

Cuestionario de Estilos de Apego (ASQ-SF)

El ASQ-SF es un instrumento autoaplicado que mide los estilos de apego adulto, en particular las dimensiones evitativa y ansiosa. Se basa en 5 subescalas para explorar con más detalle las dinámicas relacionales, como la necesidad de aprobación o la incomodidad con la intimidad. Su estructura dimensional y sus normas clínicas lo convierten en un instrumento útil para enriquecer la formulación del caso y orientar las intervenciones terapéuticas centradas en las relaciones interpersonales.

Número de preguntas	29 preguntas
Duración estimada	7 minutos
Idioma	Español
Nombre original	Attachment Style Questionnaire
Población destinataria	Adultos
Autores	Alexander, R., Feeney, J., Hohaus, L. y Noller, P. (2001)
Categoría	Dependencia emocional, Dificultades interpersonales

Vista previa de las 29 preguntas

¿En qué medida está de acuerdo con la siguiente afirmación?

Confío en que los demás estarán ahí cuando los necesite

Totalmente en desacuerdo | En desacuerdo | Algo en desacuerdo | Algo de acuerdo | De acuerdo | Totalmente de acuerdo

¿En qué medida está de acuerdo con la siguiente afirmación?

Prefiero contar conmigo mismo/a antes que con los demás

Totalmente en desacuerdo | En desacuerdo | Algo en desacuerdo | Algo de acuerdo | De acuerdo | Totalmente de acuerdo

¿En qué medida está de acuerdo con la siguiente afirmación?

Prefiero estar a solas

Totalmente en desacuerdo | En desacuerdo | Algo en desacuerdo | Algo de acuerdo | De acuerdo | Totalmente de acuerdo

¿En qué medida está de acuerdo con la siguiente afirmación?

Tener éxito es más importante que construir relaciones

Totalmente en desacuerdo | En desacuerdo | Algo en desacuerdo | Algo de acuerdo | De acuerdo | Totalmente de acuerdo

¿En qué medida está de acuerdo con la siguiente afirmación?

Dar lo mejor de uno mismo es más importante que llevarse bien con los demás

Totalmente en desacuerdo | En desacuerdo | Algo en desacuerdo | Algo de acuerdo | De acuerdo | Totalmente de acuerdo

Corrección e interpretación

El ASQ-SF mide los estilos de apego adulto a través de **2 dimensiones principales**: el **apego evitativo** y el **apego ansioso**, cada una derivada de varias subescalas específicas.

El cuestionario consta de **29 ítems**, repartidos en **5 subescalas**:

- **Incomodidad con la cercanía**
  Ítems: 2, 3, 11, 12, 15, 16, 18, 20, 27
- **Relaciones como algo secundario**
  Ítems: 4, 5, 6, 9
- **Preocupación por las relaciones**
  Ítems: 13, 17, 22, 23, 25
- **Necesidad de aprobación**
  Ítems: 7, 8, 10, 19, 21
- **Confianza en las interacciones interpersonales**
  Ítems: 1, 14, 24, 26, 28, 29

Suma las respuestas (escala tipo Likert de 1 a 6) de cada subescala para obtener las **puntuaciones directas**. Las respuestas a los ítems 15, 16 y 26 se puntúan de forma inversa.

Los **estilos de apego principales** se calculan a partir de las subescalas anteriores, con un ajuste basado en algunos ítems de la subescala de confianza para tener en cuenta el nivel de seguridad relacional.

La **puntuación de apego evitativo** (rango de -5 a 75) se calcula sumando las puntuaciones de las subescalas *Incomodidad con la cercanía* y *Relaciones como algo secundario*, y restando después las puntuaciones de los ítems 1, 14 y 28 de la subescala *Confianza en las interacciones interpersonales*.

La **puntuación de apego ansioso** (rango de -18 a 57) se calcula sumando las puntuaciones de las subescalas *Preocupación por las relaciones* y *Necesidad de aprobación*, y restando después las puntuaciones de los ítems 24, 26 y 29 de esa misma subescala de confianza.

Estos ajustes corrigen las puntuaciones para reflejar el efecto protector de un apego más seguro.

- Las **puntuaciones altas** indican una expresión marcada del estilo de apego en cuestión (evitativo o ansioso).
- Las **puntuaciones bajas o negativas** sugieren un **apego más seguro** o una ausencia marcada de rasgos de apego inseguro.