos.
3. Las instructoras ponen de fondo música terapéutica.
4. Se practican ejercicios de respiración (mindfulness).
5. Frente a un espejo cada estudiante se construye como su persona ideal
6. Se le entrega a cada estudiante un reconocimiento por ser la persona que es.

Sesión 3.

Nombre. Soy luz

Objetivo.

Fundamentar el adecuado desarrollo del apego emocional en los estudiantes para la vivencia en sus relaciones de pareja, construyendo un botiquín de uso permanente que imparta la luz interior de cada estudiante, que les permite reconocerse como personas suficientes y valiosas.

Tiempo estimado. 1h

Materiales.

- Caja
- Hojas
- Lapiceros
- Velas
- Incentivo emocional

Descripción.

Fase 1.

1. Se le entrega una hoja a cada estudiante con 10 puntos que dicen “yo soy...”
2. El estudiante debe completar la oración con características positivas tuyas que lo hacen ser una persona suficiente.
3. Estos escritos cada uno los depositan en una caja la cual será un botiquín emocional.

Fase 2

1. Se le entrega una vela a cada estudiante.
2. Con las velas encendidas se hace un ejercicio de introspección.
3. Los estudiantes reflexionan sobre lo que son y cuanto valen como personas.
4. Se les entrega un incentivo emocional.
5. Se hace el cierre del taller con preguntas orientadoras.