

Bienestar Psicológico en Progenitores Divorciados: Estilo de Apego, Soledad Percibida y Preocupación por la Ex Pareja

Psychological Well-being in Divorced Parents: Attachment Style, Perceived Loneliness and Preoccupation About the Ex-Partner

Sagrario Yárnoz-Yaben
Universidad del País Vasco

Resumen. En este trabajo analizamos el bienestar psicológico (afectividad positiva y negativa) en una muestra de 40 progenitores divorciados. Hemos encontrado asociaciones significativas de esta variable con estilo de apego, soledad y preocupación por la ex pareja. La afectividad positiva es explicada por bajos niveles de soledad social, un apego seguro y poca preocupación por la ex pareja. La afectividad negativa es explicada por la ansiedad hacia las relaciones, un menor número de hijos y soledad romántica. Se discuten las implicaciones de estos resultados para la prevención e intervención clínica con progenitores divorciados y sus familias.

Palabras clave: apego, divorcio, bienestar psicológico, soledad.

Abstract. In this work, we analyze psychological well-being (positive and negative affectivity) in a sample of 40 divorced parents. We have found associations between this variable and attachment style, loneliness and preoccupation towards the ex-spouse. Positive affectivity was predicted by low levels of social loneliness, secure attachment and low levels of preoccupation with the ex-spouse. Negative affectivity was predicted by anxiety towards relationships, a lower number of children and romantic loneliness. Implications for prevention and clinical intervention with divorced parents and their families are discussed.

Key words: attachment, divorce, psychological well-being, loneliness.

El divorcio es en el estado español una realidad social demasiado extendida como para no ser tenida en consideración. A pesar de que el divorcio como tal era inexistente hasta 1981, con un pequeño paréntesis en 1932 durante la Segunda República, el número de divorcios y separaciones han aumentado en el estado español un 39% durante la última década, lo cual ha situado a España en el tercer lugar de la Unión Europea con respecto al aumento del número de divorcios, des-

pués de Portugal e Italia (Eurostat Yearbook 2006-07).

El divorcio es, innegablemente, un tema polémico; pero para nosotros, como psicólogos clínicos, interesados en mantener y promover el bienestar psicológico de los componentes del grupo familiar en todos los dominios y situaciones, el divorcio es un tema de gran interés. El divorcio o la separación¹

La correspondencia sobre este artículo dirigirla a la autora de este artículo. Facultad de Psicología. Avda de Tolosa 70, 20018 San Sebastián. sagrario.yarnoz@ehu.es

Agradecimientos: Este trabajo es parte de un Proyecto de investigación más amplio sobre Adaptación al Divorcio subvencionado por la Universidad del País Vasco, código GIU07/61.

¹ Desde el punto de vista psicológico, nuestro interés es la pareja que se rompe, independientemente de su estatus jurídico. Utilizaremos en este artículo, indistintamente, los términos divorcio y separación.

disuelven la pareja, no la familia. Precisamente por eso, el divorcio implica un buen número de cambios que requieren un esfuerzo de adaptación a las nuevas circunstancias. Juzgamos, pues, necesario realizar, de cara a eventuales intervenciones preventivas o terapéuticas con familias separadas, un análisis de las variables que pueden afectar el nivel de bienestar psicológico de los progenitores divorciados, en la idea de que éste afecta al bienestar psicológico de todos los componentes del grupo familiar. Este es el principal objetivo del trabajo que presentamos aquí.

Divorcio y bienestar psicológico: el lugar de la afectividad positiva y negativa

Antes de entrar en el tema, una precisión: en este estudio utilizaremos la afectividad positiva y negativa como indicadores de bienestar psicológico, en lugar de utilizar la presencia o ausencia de síntomas clínicos (ansiedad, depresión, etc.). Al obrar de este modo, nuestro objetivo es mantener la discusión sobre el tema del divorcio dentro de la psicología de la salud, y no de la psicopatología.

Sentirse rechazado por la pareja (como ocurre a veces en el caso del divorcio) puede provocar emociones negativas (Weiss, 1976). Las emociones negativas ayudan durante el proceso de adaptación. Pero cuando son extremas, prolongadas o contextualmente inadecuadas, son nocivas para quien las experimenta y, por ejemplo, pueden entorpecer el funcionamiento del sistema inmunológico (O'Leary, 1990).

Las emociones positivas, por su parte, favorecen la adaptación ante el estrés y la adversidad. Por ejemplo, Kelter y Bonanno (1997) encontraron que personas en proceso de duelo que mostraban niveles altos de emociones positivas tenían estilos de afrontamiento más adaptativos y flexibles.

El divorcio como un proceso de estrés: estresores, mediadores y ajuste

El divorcio es considerado como un proceso de estrés, que impacta de manera adversa diferentes aspectos del modo de vida de las familias inmersas en él. Analizando sus efectos para los adultos, se han

documentado problemas económicos y la consiguiente disminución del nivel de vida, un mayor riesgo de problemas de salud (Williams y Umberson, 2004), malestar psicológico y aislamiento social, o soledad (Yárnoz-Yaben, 2008a). Con respecto a los niños, un descenso del rendimiento académico, problemas *externalizantes e internalizantes* y bajo nivel de bienestar subjetivo (para una muy completa revisión, ver Amato 2000). Es cierto que también existen estudios de corte cualitativo que insinúan que el divorcio tiene también consecuencias positivas para los niños, como la posibilidad de desarrollar relaciones más cercanas con sus madres o hermanos (Abbey y Dallos, 2004).

Se ha documentado que ciertas variables juegan un papel importante en la adaptación al divorcio, puesto que actúan como mediadores que facilitan (o dificultan) el proceso. Para los hijos, el tipo de relación que mantienen los progenitores, y su nivel de conflicto o de apoyo, son predictores importantes de ajuste y bienestar psicológico (Turner y Kopiec, 2006), incluso 20 años después del divorcio (Ahrns, 2007). Con respecto a los progenitores, se han analizado ampliamente las características demográficas (Yárnoz-Yaben, Guerra, Plazaola, Biurrun y Comino, 2008), como sexo, edad y presencia de hijos (Tschann, Johnston y Wallerstein, 1989). Por otra parte, la manera en que los participantes definen los eventos que les toca vivir (el divorcio, en este caso) y la perspectiva que toman respecto a ellos, influyen la rapidez con que la adaptación ocurre, como se evidencia en estudios sobre apego hacia la ex pareja y sentimientos hacia él o ella (Vareschi y Bursik, 2005), dependencia (Yárnoz-Yaben et al., 2008), actitudes e iniciativa (Kitson, 1982; Weiss, 1976).

Estilo de apego y regulación emocional

Según la Teoría del Apego (Bowlby, 1988), las representaciones cognitivo – afectivas de uno mismo y los demás en contextos relacionales, las expectativas sobre las relaciones sociales, así como las emociones experimentadas en ese contexto están basadas, en parte, en representaciones de experiencias relacionales que ocurrieron en el pasado. El

estilo de apego refleja una estrategia para organizar las emociones y las cogniciones sobre uno mismo y los otros. Las personas con un *estilo seguro* tienen típicamente acceso a emociones y memorias tanto positivas como negativas sobre las relaciones, y por tanto, el nivel de distorsión de la experiencia real es pequeño. Además, las representaciones sobre uno mismo y los otros tienden a ser positivas. Por el contrario, las personas con un estilo de apego *inseguro – desvalorizador* tienen una experiencia típica de sus figuras de apego como inaccesibles, y han adoptado una estrategia de “desactivación” del sistema de apego (Carvalho y Gabriel, 2006) como forma de minimizar sus necesidades de apego y afiliación. Las personas con un estilo *inseguro – preocupado* han experimentado, de una forma típica, una aseabilidad impredecible de las figuras de apego, debido a lo cual, han adoptado una estrategia basada en la hiperactivación del sistema de apego (Cassidy y Berlin, 1994). Esta estrategia se basa en la hipervigilancia, puesto que la accesibilidad inconsistente que caracteriza a sus figuras de apego hace necesario que la persona procure tenerlas permanentemente bajo control.

Otros autores (Bartholomew y Horowitz, 1991) han propuesto una categorización cuatripartita de los estilos de apego en adultos: seguros, preocupados (como hemos explicado anteriormente) y, entre aquellos que evitan la intimidad y desactivan el sistema de apego como una forma de defensa, distinguieron entre apego *desvalorizador* y *temeroso*. Ambos evitan la intimidad con los otros y desactivan sus sistemas de apego, pero lo hacen por diferentes razones y utilizando medios diferentes (Bartholomew, 1990; Yárnoz-Yaben, Alonso-Arbiol, Plazaola y Sainz de Murieta, 2001).

Brennan, Clark y Shaver (1998) argumentan que los diferentes prototipos de apego pueden ser alineados a lo largo de un continuo de dos dimensiones conceptuales, que los investigadores han bautizado como *ansiedad* y *evitación*. La primera dimensión se refiere a variaciones individuales respecto al nivel en que las personas se muestran hipervigilantes en temas relacionados con el apego. Una persona alta en la dimensión de ansiedad se mostrará preocupada, por ejemplo, sobre la posibilidad de que su figura de apego no responda adecuadamente a sus nece-

sidades, mientras que una persona menos ansiosa se sentirá relativamente segura sobre cuestiones relacionadas con el apego. La segunda dimensión, evitación, se refiere a la tendencia a usar estrategias de evitación versus estrategias de búsqueda de proximidad para regular las conductas, pensamientos y sentimientos relacionados con el apego. Las personas situadas en el extremo alto de este constructo tienden a desconectar de sus relaciones interpersonales, mientras que las personas situadas en el extremo bajo de la dimensión se sienten cómodas abriéndose a los demás y confiando en ellos como base segura.

Los estilos de apego pueden ser vistos como combinaciones lineales de estas dos dimensiones. Por ejemplo, una persona prototípicamente preocupada, se muestra atenta a cuestiones relacionadas con el apego (es decir, se sitúa en la parte alta de la dimensión ansiedad) y no utiliza estrategias evitantes para regular sus comportamientos y sentimientos (es decir, puntúa bajo en la dimensión evitación); una persona prototípicamente temerosa, se muestra relativamente atenta a cuestiones relacionadas con el apego (es decir, se sitúa en la parte alta de la dimensión ansiedad) y utiliza de manera típica estrategias evitantes para regular sus comportamientos y sentimientos (es decir, puntúa alto en la dimensión evitación). Por el contrario, una persona prototípicamente desvalorizadora también emplea estrategias evitativas, pero está menos atenta a cuestiones relacionadas con el apego (es decir, se situaría en la parte baja de la dimensión ansiedad). Una persona prototípicamente segura puntuaría bajo en ambas dimensiones.

Divorcio, pérdida, preocupación por la ex pareja y soledad

La confianza en que la figura de apego se mostrará accesible cuando sea necesaria protege del miedo tanto intenso como crónico a quien la experimenta; esta confianza se construye durante los años de inmadurez (infancia, niñez y adolescencia), tiende a persistir con pocos cambios a lo largo del resto de la vida y refleja con bastante exactitud experiencias que la persona ha vivido en la realidad (Bowlby, 1988).

Según la Teoría del Apego, las situaciones estresantes promueven una activación del sistema de apego, que tiene como resultado una búsqueda de la cercanía de la figura de apego (Waters, Crowell, Elliot, Corcoran y Treboux, 2002). En el periodo adulto, la principal figura de apego es típicamente la pareja, por cuya pérdida se realiza el duelo a lo largo del proceso de divorcio (Weiss, 1991). Por este motivo, el apego a la ex pareja, o la preocupación por la ex pareja, se ha considerado una variable de especial importancia para entender las respuestas de personas adultas ante las relaciones que han sido disueltas (Kitson, 1982; Masheter, 1998).

Haya sido, o no, feliz el matrimonio, la separación provoca una serie de emociones conflictivas en ambos miembros de la pareja (Weiss, 1975). Esas emociones incluyen enfado, rechazo, dolor, afecto y ansiedad o pánico, y son una respuesta a la actual inaccesibilidad de la ex pareja (antigua figura de apego), insoportable para la persona. Para Weiss, estas emociones son muy similares a las que mostraban los niños como consecuencia de la pérdida de sus figuras de apego (Bowlby, 1988): un miedo paralizante y una inmensa rabia hacia la persona que sienten les está abandonando son sentimientos experimentados por las personas divorciadas o separadas al comienzo del proceso (Weiss, 1976). Tristeza, y una gran sensación de soledad se corresponden con la fase final de *desesperación*, donde el mundo es percibido como un lugar vacío, desolado, muerto.

Weiss utilizó el término “malestar de separación” para referirse a los sentimientos positivos que muchas personas separadas sienten hacia el ex esposo. La manifestación de esos sentimientos positivos, muy similar a las reacciones de duelo, incluye pensamientos e imágenes recurrentes del ex esposo, intentos de entrar en contacto con él/ella, o de saber sobre él, y los mencionados sentimientos de vacío, soledad y pánico al darse cuenta de la inaccesibilidad del mismo.

El presente estudio: objetivos e hipótesis

El objetivo de este trabajo es analizar, a la luz de las premisas anteriormente expuestas, el bienestar psicológico (afectividad positiva y negativa) de una

muestra de progenitores divorciados o separados. Basándonos en una revisión de la literatura escrita sobre este tema, formulamos las siguientes hipótesis:

H1: Determinadas características demográficas están relacionadas con un mayor o menor nivel de bienestar psicológico después del divorcio. Por ejemplo, tanto Wallerstein (1986) como Yárnoz-Yaben et al. (2008) encontraron una relación inversa entre el bienestar psicológico post divorcio, la edad y la duración del matrimonio. Aunque Williams y Dunne-Bryant (2006) relacionan el número de hijos en el hogar con niveles más bajos de bienestar psicológico post-divorcio, nuestra hipótesis es que los hijos juegan un papel importante en la adaptación al divorcio de los progenitores, y por tanto, que el número de hijos estará relacionado con mejores niveles de bienestar psicológico post divorcio.

H2: Diferentes investigaciones asocian los estilos de apego seguros con una regulación afectiva más eficiente en situaciones de estrés (Mikulincer y Florian, 1998). Nuestra hipótesis es que el apego seguro estará relacionado con niveles más altos de bienestar psicológico (afectividad positiva) post divorcio y que los apegos no seguros lo estarán con niveles bajos de bienestar psicológico (afectividad negativa).

H3: Los investigadores que trabajan sobre el proceso de divorcio consideran que la preocupación por la ex pareja refleja más un malestar ante la separación que genuino interés por su bienestar, y en este sentido, es disfuncional (Kitson, 1982; Tschann et al., 1989). Nuestra hipótesis es que la preocupación por la ex pareja estará relacionada con el estilo de apego preocupado y con la afectividad negativa.

H4: Varios estudios demuestran que una buena red de relaciones sociales (Wang y Amato, 2000) y una nueva relación de pareja son los mejores predictores del ajuste post – divorcio. Nuestra hipótesis es que la soledad, y especialmente la soledad romántica, estarán relacionadas con niveles bajos de bienestar psicológico.

H5: Varias investigaciones han encontrado relaciones entre el estilo de apego adulto y la manera de relacionarnos con otras personas (Diamond y Hicks, 2005), así como con los sentimientos de soledad (Wiseman, Mayselless y Sharabany, 2006). En nuestra muestra, esperamos que el estilo de apego y el sentimiento de soledad estén estrechamente relacionados, estando los estilos seguro y desvalorizador relacionados con menores sentimientos de soledad, y los estilos de apego preocupado y temeroso con niveles más altos. Creemos también que el sentimiento de soledad jugará un papel importante en el bienestar psicológico post divorcio.

Método

Participantes y Procedimiento

40 personas divorciadas, 18 hombres y 22 mujeres han tomado parte en este estudio. La edad de los participantes oscila entre 22 y 68 años ($M = 45.5$ $D.T = 10.1$), tienen entre uno y tres hijos, han estado casados una media de 13.2 años ($D.T = 7.7$) y llevan separados o divorciados entre tres meses y 18 años ($M = 5.4$ $D.T = 5.15$). El 30% tenían estudios elementales, 45% estudios de nivel medio y un 25% estudios universitarios. Un 47% gana más del Salario mínimo Interprofesional al mes, un 32% en torno a él y un 20% dijo ganar menos.

La participación en este estudio fue voluntaria y no remunerada. Los participantes completaron una batería que contenía los autoinformes que describimos a continuación mientras se encontraban en la Asociación de divorciados o mientras estaban en el PEF (Punto de Encuentro Familiar) esperando a entregar o recibir a sus hijos. Se solicitó a los participantes que respondieran sinceramente a las preguntas, asegurándoles la confidencialidad de los datos. No hubo límite de tiempo para responder a las preguntas.

Medidas utilizadas

Cuestiones demográficas. Se realizaron una serie de preguntas en las que se indaga el tiempo que han

estado casados y divorciados, número de hijos, nivel de ingresos, etc.

Bienestar psicológico. Utilizamos la Escala de Afectividad Positiva y Negativa (PNA), o de bienestar/malestar subjetivo de Bradburn revisada (Warr, Barter y Brown-Bridge, 1983. Adaptación al castellano de Vergara, Yáñez-Yaben y Páez, 1989). Esta escala de 18 ítems mide el estado emocional (bienestar o malestar) subjetivo durante lapsos de tiempo establecidos por el investigador. El formato de respuesta es una escala de 4 puntos (1=totalmente en desacuerdo, 4= totalmente de acuerdo). En la adaptación española del instrumento obtuvimos un coeficiente de fiabilidad de .76 para el afecto positivo y de .71 para el afecto negativo (Vergara et al., 1989).

Estilo de Apego. Utilizamos una versión en castellano (Yáñez-Yaben, 2008b) del RQ, Relationship Questionnaire, (Bartholomew y Horowitz, 1991). Este instrumento evalúa en una escala de siete puntos (1=totalmente en desacuerdo, 7=totalmente de acuerdo) las descripciones prototípicas de cuatro estilos de apego (seguro, preocupado, desvalorizador y temeroso). Ofrece también la posibilidad de obtener las dos dimensiones (ansiedad y evitación) presentes en la mayoría de los instrumentos que evalúan el apego en adultos.

Preocupación hacia la ex pareja. Este constructo se ha evaluado con cuatro preguntas (Kitson, 1982; adaptación al castellano Yáñez-Yaben, 2004): pensar mucho sobre la ex pareja, preguntarse qué estará haciendo etc., son el tipo de preguntas utilizadas en esta escala, en la que se pide a los participantes que manifiesten su respuesta en una escala de 3 puntos, que oscilan entre 1 (nunca) y 3 (frecuentemente). El coeficiente obtenido en esta escala fue .78.

Soledad. Utilizamos la versión en castellano (Yáñez-Yaben 2008a) de la Social and Emotional Loneliness Scale for Adults, SELSA-S, (DiTommaso, Brannen y Best, 2004). Se trata de un instrumento corto (15 ítems) que evalúa la experiencia subjetiva de soledad en tres dominios diferentes: social, familiar y romántico. Los participantes daban sus respuestas en una escala de 7 puntos. Los valores obtenidos como prueba de la consistencia interna del instrumento fueron .71 (soledad social), .83 (soledad familiar) y .84 (soledad romántica).

Resultados

En la tabla 1 se encuentra un resumen de las medias y desviaciones típicas de las principales variables empleadas en este estudio.

El grado de seguridad del apego se relaciona inversamente con soledad familiar; el nivel de apego preocupado correlaciona con soledad social y romántica, lo mismo que el nivel de apego temeroso. La dimensión de ansiedad correlaciona con soledad

Tabla 1: Medias y Desviaciones típicas de las variables utilizadas en este estudio

Variables		M	DT
Bienestar psicológico	Afectividad positiva	22.52	5.70
	Afectividad negativa	16.70	5.95
Soledad	Social	12.67	5.58
	Familiar	12.60	6.93
	Romántica	21.20	9.27
Estilo Relacional o de Apego (RQ)	Seguro	4.70	2.02
	Desvalorizador	4.36	1.81
	Preocupado	3.82	2.08
	Temeroso	3.35	1.97
Estilo Relacional o de Apego (Dimensiones RQ)	Ansiedad	7.17	3.60
	Evitación	9.07	3.27
Preocupación por la ex pareja		4.82	1.17

Hemos encontrado asociaciones entre nivel de bienestar psicológico tras el divorcio y variables demográficas, medidas del estilo de apego, y soledad, tal y como aparecen reflejado en los datos de la tabla 2: la edad está relacionada con soledad social, familiar y romántica; la edad y los años de matrimonio se relacionan inversamente con la afectividad positiva. Los años de matrimonio con soledad social y romántica. Y los años divorciado (tendencialmente) con soledad romántica.

dad social y romántica, mientras que la dimensión de evitación correlaciona negativamente con soledad familiar.

Hemos encontrado también un patrón coherente de correlaciones entre el estilo de relación (tipo de apego y dimensiones del mismo) y la afectividad positiva y negativa: tanto el nivel de seguridad del apego como la dimensión evitación están asociadas con la afectividad positiva, mientras que el nivel de apego preocupado está inversamente asociado con

Tabla 2. Correlaciones entre afectividad, datos demográficos, apego, preocupación por la ex pareja y soledad

N=40	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1. Afectividad positiva	-.20	-.32*	-.27+	-.11	.01	.47**	.24	-.28+	-.17	-.25	.43**	-.24	-.54***	-.41**	-.35*
2. Afectividad negativa	1	-.01	.04	-.06	-.25	-.18	-.30+	.51***	.30+	.46**	-.28+	.15	.29+	.23	.37*
3. Edad		1	.81***	.42**	.53***	.02	-.02	.14	.28+	.24	.00	-.10	.54***	.41**	.35*
4. Años casado			1	.20	.52***	.04	.03	.01	.33*	.19	.04	.20	.40**	.18	.44**
5. Años divorciado				1	.43**	.16	.03	.00	.11	.06	.12	-.11	.18	.08	.28+
6. Nº hijos					1	.32*	.20	.04	.18	.12	.31*	.17	.12	-.06	.24
7. Apego seguro						1	.44**	-.20	-.10	-.17	.87***	.06	-.25	-.49**	-.06
8. Apego desvalorizador							1	-.15	-.04	-.11	.83***	.25	-.07	-.22	-.17
9. Apego preocupado								1	.58***	.89***	-.21	.32*	.31*	.12	.27+
10. Apego temeroso									1	.88***	-.09	.24	.48**	.21	.36*
11. Ansiedad (dimensión)										1	-.17	.30+	.45**	.19	.35*
12. Evitación (dimensión)											1	.15	-.20	-.43**	-.13
13. Preocup. ex pareja												1	-.01	-.05	.28+
14. Soledad Social													1	.51***	.26+
15. Soledad Familiar														1	.24
16. Soledad Romántica															1

+ p<.10; * p<.05; ** p<.01; *** p<.001.

la misma. Por otra parte, la afectividad negativa correlaciona inversamente con el nivel de apego desvalorizador y con la dimensión de evitación, y directamente con el nivel de apego preocupado y temeroso, así como con la dimensión de ansiedad.

Soledad social, familiar y romántica correlacionan negativamente con afectividad positiva. También hemos encontrado correlaciones entre soledad romántica y afectividad negativa. Debemos decir que, en nuestra muestra, la afectividad positiva y negativa correlacionan inversamente, aunque sin significación estadística ($r=-.20, p=.22$).

La preocupación por la ex pareja correlaciona con el nivel de apego preocupado, la dimensión de ansiedad y con soledad romántica. La correlación es significativa únicamente en el caso del apego preocupado, siendo tendencial en los demás, debido muy probablemente a lo reducido de la muestra.

Finalmente, realizamos un análisis de regresión lineal por el método *pasos sucesivos* con el fin de determinar el papel jugado por las variables demográficas, el estilo de apego, la soledad y la preocupación por la ex pareja en el bienestar psicológico (afectividad positiva y negativa) de las personas divorciadas que componen nuestra muestra (ver tablas 3 y 4).

En el análisis realizado utilizando afectividad positiva como la variable dependiente, hemos encontrado que el nivel de soledad social explica el 16% de la varianza (R^2 corregido .288 ($F(1, 37) = 16.33, p=.00$)). Cuando añadimos el grado de seguridad del apego a la ecuación, el valor de R^2 corregido aumentó a .394 ($F(2, 36) = 13.33, p=.00$). Y cuando preocupación por la ex pareja se añadió a la ecuación, el valor de R^2 corregido aumentó a .489 ($F(3, 35) = 13.13, p=.00$). Los coeficientes beta para las varia-

Tabla 3. Análisis de Regresión jerárquica de las variables predictoras de afectividad positiva

	B	SE B	β
Afectividad Positiva (N=39)			
Paso 1			
Soledad Social	-0.57	0.14	-.55***
Paso 2			
Soledad Social	-0.47	0.13	-.46***
Apego Seguro	1.00	0.37	.38**
Paso 3			
Soledad Social	-0.48	0.12	-.47***
Apego Seguro	1.05	0.34	.38**
Preocupación por la ex pareja	-1.53	0.55	-.32**

Nota: R^2 corregido del paso 1= .288, $\Delta R^2=.106$ para el paso 2 y $\Delta R^2=.095$ para el paso 3
* $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$

Tabla 4. Análisis de Regresión jerárquica de las variables predictoras de afectividad negativa

	B	SE B	β
Afectividad negativa (N=39)			
Paso 1			
Dimensión de ansiedad (apego)	0.76	0.24	.46**
Paso 2			
Dimensión de ansiedad (apego)	0.82	0.23	.50***
Número de hijos	-2.65	1.20	-.31*
Paso 3			
Dimensión de ansiedad (apego)	0.65	0.23	.39**
Número de hijos	-3.24	1.71	-.38**
Soledad Romántica	0.21	0.09	.32*

Nota: R^2 corregido del paso 1= .191, $\Delta R^2=.076$ para el paso 2 y $\Delta R^2=.074$ para el paso 3
* $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$

bles analizadas (reflejados asimismo en la tabla 3) nos indican que niveles bajos de de soledad social, seguridad en el apego y niveles bajos de preocupación por la ex pareja explican un porcentaje importante (49%) de la varianza de la afectividad positiva (bienestar psicológico) tras el divorcio.

En el análisis realizado utilizando afectividad negativa como la variable dependiente, hemos encontrado que la dimensión de ansiedad hacia las relaciones explica el 19% de la varianza (R^2 corregido .191 ($F(1, 37) = 9.96, p=.00$). Cuando añadimos el número de hijos a la ecuación, el valor de R^2 corregido aumentó a .267 ($F(2, 36) = 7.93, p=.00$). Y cuando se añadió soledad romántica, el valor de R^2 corregido aumentó a .341 ($F(3, 35) = 7.55, p=.00$). Los coeficientes beta para las variables analizadas (reflejados asimismo en la tabla 4) nos indican que la ansiedad hacia las relaciones, número de hijos (inversamente) y soledad romántica explican un porcentaje (34%) de la varianza del malestar (la afectividad negativa) sentido tras el divorcio.

Discusión y verificación de hipótesis

El objetivo de este trabajo ha sido analizar el nivel de bienestar psicológico en una muestra de progenitores divorciados. Por una parte, hemos presentado la asociación entre algunas variables demográficas (edad, años de matrimonio, años divorciado y número de hijos), medidas del estilo de apego y preocupación hacia la ex pareja con bienestar psicológico (afectividad positiva y negativa). Además, hemos analizado el papel jugado por las mencionadas variables en el bienestar psicológico de los progenitores divorciados. Los resultados, que ahora pasamos a comentar, resaltan la utilidad de un enfoque integrado (que incorpore datos de índole emocional y cognitivo así como respuestas conductuales) para analizar el bienestar psicológico post divorcio.

En nuestra muestra, la afectividad positiva está inversamente relacionada con la edad y los años de matrimonio, tal como adelantábamos en nuestra primera hipótesis (determinadas características demográficas están relacionadas con un mayor o menor

nivel de bienestar psicológico después del divorcio). Si bien los datos sobre el efecto de la edad sobre el ajuste al divorcio son inconsistentes, puesto que algunos autores encuentran que la adaptación es más fácil para personas más jóvenes (Wallerstein, 1986), mientras que otros encuentran lo contrario, que las personas más jóvenes encuentran mayores dificultades en adaptarse al divorcio (Kitson, Babri, Roach y Placidi, 1989), nuestros resultados apoyan la idea de que la edad esta inversamente relacionada con un adecuado ajuste al divorcio. Lo mismo ocurre respecto a los años de matrimonio: sobre este tema, nuestros resultados son similares a los de Wang y Amato (2000), que encontraron que la duración del matrimonio se relacionaba inversamente con el ajuste al divorcio. Parece lógico que personas mayores, que han pasado más años casados, hayan investido más en sus matrimonios, y además encuentren más difícil ser de nuevo *competitivos* en al mercado matrimonial.

Nuestra segunda hipótesis (el apego seguro estará relacionado con niveles más altos de bienestar psicológico post divorcio, los apegos no seguros lo estarán con niveles bajos de bienestar psicológico) también ha recibido confirmación. La seguridad en el apego está significativamente relacionada con la afectividad positiva, mientras que el estilo de apego preocupado lo está con la afectividad negativa. A un menor nivel de significación estadística, el apego temeroso está relacionado con la afectividad negativa, mientras que el nivel de apego desvalorizador correlaciona negativamente con ella. Varias investigaciones han mostrado que las personas preocupadas son habitualmente las más afectadas por la ruptura (Davis, Shaver y Vernon, 2003) y que las personas desvalorizadoras adoptan estrategias de autoprotección defensivas, basadas en marcar distancias cuando se enfrentan al estrés proveniente de las relaciones interpersonales (Simpson, Rholes, Oriña, y Grich, 2002).

Hemos encontrado también una asociación entre la dimensión de *ansiedad* con afectividad negativa, y la dimensión *evitación* con afectividad positiva. Mikulincer y Florian (1998) ya subrayaron que ambos patrones relacionales utilizan diferentes tipos de respuesta al estrés a nivel emocional y cognitivo: las personas apegadas de manera ansiosa tienen ten-

dencia a ser hipervigilantes ante posibles signos de amenaza, y a preocuparse respecto a estímulos interpersonales dolorosos. Las personas evitantes, en cambio, suelen reprimir o infravalorar los fenómenos interpersonales que les provocan malestar, con el objetivo de regular preocupaciones indeseadas sobre el apego y el consiguiente afecto negativo.

Nuestra tercera hipótesis (la preocupación por la ex pareja estará relacionada con el apego preocupado y con la afectividad negativa) se ha visto, parcialmente, confirmada: preocupación por la ex pareja, apego preocupado y dimensión de ansiedad correlacionan de forma significativa, pero la correlación negativa existente entre preocupación por la ex pareja y afectividad positiva no es estadísticamente significativa, aunque va en el sentido de las hipótesis.

Nuestras dos últimas hipótesis hacían referencia al sentimiento de soledad: pensábamos (cuarta hipótesis) que la soledad, y especialmente la soledad romántica, estaría relacionada con niveles bajos de bienestar psicológico y también (quinta hipótesis) que los estilos de apego seguro y desvalorizador estarán relacionados con menores sentimientos de soledad, y los estilos de apego preocupado y temeroso con niveles más altos. Nuestros datos confirman estas hipótesis, ya que hemos encontrado asociaciones significativas de signo negativo entre afectividad positiva y soledad social, familiar y romántica; también entre los estilos y dimensiones de apego y los tres tipos de soledad (ver tabla 2).

Para terminar, hemos encontrado que un 49% de la varianza de afectividad positiva en personas divorciadas es explicada por bajos niveles de soledad social, apego seguro y bajos niveles de preocupación por la ex pareja. La pérdida de amigos y redes sociales es uno de los estresores asociados con el divorcio, y esto es así por varias razones (Kitson, 1992): puede que la persona divorciada se sienta *desconectada* del grupo de amigos casados, que sea percibida como un riesgo para la estabilidad de las relaciones de las personas que conforman el grupo, o que los amigos se dividan entre *amigos de él* y *amigos de ella*. Por otra parte, parece ser que situaciones vitales como la de separación o divorcio activan el sistema de apego. Una persona con un estilo de apego seguro puede sufrir por ello; pero este

sufrimiento será suavizado por los recursos que posee, que le ayudarán a enfrentarse a la pérdida de una manera efectiva (con frecuencia, por medio de la búsqueda de un apoyo social adecuado, es decir, niveles bajos de soledad). También será capaz de poner su matrimonio y anterior pareja en perspectiva, algo visto por Kitson (1992) como una de las facetas del ajuste al divorcio, y que implica bajos niveles de preocupación por la ex pareja (pensamientos obsesivos sobre él o ella, etc.) que enmascaran una dificultad de aceptar la finalización de la relación mas que genuino interés en su bienestar.

Un 34% de la varianza de la afectividad negativa es explicada por ansiedad hacia las relaciones, número de hijos (negativamente) y soledad romántica. Las personas apegadas de forma ansiosa suelen experimentar niveles altos de malestar ante la terminación de una relación de pareja. El divorcio o la separación pueden reactivar separaciones anteriores, no resueltas, respecto a las figuras de apego, lo cual provocará un aluvión de sentimientos negativos. A diferencia de las personas seguras, los individuos altos en la dimensión de ansiedad no confían en la capacidad de respuesta de sus figuras de apego, y tienen tendencia a adoptar estrategias de afrontamiento inadecuadas, reflejo de su miedo al abandono o al rechazo, y que provocan que se sientan solos y desgraciados, sintiendo nostalgia de *esa persona especial* (es decir, soledad romántica). Finalmente, aunque para algunos autores la presencia de los hijos tiene efectos negativos en el bienestar psicológico de las personas divorciadas, más marcados cuando los niños son pequeños en el momento en que tiene lugar la separación - los niños dificultan el volverse a emparejar, y cuando esto ocurre, complican el establecimiento de la nueva relación (Coysh et al., 1989); las relaciones con los hijos no son siempre fáciles después de un divorcio, con los consiguientes efectos negativos sobre el bienestar psicológico de los progenitores (Tschann et al., 1989); la existencia de hijos obliga a relacionarse de forma continuada con la ex pareja, con frecuencia de manera conflictiva (Masheter, 1998) - nuestros resultados muestran, de forma similar a los encontrados por Amato, Rezac y Booth (1995), que los hijos (el número de hijos en nuestro caso, puesto que todos los progenitores de nuestra muestra tenían hijos)

juegan un papel importante en el bienestar psicológico tras el divorcio, sin duda porque, como reseñan diferentes autores, ofrecen apoyo material y social a sus progenitores, les ofrecen un motivo para vivir, y les distraen de sus propios problemas (Kitson, 1992). Resulta evidente que perder el contacto con los propios hijos, o sentir restricciones en el ejercicio del rol parental, es uno de los aspectos más estresantes y dolorosos de la experiencia del divorcio (Spillman, Deschamps y Crews, 2004): el creciente asociacionismo de los padres (o madres) separados o divorciados, el clamor que demanda la custodia compartida y las reivindicaciones (algunas de ellas en la calle, en multitudinarias manifestaciones) en diversos puntos del estado así lo atestiguan.

Conclusiones

La investigación aquí descrita tiene una serie de implicaciones para la intervención / prevención en el ámbito de la separación, así como algunas limitaciones que pasamos a reseñar. Los resultados de este estudio muestran la influencia del tipo de apego en la regulación emocional y en la respuesta a situaciones estresantes, como el divorcio y la pérdida, así como su relación con estrategias de afrontamiento y niveles de bienestar psicológico, y son coherentes con datos provenientes de estudios previos realizados en otros ámbitos culturales distintos del nuestro (Davis et al., 2003; Vareschi y Bursik, 2005). Precisamente por ello, creemos que este estudio tiene implicaciones importantes para la realización

de intervenciones, tanto terapéuticas como preventivas, con progenitores separados o divorciados.

En los últimos años se han desarrollado diversos programas de intervención con progenitores separados o divorciados, a fin de reducir la experiencia de emociones negativas, como enfado, dolor, culpa, deseos de venganza y vulnerabilidad, comunes en los procesos de duelo y pérdida, que aumentan las posibilidades de conflicto en la ex pareja y socavan la posibilidad del ejercicio de una co - parentalidad responsable (Bernstein, 2007; Mitcham-Smith y Henry, 2007). Algunos de ellos se basan en las aportaciones de la teoría del apego (Beckerman y Sarracco, 2002; y en nuestro propio contexto cultural, Yárnoz, Plazaola y Etxeberria, 2008).

Somos conscientes de varias limitaciones de este estudio. En primer lugar, debido a su diseño transversal, es difícil extraer conclusiones sólidas sobre las posibles relaciones causales entre las variables estudiadas. Además de ello, la nuestra es una muestra pequeña, lo cual dificulta la generalización de los resultados a la población de la que ha sido extraída. En tercer lugar, hemos empleado medidas de autoinformes para evaluar las variables de este estudio. En el caso del apego adulto, si bien los autoinformes son ampliamente empleados en su evaluación (por ejemplo, Melero y Cantero, 2008) hubiera sido interesante emplear también otro tipo de medidas como entrevistas (Yárnoz-Yaben, 2008b), que recogen aspectos de la dinámica de apego en adultos que, tal vez, hayan pasado inadvertidos en este estudio. Investigaciones posteriores tratarán de explorar estas posibilidades.

Extended Summary

In this work, we analyze psychological well-being (positive and negative affectivity) in a sample of 40 divorced parents, 18 men and 22 women. The age of the participants was between 22 and 68 ($M=45.5$ $D.T=10.1$), they had between one and three children, had been married an average of 13.2 years ($D.T=7.7$) and separated or divorced for between three months and 18 years ($M=5.4$ $D.T=5.15$). In addition, 30% of them had elementary studies, 45% medium-level studies and 25% university studies. Participation in this study was voluntary and was not

remunerated. Participants completed a number of self reports while they were in the Association or in the PEF (Family Meeting Point). There was no time limit to respond to the questionnaires.

We used the following Measures:

Demographic issues (time married and divorced, number of children, level of income).

Psychological well-being. Scale of positive and negative affectivity (PNA), (Warr, Barter and Brown-Bridge, 1983. Spanish adaptation Vergara, Yárnoz and Páez, 1989). This 18-item scale meas-

ures subjective emotional state (welfare or discomfort) during a time period established by the researcher. Response format is a 4-point scale (1 = totally disagree, 4 = agree). In the Spanish adaptation of the instrument we obtained an alpha coefficient of .76 for positive affectivity and .71 for negative affectivity (Vergara et al., 1989).

Attachment Style. We used a Spanish version (Yárnoz-Yaben, 2008a) of the RQ, Relationship Questionnaire (Bartholomew, Horowitz, 1991). This instrument assesses prototypical descriptions of four attachment styles (secure, preoccupied, dismissing and fearful) on a seven-point scale (1 totally disagree, 7 totally agree). It also offers the possibility of obtaining two dimensions (anxiety and avoidance) present in most of the instruments used to evaluate attachment in adults.

Concern about the ex-spouse. This construct was evaluated with four questions (Kitson, 1982; adaptation into Spanish, Yárnoz-Yaben, 2004): thinking a lot about the ex-spouse and wondering about what he/she will be doing are the kind of questions used in this scale. Participants responded on a 3-point scale, ranging from 1 (never) to 3 (often). The alpha coefficient retrieved on this scale was .78.

Loneliness. We used the Spanish version (Yárnoz-Yaben 2008a) of the Social and Emotional Loneliness Scale for Adults, SELSA-S, (DiTommaso, Brannen and Best,) 2004. This is a short (15-item) instrument that evaluates the subjective experience of loneliness in three different domains: social, family and romantic. The participants gave their responses on a 7-point scale. Alpha values (obtained as proof of the internal consistency of the instrument) were .71 (social loneliness) .83 (family loneliness) and .84 (romantic loneliness).

Associations between psychological well-being after divorce and demographic variables, attachment style and loneliness were found, as they appear reflected in table 2: age is related to social, family and romantic loneliness; age and years of marriage are inversely related to positive affect; years married is related to social and romantic loneliness; and years divorced related to romantic loneliness. The degree of attachment security is inversely related to family loneliness; preoccupied and fearful attachment level correlate with social and romantic loneli-

ness. In addition, the dimension of Anxiety correlates with social and romantic loneliness, while the dimension of Avoidance negatively correlates with family loneliness.

We have also found a consistent pattern of correlations between relationship style and positive and negative affect: attachment security level and the avoidance dimension are associated with positive affect, while preoccupied attachment level is inversely associated with it. On the other hand, negative affect correlates inversely with level of dismissing attachment and with the avoidance dimension, and directly with the preoccupied and fearful attachment level, as well as with the dimension of anxiety. Social, family and romantic loneliness correlate negatively with positive affect. We have also found correlations between romantic loneliness and negative affect. We have to say that, in our sample, positive and negative affect correlate inversely, but without statistical significance ($r = .20$, $p = .22$). Concern for the ex-spouse correlates with preoccupied attachment, the anxiety dimension and romantic loneliness, although correlation is significant only in the case of preoccupied attachment, probably due to the small sample size.

Finally, we conducted a linear regression analysis to determine the role played by demographic variables, attachment style, loneliness and concern about the ex-spouse on the psychological well-being (positive and negative affect) of divorced persons (see tables 3 and 4). Low levels of social loneliness, security of attachment and low levels of concern about the ex-husband explain a significant percentage (49 %) of the variance of positive affect (psychological well-being) after the divorce.

Anxiety towards relations, number of children (inversely) and romantic loneliness explain a percentage (34%) of the variance of discomfort (negative affect) after the divorce.

Discussion

The objective of this work was to analyze the level of psychological well-being in a sample of divorced parents. On the one hand, we present the association between demographic variables (age,

years of marriage, divorced years and number of children), attachment style and concern towards the former partner with psychological well-being (positive and negative affection) measures. We have also analyzed the role played by the aforementioned variables in the psychological well-being of divorced parents. Our results highlight the usefulness of an integrated approach (incorporating emotional, cognitive and behavioral responses data) for analyzing psychological well-being post divorce. In our sample, positive affect is inversely related to age and years of marriage, as hypothesized (certain demographic characteristics are related to a greater or lesser level of psychological well-being after divorce). Although data about the effect of age on adjustment to divorce are inconsistent, since some authors found that adaptation is easier for younger persons (Wallerstein 1986), and others found that younger people have more difficulties in adapting to divorce (Kitson, Babri, Roach and Placidi, 1989), our results support the idea that age is inversely related to an appropriate adjustment to divorce. The same is true for years of marriage: on this subject, our results are similar to those of Wang and Amato (2000), who found that the duration of marriage related inversely to adjustment to divorce. It seems logical that older people, who were married for longer, have invested more in their marriages, and also find it more difficult to be competitive in the marriage market again.

Our second hypothesis (secure attachment is related to high levels of psychological well-being post divorce, while insecure attachment will be related to lower levels of psychological well-being) was also confirmed. Attachment security level is significantly related to positive affect, while preoccupied attachment style is associated with negative affection. Research has shown that preoccupied persons are usually the most affected by the breakup (Davis, Shaver and Vernon, 2003) and that dismissing persons adopt self-protection defensive strategies when faced with distress arising from interpersonal relations (Simpson, Rholes, Oriña and Grich, 2002).

Our third hypothesis (that concern for the ex-spouse will be related to preoccupied attachment and negative affect) has been partly confirmed: con-

cern for the ex-spouse, preoccupied attachment and the anxiety dimension correlate significantly, but the negative correlation between concern for the ex-husband and positive affect is not statistically significant.

Our last two hypotheses made reference to the feeling of loneliness: we thought that loneliness, and especially romantic loneliness, would be related to low levels of psychological well-being and also that dismissing and secure attachment styles would be related to minor feelings of loneliness, while preoccupied and fearful attachment styles would correlate with higher levels of loneliness. Our data confirm these hypotheses, since we have found significant negative associations between positive affectivity and social, family and romantic loneliness; and also between styles and dimensions of attachment and the three types of loneliness (see table 2).

Finally, we have found that 49 % of the variance of positive affect in divorced people is explained by low levels of social loneliness, secure attachment and low levels of concern about the ex-spouse. Loss of friends and social networks is one of the stressors associated with divorce and this is true for several reasons (Kitson, 1992): the divorced person can feel disconnected from married friends, or he/she is perceived as a risk to the stability of people in the married group, or friends are divided between his and her friends. On the other hand, it seems that separation or divorce situations activate the attachment system. A person with a secure attachment style may suffer for that reason; but this suffering will be smoothed by resources that help to deal effectively with loss (search for adequate social support, low levels of loneliness). They will also be able to put marriage and the previous partner in perspective, something seen by Kitson (1992) as one of the facets of adjustment to divorce.

34 % of the variance of negative affect is explained by anxiety towards relations, number of children (inversely) and romantic loneliness. Anxiously attached persons usually experience high levels of discomfort after the completion of a relationship. Divorce or separation may reactivate previously unresolved separations towards attachment figures, which will cause a flood of negative feel-

ings. Unlike secure people, individuals high in the anxiety dimension are doubtful about the responsiveness of their attachment figures and tend to adopt inadequate coping strategies.

The research described here has a number of implications for intervention / prevention in the area of divorce and separation, as well as some limitations. The results of this study show the influence of attachment style in emotional regulation and in the response to stressful situations, such as divorce and loss, as well as their relationship with levels of psychological well-being and coping strategies. They are consistent with data from previous studies in cultural fields other than ours (Davis et al., 2003; Vareschi and Bursik, 2005). For these reasons, we believe that this study has implications for therapeutic and preventive interventions with separated or divorced parents.

Indeed, in recent years, various intervention programs have been developed with separated or divorced parents, in order to minimize the negative emotions – such as anger pain, guilt, vengeance and vulnerability- which are common in grief and loss processes, and which increase the chances of conflict with the former partner and undermine the possibility of exercising co-responsible parenting (Bernstein, 2007; Mitcham-Smith and Henry, 2007). Some of these programs are based on the contributions of the attachment theory (Beckerman and Sarracco, 2002; and in our own cultural context, Yárnoz, Plazaola and Etxeberria, 2008).

We are well aware of several limitations of this study. First, due to its cross-sectional design, it is difficult to draw firm conclusions about the possible causal relations between the studied variables. Moreover, ours is a small sample, which hinders the generalization of the results to the population from which it has been extracted. Thirdly, we have employed self-report measures to assess the study variables. In the case of adult attachment, while self-reports are widely used in evaluation (e.g. Melero and Cantero, 2008), it would have been interesting to use other measures such as interviews (Yárnoz-Yaben 2008b), covering aspects of the dynamics of attachment in adults that, perhaps, have gone unnoticed in this study. Subsequent research will try to explore these possibilities.

Referencias

- Abbey, C. y Dallos, R. (2004). The experience of the impact of divorce on sibling relationships: a qualitative study. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 9, 241–259.
- Ahrons, C. R. (2007). Family ties after divorce: long-term implications for children. *Family Process*, 46, 53–65.
- Amato, P. (2000). The consequences of divorce for adults and children. *Journal of Marriage and the Family*, 62, 1269-1287.
- Amato, P.R., Rezac, S.J. y Booth, A. (1995). Helping between parents and young adult offspring: The role of parental marital quality, divorce, and remarriage. *Journal of Marriage and the Family*, 57, 363-374.
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 147-178.
- Bartholomew, K. y Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-244.
- Beckerman, N. y Sarracco, M. (2002). Intervening with couples in relationship conflict: integrating emotionally focused couple therapy and attachment theory. *Family Therapy*, 29, 23-31.
- Bernstein, A. C. (2007). Re-visioning, restructuring, and reconciliation: clinical practice with complex postdivorce families. *Family Process*, 46, 67–78.
- Bowlby, J. (1988). A secure base: Parent-child attachment and healthy human development. New York: Basic Books.
- Brennan, K. A., Clark, C. L. y Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrative review. En J. A. Simpson y S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 46-76). New York: Guildford Press.
- Carvalho, M. y Gabriel, S. (2006). No Man Is an Island: The Need to Belong and Dismissing Avoidant Attachment Style. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32, 697-709.
- Cassidy, J. y Berlin, L. J. (1994). The Insecure/Ambivalent Pattern of Attachment: Theory and Research. *Child Development*, 65, 971-991.

- Coysh, W. S., Johnston, J. R., Tschann, J. M., Wallerstein, J. S. y Kline, M. (1989). Parental postdivorce adjustment in joint and sole physical custody families. *Journal of Family Issues*, *10*, 52-71.
- Davis, D., Shaver, P. R. y Vernon, M. L. (2003). Physical, Emotional, and Behavioral Reactions to Breaking Up: The Roles of Gender, Age, Emotional Involvement, and Attachment Style. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *29*, 871-884.
- Diamond, L. M. y Hicks, A. M. (2005). Attachment style, current relationship security, and negative emotions: The mediating role of physiological regulation. *Journal of Social and Personal Relationships*, *22*, 499-518.
- DiTommaso, E., Brannen, C. y Best, L. A. (2004). Measurement and validity characteristics of the short version of the social and emotional loneliness scale for adults. *Educational and Psychological Measurement*, *64*, 99-119.
- Eurostat Yearbook 2006-07. Recuperado de <http://epp.eurostat.ec.europa.eu/> el 5 de diciembre de 2008.
- Keltner, D. y Bonanno, G. A. (1997). A study of laughter and dissociation: Distinct correlates of laughter and smiling during bereavement. *Journal of Personality and Social Psychology*, *73*, 687-702.
- Kitson, G. C. (1982). Attachment to the spouse in divorce: A scale and its application. *Journal of marriage and the family*, *44*, 379-393.
- Kitson, G. C. (1992). *Portrait of divorce: adjustment to marital breakdown*. New York: Guilford.
- Kitson, G. C., Babri, K. B., Roach, M. J. y Placidi, K. S. (1989). Adjustment to widowhood and divorce: a review. *Journal of Family Issues*, *10*, 5-32.9.
- Masheter, C. (1998). Friendships between former spouses: lessons in doing case-study research. *Journal of Divorce y Remarriage*, *28*, 73-96.
- Melero, R. y Cantero, M. J. (2008). Los estilos afectivos en la población española: un cuestionario de evaluación del apego adulto. *Clínica y Salud*, *19*, 83-100.
- Mikulincer, M. y Florian, V. (1998). The relation between adult attachment styles and emotional and cognitive reactions to stressful events. En J. A. Simson y W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 143-165). New York- London: The Guilford Press.
- Mitcham-Smith, M. y Henry, W. J. (2007). High-conflict divorce solutions: parenting coordination as an innovative co-parenting Intervention. *The family Journal: counseling and therapy for couples and families*, *15*, 368-373.
- O'Leary, A. (1990). Stress, emotion and human immune function. *Psychological Bulletin*, *108*, 363-382.
- Simpson, J. A., Rholes, W. S., Oriña, M. M. y Grich, J. (2002). Working Models of Attachment, Support Giving, and Support Seeking in a Stressful Situation. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *28*, 598-608.
- Spillman, J. A., Deschamps, H. S. y Crews, J. A. (2004). Perspectives on non-residential paternal involvement and grief: A literature review. *The Family Journal: Counseling and Therapy for couples and Families*, *12*, 263-270.
- Tschann, J. M., Johnston, J. R. y Wallerstein, J. S. (1989). Resources, stressors and attachment as predictors of adult adjustment after divorce: A longitudinal study. *Journal of Marriage and the Family*, *51*, 1033-1046.
- Turner, H. A. y Kopiec, K. (2006). Exposure to Interparental Conflict and Psychological Disorder Among Young Adults. *Journal of Family Issues*, *27*, 131-158.
- Vareschi, C. G. y Bursik, K. (2005). Attachment style differences in the parental interactions and adaptation patterns of divorcing parents. *Journal of Divorce y Remarriage*, *42*, 15-32.
- Vergara, A. yáñez, S. y Páez, D. (1989). Escala de afectividad positiva y negativa (PNA) o de bienestar/malestar subjetivo de Bradburn (PNA, Bradburn's Positive and Negative Affectivity Scale). In A. Echevarría y D. Páez (eds), *Emociones: perspectivas psicosociales*, 477-479. Madrid: Fundamentos.
- Wallerstein, J. S. (1986). Women after divorce: Preliminary report from a ten year follow-up. *American Journal of Orthopsychiatry*, *56*, 65-77.
- Wang, H. y Amato, P. R. (2000). Predictors of divorce adjustment: stressors, resources and defi-

- nitions. *Journal of Marriage and the Family*, 62, 655-668.
- Warr, P., Barter, J. y Brown-Bridge, G., (1983). On the independence of positive and negative affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44, 644-651.
- Waters, E., Crowell, J., Elliot, M., Corcoran, D. y Treboux, D. (2002). Bowlby's secure base theory and the social/personality psychology of attachment styles: work(s) in progress. *Attachment and Human Development*, 4, 230-242.
- Weiss, R. S. (1975). *Marital separation*. New York: Basic Books.
- Weiss, R. S. (1976). The emotional impact of marital separation. *Journal of Social Issues*, 32, 135-145.
- Weiss, R. S. (1991). The attachment bond in childhood and adulthood. En C. M. Parkes, J. Stevenson-Hinde y P. Marris (Eds.), *Attachment across the life cycle*. London: Routledge y Kegan Paul.
- Williams, K. y Dunne-Bryant, A. (2006). Divorce and Adult Psychological Well-Being: Clarifying the Role of Gender and Child Age. *Journal of Marriage and Family*, 68, 1178-1196.
- Williams, K. y Umberson, D. (2004). Marital status, marital transitions, and health: A gendered life course perspective. *Journal of Health and Social Behavior*, 45, 81-98.
- Wiseman, H., Maysel, O. y Sharabany, R. (2006). Why are they lonely? Perceived quality of early relationships with parents, attachment, personality predispositions and loneliness in first-year university students. *Personality and Individual Differences*, 40, 237-248.
- Yáñez-Yaben, S. (2004). *Ajuste autopercibido al divorcio y preocupación por la ex pareja*. Manuscrito no publicado. Universidad del País Vasco. San Sebastián.
- Yáñez-Yaben, S (2008 a). Adaptación al castellano de SESLA-S, una escala para la evaluación de la soledad social y emocional en adultos. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 8, 103-116.
- Yáñez-Yaben, S. (2008 b). La Evaluación desde la Teoría del Apego: el lugar de los autoinformes y otros instrumentos en la evaluación del apego en niños, adolescentes y adultos. En S. Yáñez-Yaben (ed.) *La teoría del apego en la práctica clínica*. Madrid: Psimática.
- Yáñez-Yaben, S; Alonso-Arbiol, I; Plazaola, M. y Sainz De Murieta, L. (2001). Apego en adultos y percepción de los otros. *Anales de Psicología* 17, 159-170.
- Yáñez-Yaben, S., Guerra, J., Plazaola a, M., Biurrun, J. y Comino, P. (2008). Características Demográficas, Actitudes y Dependencia en la Adaptación al Divorcio. *Ansiedad y Estrés*, 14, 43-53.
- Yáñez-Yaben, S, Plazaola, M. y Etxeberria, J. (2008). Adaptation to divorce: An attachment-based intervention with long-term divorced parents. *Journal of Divorce y Remarriage*, 49, 291-307.

Artículo recibido: 16/03/2009

Revisión recibida: 19/08/2009

Aceptado: 17/09/2009