

## APÉNDICE A

Escala de Estilos de Apego (Hazan y Shaver 1990; adaptado por Tacon, A. Y  
Caldera, I. 2001)

### INSTRUCCIONES

Por favor lea cada oración y seleccione la opción de la izquierda que mejor describa el cómo usted caracteriza sus sentimientos.

1. No característico
2. Poco característico
3. Neutral
4. Algo característico
5. Muy característico

- |   |           |
|---|-----------|
| 1. Es difícil para mí depender de otras personas.                           | 1 2 3 4 5 |
| 2. La gente nunca está ahí cuando la necesitas.                             | 1 2 3 4 5 |
| 3. Me siento bien al depender de otros.                                     | 1 2 3 4 5 |
| 4. Sé que otras personas estarán ahí cuando las necesite.                   | 1 2 3 4 5 |
| 5. Me es difícil confiar completamente en otras personas.                   | 1 2 3 4 5 |
| 6. No estoy muy seguro de siempre contar con los demás cuando los necesite. | 1 2 3 4 5 |
| 7. No me preocupa mucho ser abandonado.                                     | 1 2 3 4 5 |

8. A veces me parece que a otras personas no les agrada acercarse tanto como me gustaría acercarme a mí. 1 2 3 4 5
9. A menudo me preocupo por saber si mi pareja querrá permanecer conmigo. 1 2 3 4 5
10. Me gustaría involucrarme completamente con alguien. 1 2 3 4 5
11. Mi deseo de involucrarme completamente con la gente a veces la aleja de mí. 1 2 3 4 5
12. Me es relativamente fácil acercarme a otros. 1 2 3 4 5
13. Generalmente no me preocupa que alguien se me acerque demasiado. 1 2 3 4 5
14. De una u otra manera me incomoda estar cerca de los demás. 1 2 3 4 5
15. Me siento nervioso cuando cualquier persona se acerca demasiado. 1 2 3 4 5
16. Me siento cómodo al tener a otros dependiendo de mí. 1 2 3 4 5
17. Muy a menudo me preocupo de que mi pareja no me ame en realidad. 1 2 3 4 5
18. Con frecuencia, mis parejas me piden intimar más de lo que me hace sentir cómodo. 1 2 3 4 5