

¿Son las competencias emocionales mediadoras entre el apego y la satisfacción con la relación de pareja en la juventud? (pp. 427-445)

Estefanía Mónaco, Usue de la Barrera e Inmaculada Montoya-Castilla
Universidad de Valencia (España)

El objetivo de este trabajo es estudiar la relación entre el apego y la satisfacción con la relación de pareja, considerando el papel mediador de las competencias emocionales, y controlando la influencia del género, la edad y la duración de la relación. En el estudio participaron 265 jóvenes españoles (59,2% mujeres) de entre 18 y 36 años con pareja. Los resultados más relevantes indican que el estilo evitativo alejado presenta una menor satisfacción en la relación. Junto con el estilo temeroso son los que tienen las habilidades emocionales más pobres. La ansiedad y la evitación del apego se relacionan negativamente con la satisfacción en la relación, siendo mediadas por la regulación emocional. Se discute la importancia de desarrollar programas de educación emocional en los jóvenes como forma de mitigar el efecto de un estilo de apego inseguro.