

TRABAJO DE FIN DE GRADO

INFLEXIBILIDAD PSICOLÓGICA Y APEGO ENTRE MAESTROS/AS DE MAGISTERIO INFANTIL Y ESTUDIANTES DE ÚLTIMO CURSO DEL GRADO DE INFANTIL (3-6 AÑOS)

*PSYCHOLOGICAL INFLEXIBILITY AND ATTACHMENT BETWEEN EARLY
CHILDHOOD TEACHERS AND FINAL YEAR UNDERGRADUATE STUDENTS
OF EARLY CHILDHOOD EDUCATION*

Autora: NURIA PERRUCA VINUÉ (738949)

Tutor responsable: MANUEL ALCARAZ IBORRA

Grado en Magisterio en Educación Infantil

Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación
(Campus de Huesca)

Universidad de Zaragoza

2021/2022



Facultad de
Ciencias Humanas y de
la Educación - Huesca
Universidad Zaragoza



ÍNDICE

RESUMEN	2
Palabras clave	2
ABSTRACT	3
Key words	3
1. MARCO TEÓRICO	4
1.1. INTRODUCCIÓN	4
1.1.1. Teoría del Aprendizaje Social: A. Bandura	6
1.1.2. Teoría del Apego: J. Bowlby	9
1.1.3. Inflexibilidad Psicológica (IP)	13
1.1.4. Maestros/as vs Estudiantes	14
1.2. OBJETIVOS	15
1.3. HIPÓTESIS	16
2. METODOLOGÍA	16
2.1. PARTICIPANTES	16
2.2. INSTRUMENTOS	18
2.3. CONSIDERACIONES ÉTICAS	19
2.4. PROCEDIMIENTO	19
2.5. ANÁLISIS DE DATOS	20
2.6. RESULTADOS	21
3. DISCUSIÓN	23
4. FORTALEZAS Y DEBILIDADES	26
5. CONCLUSIÓN FINAL	28
6. REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA	29
7. ANEXOS	33

RESUMEN

Vincular la Teoría del Modelaje de Albert Bandura y la Teoría del Apego de John Bowlby al estudio de la Flexibilidad Psicológica (FP), puede resultar de especial interés, tanto a nivel emocional como de apego, para conocer si la forma de afrontar las emociones de los maestros/as y futuros maestros/as puede afectar y enseñar al alumnado de infantil cómo establecerán ellos sus relaciones de apego y cómo gestionarán sus emociones.

Por ello, se lleva a cabo un trabajo de investigación con el objetivo de realizar un estudio para comprobar el grado de relación entre la Inflexibilidad Psicológica (IP) y la experiencia docente (Maestros/as vs Estudiantes); además de la relación que existe entre la Inflexibilidad Psicológica (IP) y los problemas de apego de los participantes utilizando el *Cuestionario de Evitación y Fusión-Adolescentes* (versión española del AFQ-Y) y el *Inventario de Apego con Padres y Pares* (IPPA), como instrumentos de medición. Para ello, se plantean dos hipótesis entorno a la Inflexibilidad Psicológica (IP).

Los resultados demuestran que no existen diferencias significativas que verifiquen que las personas que tienen experiencia en la docencia, son más inflexibles que las personas inexpertas. Asimismo, tampoco las hay para afirmar que las personas que tienen poca Flexibilidad Psicológica (FP), independientemente de que sean o no diferentes en cuanto a experiencia, tienen problemas de apego.

Palabras clave: Flexibilidad Psicológica (FP); Inflexibilidad Psicológica (IP); Educación Infantil; apego; profesorado; estudiantes.

ABSTRACT

Linking Albert Bandura's Social Learning Theory (modelling) and John Bowlby's Attachment Theory to the study of Psychological Flexibility (PF) may be of special interest, both at an emotional level as well as at an attachment level, in order to find out whether the way teachers and future teachers deal with their emotions can affect infant pupils and teach them how they will establish their attachment relationships and how they will manage their emotions themselves.

For this reason, a research study was carried out with the aim of verifying the degree of relationship between Psychological Inflexibility (PI) and experience in teaching (teachers vs. students) as well as the relationship between Psychological Inflexibility (PI) and attachment problems of the participants using the Spanish version of the *Avoidance and Fusion Questionnaire for Youth (AFQ-Y)* (*Cuestionario de Evitación y Fusión-Adolescentes*) and *The Inventory of Parent and Peer Attachment (IPPA)* as measurement instruments. For this purpose, two hypotheses are put forward regarding Psychological Inflexibility (PI).

The results show that there are no significant differences that verify that people with teaching experience are more inflexible than inexperienced people. Likewise, there are no significant differences to affirm that people who have little Psychological Flexibility (PF), regardless of whether or not they are different in terms of experience, have attachment problems.

Key words: Psychological Flexibility (PF); Psychological Inflexibility (PI); Early childhood education; attachment; teachers; students.

1. MARCO TEÓRICO

1.1. INTRODUCCIÓN

Recientemente, gracias a los avances surgidos en torno a la psicología clínica y en el ámbito de la salud mental en general, uno de los focos de atención más importantes de la sociedad actual se ha centrado en el campo de la Educación, concretamente, en el proceso de la educación y su relación con nuevas metodologías y enfoques como, por ejemplo, la inteligencia emocional. Se habla de la gran importancia de la formación profesional de los trabajadores y trabajadoras del ámbito educativo, especialmente de los maestros y maestras, para estar completamente actualizados en cuanto a las nuevas metodologías didácticas, al fluido uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (también conocidas con las siglas TIC) y a la capacidad de detección y resolución de conflictos y dificultades de aprendizaje que puedan surgir en el alumnado durante todo el ciclo vital (desde el periodo infantil hasta la enseñanza universitaria); con o sin necesidades especiales. Sin embargo, muy recientemente ha comenzado a hablarse de la importancia del concepto que engloba la educación e inteligencia emocional en los centros educativos y del indispensable e imprescindible papel de los maestros y maestras en esta novedosa práctica para el óptimo, correcto y completo desarrollo de los niños y niñas desde edades muy tempranas.

Uno de los grandes descubrimientos de esta última década ha sido la relevancia y el impacto que suponen las primeras vivencias y experiencias en los primeros años de vida de los niños y niñas; las cuales influyen tanto en el desarrollo de la personalidad, el autoconcepto y la autoestima como en el desarrollo de las destrezas en cuanto a la “gestión” de uno mismo y sus emociones; afirmación que apoyan, entre otros, autores como Roa (2013), siendo determinantes para el correcto y completo desarrollo de la persona.

Según Roa (2013), en su estudio acerca de la relevancia de la educación emocional, el autoconcepto y la autoestima en la infancia (3-6 años), el desarrollo de estas capacidades de manera positiva, es de gran importancia para la vida personal, profesional y social.

El autoconcepto favorece claramente el sentido de la propia identidad, constituye un marco de referencia desde el que interpretar la realidad externa y las propias

experiencias, influye en el rendimiento, condiciona las expectativas y la motivación y contribuye a la salud y al equilibrio psíquico. (Roa, A., 2013, p. 241)

Como consecuencia, es de vital importancia tener en cuenta que el profesorado ha de conocer, aceptar y ser capaz de regular, en mayor o menor medida, sus propias emociones y sentimientos antes de poder ayudar a su alumnado con dicho proceso de regulación emocional y “gestión” de uno mismo. La formación docente debería dotar a los maestros y maestras de estrategias y destrezas comunicativas y emocionales para llevar a cabo este proceso. De este modo, el profesorado estaría cualificado y preparado para identificar sus emociones y las ajenas y ayudar así al alumnado en su regulación e inteligencia emocional. (Trujillo et al., 2020).

El docente ha de ser competente, formando a su alumnado en competencias socio-emocionales al mismo tiempo que se forma a sí mismo. Según lo expuesto por Vaello (2012) en su libro sobre el profesorado socio-emocionalmente competente, estas competencias son un instrumento de poder que facilitan la consecución de logros y facilitan a las personas con la adaptación en diferentes contextos. (Ranea, 2012)

La educación emocional permite enseñar o facilitar herramientas a los niños y niñas con el objetivo de que aprendan a reconocer, identificar y conocer tanto sus propias emociones y sentimientos como las de las personas que les rodean; considerando dicha educación emocional como una de las más importantes novedades a nivel educativo y social. (Marrero, 2019).

Sin embargo, el pedagogo y psicólogo Rafael Bisquerra (2012), defendía que la conciencia e inteligencia emocional es imprescindible para poder pasar al proceso de regulación emocional, es decir, es necesario disponer de habilidades para tomar conciencia, tanto de las propias emociones como de las de los demás, y tener capacidad para regularlas.

La evidencia empírica ha puesto de manifiesto los efectos positivos de la inteligencia emocional en muchos aspectos de la vida como, por ejemplo, la disminución de ansiedad, estrés, etc. [...] junto con un aumento de la tolerancia a la frustración, resiliencia y, en último término, del bienestar emocional. (Bisquerra, 2012)

De este modo, tanto la educación e inteligencia emocional como el autoconcepto y la autoestima mencionados, son considerados actualmente como una de las bases fundamentales para la vida personal, social y profesional y, por ese motivo, el profesorado ha de tener una buena regulación y educación emocional.

Es por esta razón por la que resulta indispensable realizar investigaciones sobre cómo las maestras y maestros y los futuros maestros y maestras (especialmente aquellos que cursan el último curso del Grado de Magisterio en Educación Infantil) regulan sus emociones y establecen relaciones de apego en su vida personal, social y profesional, con el fin de saber si, como afirma la Teoría del Aprendizaje Social de Albert Bandura (y como se verá más adelante), su comportamiento emocional (es decir, cómo afrontar sus propias emociones) podría influir o afectar la educación del alumnado.

En este marco de necesidad de favorecer una educación emocional a los futuros y futuras maestras y a los profesionales que ya ejercen, resultan de especial relevancia las siguientes teorías y la relación que pueden tener entre ellas.

1.1.1. Teoría del Aprendizaje Social de Albert Bandura

En el plano relacionado con el desarrollo íntegro de una persona en edades tempranas, destaca la década de los años 60, del siglo XX, en la que el pensamiento estaba guiado principalmente por un enfoque conductual como explicación más extendida del aprendizaje. Con Burrhus Frederic Skinner (1904-1990) como precursor de la corriente conocida como conductismo, se decía que, tanto el condicionamiento clásico (CC) como el condicionamiento operante (CO), demostraban que las conductas eran aprendidas a través de la relación entre estímulos y respuestas; y a través de la respuesta por parte de los educadores y educadoras de forma contingente, es decir, refuerzo o castigo. El psicólogo planteó la teoría del conductismo con el objetivo de explicar la plasticidad de la conducta y como los docentes podrían moldearla para favorecer una educación más enriquecedora y desarrollar mayores habilidades y capacidades en su alumnado.

A pesar de considerarse a B.F. Skinner como figura principal de la corriente conocida como conductismo, dicha teoría fue fundada por el psicólogo estadounidense John B. Watson, la cual permitió estudiar, explicar y describir cómo actúan los seres humanos y cómo se organiza su conducta desde el marco teórico del mencionado conductismo.

Sin embargo, el psicólogo canadiense-estadounidense Albert Bandura (1925-2021), manifestó su descontento hacia la corriente expuesta por B.F. Skinner por su exclusivo enfoque hacia los estímulos externos y planteó la Teoría del Aprendizaje Social, la cual complementa la teoría *skinneriana* y considera que, además de los factores externos, los factores psicológicos, sociales y personales y la conducta de los individuos, influyen conjuntamente en el proceso de aprendizaje.

Bandura destaca que hay una combinación de factores sociales y psicológicos que influyen en la conducta. Considera que los factores externos son tan importantes como los internos y que los acontecimientos ambientales, los factores personales y las conductas interactúan con el proceso de aprendizaje (Stansberry, Hoy, & Woolfolk, 2010, citado por Cherem et al., 2018).

Esta teoría, también conocida como teoría del aprendizaje vicario o modelaje de Albert Bandura, consiste en un tipo de aprendizaje basado en la imitación de la conducta cotidiana a través de un modelo. El psicólogo menciona que el modelamiento puede darse a través de experiencia directa o a través de un aprendizaje por medio de modelos, en el que afirma que los seres humanos aprenden a través de observación, es decir, los niños y niñas aprenden de las personas adultas, no solo por un aprendizaje directo, sino también a través de observación de conducta y comportamientos inconscientes de los adultos.

Por este motivo, la teoría del modelaje de Albert Bandura podría ser un argumento sólido a la hora de hablar de la importancia e influencia de la conducta de las personas adultas en los niños y niñas desde edades tempranas. Concretamente, enfocado en el ámbito educativo, según la teoría que presenta este autor, cuando un maestro o maestra se relaciona con su alumnado (en este caso, en la etapa de educación infantil), no solo está enseñando lo que ha planificado previa, consciente y premeditadamente para cada ocasión o situación, sino que es también su reacción ante las propias emociones, sentimientos, etc. lo que les transmite a sus alumnos y alumnas y, como consecuencia de una posible influencia negativa, puede acarrear ciertas dificultades en las relaciones de apego de éstos. Esto, podría darse, en algunas situaciones como, por ejemplo (ver Tabla 1):

CONTEXTO / INFLUENCIA
<ul style="list-style-type: none">• Si un maestro o maestra ha recibido una mala noticia al despertarse por la mañana, por mucho que intente dejar al margen sus emociones o sentimientos, cuando esté en el centro escolar, su interacción con sus alumnos y alumnas se verá influenciada por su estado de ánimo; incluso con sus compañeros y compañeras de trabajo durante su jornada laboral.• Si un maestro o maestra tiene un imprevisto y, cuando acude a clase, está de mal humor, irascible, triste, etc. e interactúa con las personas de su entorno laboral, incluso con sus alumnos y alumnas, de forma airada, malhumorada o brusca, los niños y niñas pueden verse influenciados y aprender de ello.• Si un maestro o maestra se enfrenta a una situación difícil con un alumno o alumna puntualmente, su estado de ánimo se verá afectado; lo cual podrá influir en las interacciones con su alumnado o sus compañeros y compañeras de trabajo a posteriori.• Si un maestro o maestra, que utiliza vehículo propio para acudir al trabajo por las mañanas, sufre un atasco y llega tarde, su estado de ánimo y su forma de afrontar el imprevisto se verán influenciados, tanto a la hora de relacionarse con sus compañeros y compañeras de trabajo como con su alumnado.• Si un maestro o maestra tenía prevista cierta actividad para llevar a cabo en el aula a primera hora de la jornada escolar y, al llegar al centro, se da cuenta de que se ha dejado los materiales para llevarla a cabo, inevitablemente esta situación va a provocar, no solo que el maestro o maestra tenga que reestructurar esa hora de clase, si no que todo ello traer consigo ciertos sentimientos y emociones (frustración, hastío, rabia, mal humor, fastidio, etc.) con los que, indirectamente, estará influenciando a su alumnado; e incluso a sus compañeros y compañeras de trabajo.

Tabla 1. Contexto e influencia de los maestros y maestras en su alumnado, elaboración propia.

Teniendo en cuenta que todo lo mencionado anteriormente se aprende según la teoría del modelaje de Albert Bandura, se considera fundamental valorar el estado de los maestros y maestras en su regulación e inteligencia emocional y sus relaciones de apego con las demás personas, con la finalidad u objetivo de conocer qué está aprendiendo su alumnado indirectamente y si este aprendizaje es más o menos positivo para el correcto desarrollo

de los niños y de las niñas en el periodo del desarrollo temprano entre los 3 y los 6 años de edad y, especialmente, a largo plazo.

1.1.2. EL APEGO: Teoría de John Bowlby

Otra de las teorías que, junto a la anteriormente mencionada de Albert Bandura, supone un marco teórico relevante en el aprendizaje de la regulación emocional y de la interacción con los iguales a nivel emocional, es la Teoría del Apego de John Bowlby.

El apego consiste en una vinculación afectiva intensa, duradera, de carácter singular, que se desarrolla y consolida entre dos personas, por medio de su interacción recíproca, y cuyo objetivo más inmediato es la búsqueda y mantenimiento de proximidad con la figura de apego, con la finalidad de obtener los cuidados y protección necesarios para lograr una sensación de seguridad y bienestar, tanto física como psicológica (Lafuente, 1989, citado por Soler et al., 2016, p.489).

En líneas generales, la teoría de John Bowlby tiene sus raíces en el psicoanálisis y permite entender las necesidades relacionales o de relación de los individuos durante su proceso de desarrollo y explica cómo las carencias por la ausencia de dichas necesidades favorecen la aparición de ciertas dificultades y problemas de apego, que pueden llegar a acarrear grandes o mayores consecuencias negativas en el desarrollo de la persona y de su personalidad.

El apego es considerado un lazo afectivo que se establece entre el niño o niña y su figura principal (tradicionalmente considerada la figura materna), que los une de manera prolongada en el tiempo y que proporciona una sensación de seguridad en ambas personas; especialmente en el niño o niña. Asimismo, es necesario conocer que el apego es la base de todas las relaciones afectivas de la vida y que, además de dicha figura principal, pueden forjarse vínculos de apego con otras personas a lo largo de la vida (por ejemplo, con maestros o maestras).

La teoría del apego en un enfoque actual nos permite afirmar que un apego seguro con un cuidador estable y continuo, puede asegurar un adecuado desarrollo cognitivo y mental del niño que llegará a ser adulto, aun tomando en cuenta riesgos genéticos. (Moneta, 2014)

Cuando un niño o niña tiene buenas experiencias con algún profesor o profesora a lo largo de su trayectoria escolar, crecerá recordándolo/a como una figura importante, de confianza; mantendrá un buen recuerdo de esa persona. En este hecho, destaca que, todos los maestros y maestras que son recordados de manera positiva, tienen ciertas características comunes, como son la confianza, la motivación, el respeto, la seguridad, la amabilidad, el refuerzo positivo, etc. hacia/con sus alumnos y alumnas. Por el contrario, también puede suceder de manera negativa, es decir, tener un recuerdo menos agradable de alguno de sus maestros o maestras por el hecho de carecer de dichos comportamientos al relacionarse con su alumnado.

Según el psiquiatra y psicoanalista John Bowlby, su conocida teoría sobre el apego sirve para conceptualizar la tendencia de los seres humanos a formar vínculos afectivos con el resto de personas y para comprender y explicar las diferentes formas de expresar sentimientos de angustia, miedo, ira, histeria, estrés, ansiedad, enfado, rabia, etc. cuando las personas, en su etapa infantil, son abandonadas o sufren la pérdida o separación de una persona querida y/o cercana, de manera puntual o permanente. (Bowlby, 1992)

Siguiendo el paradigma teórico de la Teoría del Apego de John Bowlby, la psicoanalista estadounidense Mary Ainsworth (1913-1999), la cual colaboró en el desarrollo de dicha teoría con el objetivo de comprender el desarrollo social temprano; diseñó, estudió e ideó una situación experimental con infantes, conocida como La Situación del Extraño (Ainsworth y Bell, 1970, citado por Delgado, 2004) que permitía estudiar y conocer el equilibrio entre las conductas de apego y las conductas de exploración bajo altas condiciones y niveles de estrés. Sin pormenorizar, esta situación consistía en una prueba de ocho episodios de veinte minutos en la que, la madre (o el cuidador/a principal) y el niño o niña permanecían en una sala de juegos a la que se incorporaba una persona desconocida. Mientras dicha persona jugaba con el niño o niña, la madre abandonaba la sala; dejando a su hijo o hija solo con la persona desconocida. Determinado tiempo después, la madre regresaba a la sala y volvía a salir junto con el desconocido o desconocida, dejando al niño o niña completamente solo en la sala. Finalmente, tanto la persona desconocida como la madre, regresaban. Durante todo el proceso, se observaba la conducta del niño o niña a través de cámaras de vigilancia o espejos bidireccionales.

Con esta situación, Ainsworth pretendía evaluar la calidad del vínculo entre una madre o un cuidador/a y su hijo o hija, basándose en que las figuras de apego

actúan como sustento de la conducta exploratoria y, por tanto, las separaciones son seguidas de efectos psicológicos y fisiológicos en el niño o la niña. (Dávila, 2015)

Durante su tiempo de estudio en este campo, la psicoanalista Mary Ainsworth comprobó que los niños y niñas exploraban y jugaban más cuando la figura materna o el cuidador/a estaba presente, dejando claro que la madre es la base segura de exploración para el niño o niña y que, la percepción de cualquier amenaza, activaba las conductas de apego y, por ende, hacía desaparecer las conductas de exploración. (Delgado, 2004)

A raíz de este estudio, apoyándose en la teoría de John Bowlby, Mary Ainsworth describió tres patrones conductuales de los niños y niñas en base a su situación experimental, la Situación del Extraño, concretamente con la figura materna (a pesar de que puede darse con ambos progenitores y/o cuidadores) (Delgado, 2004, pp. 5-7) (Dávila, 2015, p. 3), expuestos a continuación en la siguiente tabla:

LOS TIPOS DE APEGO	
Mary Ainsworth	
APEGO SEGURO	El apego seguro se caracteriza por un patrón saludable de confianza, seguridad y sentimiento de protección; debido a que la atención de la figura materna es diaria y constante. Los niños y niñas con este tipo de apego son capaces de utilizar a sus cuidadores/as como una base segura cuando están angustiados, debido a que son conscientes de que éstos estarán disponibles para atender sus necesidades cuando sea necesario.
APEGO INSEGURO – EVITATIVO	El apego inseguro-evitativo se interpreta como si el niño o niña no tuviese confianza y seguridad en la disponibilidad de la figura materna o del cuidador/a principal, mostrando indicios de ansiedad por separación y desinterés en el posterior reencuentro; llegando inclusive a rechazar el contacto o acercamiento con la madre. Asimismo, Ainsworth planteó la presencia de ciertas dificultades emocionales por parte de estos niños y niñas durante su estudio, considerando que estos tenían asumido que no contaban con el apoyo de la figura materna en situaciones de necesidad.

APEGO INSEGURO - AMBIVALENTE	<p>El apego inseguro-ambivalente se caracteriza por la preocupación de los niños y niñas por la desaparición de la madre y la ambivalencia con el regreso de esta, es decir, el infante no se tranquiliza al reunirse con la madre o cuidador/a e incluso exagera el afecto con el objetivo de asegurar la atención (Fonagy, 2004, citado por Dávila, 2015, p. 3). En estos casos, se considera que la figura materna o cuidador está disponible, tanto física como emocionalmente, solo en determinadas ocasiones, lo que provoca ansiedad por separación y temor ante la exploración.</p>
---	---

Tabla 2. Tres tipos de apego según Mary Ainsworth, elaboración propia.

A día de hoy, los tres tipos de apego descritos por la psicoanalista estadounidense Mary Ainsworth son considerados y tenidos en cuenta en gran cantidad de investigaciones sobre apego. Sin embargo, recientemente ha surgido la existencia de un cuarto tipo denominado apego inseguro desorganizado o desorientado, que contempla a los niños y niñas que muestran el mayor índice de inseguridad. Cuando se reúnen con su madre tras la separación, estos niños muestran una variedad de conductas confusas y contradictorias (ofuscación, llanto, movimientos estereotipados, frustración, enfado, etc.).

Los estilos de apego son relativamente estables, y según John Bowlby, la continuidad del estilo de apego se debe principalmente a la persistencia de los modelos mentales del sí mismo y otros componentes específicos de la personalidad. (Dávila, 2015)

En la actualidad, la Teoría del Apego planteada por el psicólogo John Bowlby, ha inspirado a expertos y expertas a estudiar el apego en personas adultas y a crear diversos instrumentos y herramientas que sirvan para medirlo: analizar el apego de los docentes o futuros docentes podría, según este autor, transmitir todo eso a las relaciones futuras de sus alumnos y alumnas. Uno de los instrumentos más recientes utilizados para medir el apego en personas adultas es el Inventario de Apego con Padres y Pares (del inglés *Inventory of Parent and Peer Attachment: IPPA*) (Armsden & Greenberg, 1987), el cual sirve para medir la percepción de la calidad de las relaciones con los padres (cada uno de ellos por separado, de manera individual) y la calidad de las relaciones con sus amigos y amigas o sus personas cercanas.

Por ello, en este estudio, dicho cuestionario se utiliza para conocer, tanto a nivel emocional como a nivel de apego, cuáles son los niveles de apego en Maestros y Maestras y Estudiantes de último curso del Grado de Magisterio en Educación Infantil (Universidad de Zaragoza), debido a la gran importancia e influencia de su regulación emocional y relaciones de apego en su práctica docente.

1.1.3. INFLEXIBILIDAD PSICOLÓGICA (IP)

Siguiendo con la conceptualización de John Bowlby sobre la influencia inconsciente que ejercen los cuidadores y cuidadoras en el alumnado con su comportamiento y en relación a la regulación e inteligencia emocional, se incorpora a este estudio el concepto de Inflexibilidad Psicológica (IP), teniendo en cuenta el alto grado de influencia que tienen los maestros y las maestras en su alumnado. El término mencionado de Inflexibilidad Psicológica (IP) hace referencia a la incapacidad o falta de voluntad de las personas adultas para entrar en contacto con sentimientos o emociones indeseables (miedo, angustia, ansiedad, rabia, estrés, depresión, ira, etc.), que hacen que la persona afectada evite enfrentar esos sentimientos o emociones y busque cualquier vía para eliminarlos o dejarlos de lado. Tal y como se cita en el artículo de Cherry et al. (2021):

La Inflexibilidad Psicológica (IP) podría definirse como la incapacidad de elegir un comportamiento acorde con los valores y objetivos identificados, debido a las dificultades para conectar plenamente con el presente, siguiendo las reglas e intentando controlar o evitar experiencias difíciles (Hayes et al., 2006, citado por Duarte & Pinto-Gouveia, 2017, p. 97).

Desde la psicología clínica, la autora plantea una propuesta teórica moderna que considera el término Flexibilidad Psicológica (FP), es decir, el antónimo de la Inflexibilidad Psicológica (IP), como un constructo popular en dicho contexto, ofreciendo una visión narrativa del alcance de los distintos conceptos y perspectivas de la flexibilidad y la rigidez (Cherry et al., 2021). Debido a la variedad de terminología hacia este constructo, y la amenaza que ello supone, la autora pretende promover un consenso en la definición de la Flexibilidad Psicológica (FP) y acabar con el actual “constructo escurridizo”; garantizando una definición global y consensuada y aclarando las incógnitas acerca de los instrumentos de medida de la Flexibilidad Psicológica (FP).

De igual modo, teniendo en cuenta que la Inflexibilidad Psicológica (IP) es un constructo ampliamente estudiado en relación a la regulación e inteligencia emocional, en la actualidad, no existe ningún estudio que lo relacione con la Teoría del Apego de John Bowlby y que se sustente en las ideas del psicólogo canadiense-estadounidense Albert Bandura. Por este motivo, este estudio resulta de especial importancia, relevancia e interés, tanto para la población estudiantil del Grado de Magisterio en Educación Infantil como para los maestros y maestras del mismo: Vincular la Teoría de Modelaje de Albert Bandura y la Teoría del Apego de John Bowlby al estudio de la Flexibilidad Psicológica (FP) en este estudio servirá para conocer y saber, a nivel emocional y de apego, cuáles son los niveles de apego de los Maestros/as y Estudiantes de último curso del Grado de Magisterio en Educación Infantil y cómo regulan éstos sus emociones.

De esta forma, relacionando con la Flexibilidad Psicológica (FP) con la Teoría del Apego de John Bowlby, si, según Albert Bandura, nuestro comportamiento se aprende a través de la imitación, la importancia de las emociones y, concretamente, la importancia del apego, en las relaciones entre personas adultas, puede condicionar el proceso de Enseñanza-Aprendizaje y el vínculo de apego que se crea con los niños y niñas en su etapa infantil.

Si se traslada dicha idea al campo de la Educación, se destaca la relación, mencionada anteriormente, entre la Flexibilidad Psicológica (FP) y las teorías expuestas de Albert Bandura: además de lo planificado previa y conscientemente por el maestro o maestra para llevar a cabo el proceso de Enseñanza-Aprendizaje, las emociones y los sentimientos de la persona adulta son transmitidas a sus alumnos y alumnas; convirtiéndose en un modelo para ellos y ellas e influyendo en la visión de los más pequeños/as hacia la gestión y manifestación de sus emociones y sus sentimientos.

1.1.4. MAESTROS VS ESTUDIANTES

Resulta de especial interés, tanto por edad como por experiencia, conocer si los Estudiantes de último curso del Grado de Magisterio en Educación Infantil y los Maestros y Maestras difieren en sus niveles o resultados de apego y los niveles de Inflexibilidad Psicológica (IP).

Los Estudiantes de último curso del Grado de Magisterio en Educación Infantil encuestados tienen prácticamente todos los conocimientos teóricos necesarios para una buena y óptima práctica docente, los cuales ya poseen los Maestros/as que ejercen actualmente. Sin embargo, los Estudiantes mencionados no tienen la misma experiencia y trayectoria profesional con los niños y niñas en una práctica directa y, por tanto, podrían existir diferencias entre ambos grupos expuestos a estudio.

Por otro lado, debido a la escasa participación masculina, no se considera relevante analizar la diferencia de sexo, ya que el grupo ha resultado ser muy desigual, es decir, el sexo no ha sido una variable objetivo de este estudio debido a que la mayoría de participantes fueron mujeres; siendo estos 36 mujeres y 4 hombres.

La comparación entre estos dos grupos no es la primera vez que se lleva a cabo. Existen estudios anteriores en diferentes ámbitos, como puede ser el artículo de Larragueta (2020) en el que compara los hábitos de lectura y literatura infantil en estudiantes de Magisterio Infantil y en maestros y maestras; un artículo publicado en una revista de educación, realizado por Laorden y González-Garzón (2012), acerca del punto de vista de docentes y estudiantes sobre la formación inicial de los maestros y maestras en las nuevas titulaciones de Educación Infantil y Primaria; o un trabajo de Fernández et al. (2016) sobre las actitudes de los estudiantes y docentes de los Grados de Magisterio en Educación Infantil y Primaria hacia las matemáticas. Esto demuestra la importancia inicial de comparar estos dos grupos para valorar cuestiones diversas relacionadas con el ejercicio y la profesión del Maestro y la Maestra en Educación Infantil.

1.2.OBJETIVOS

En relación a lo expuesto en el apartado de la introducción, este trabajo de investigación plantea dos objetivos que responden a dos hipótesis diferentes. Los objetivos planteados de este TFG, expuestos en tabla, son los siguientes:

Objetivo 1 (Obj.1): Comprobar el grado de relación entre la Inflexibilidad Psicológica (IP) y la experiencia como docente.

Objetivo 2 (Obj.2): Evaluar si existe relación entre el grado de Inflexibilidad Psicológica (IP) y los problemas de apego de los sujetos expuestos a estudio.

Tabla 3. Objetivos de este trabajo de investigación, elaboración propia.

1.3.HIPÓTESIS

A raíz de los dos objetivos planteados previamente, se exponen las dos hipótesis a analizar de este trabajo de investigación, con la intención de conocer si se cumplen o no:

- La primera hipótesis (H1), en relación con el objetivo 1 ([Obj.1](#)), el cual pretende comprobar el grado de relación entre la Inflexibilidad Psicológica (IP) y la experiencia docente, plantea que las personas que tienen experiencia en la docencia, son más inflexibles que las personas inexpertas.
- La segunda hipótesis (H2), en relación con el objetivo 2 ([Obj.2](#)), el cual estudia si existe relación entre el grado de Inflexibilidad Psicológica (IP) y los problemas de apego, plantea que las personas que tienen poca Flexibilidad Psicológica (FP), independientemente de que sean o no diferentes en cuanto a experiencia, tienen problemas de apego.

En definitiva, si los maestros y maestras expuestos a estudio muestran diferencia en alguna de las dos hipótesis planteadas, significa que, inintencionadamente, en base a la teoría del modelaje de Albert Bandura, estarían enseñando a sus alumnos y alumnas a ser personas rígidas o a tener dificultades en las relaciones de apego.

2. METODOLOGÍA

2.1.PARTICIPANTES

Este trabajo de investigación cuenta con un total de 40 participantes voluntarios; de los cuales, 4 son hombres y 36 son mujeres. Todos ellos/as están comprendidos en la franja de edad de 21 a 59 años, siendo la media de edad de los encuestados los 34 años.

Para llevarlo a cabo, se requería la participación tanto de Maestros/as de Magisterio Infantil que estuviesen ejerciendo actualmente en centros escolares aragoneses, como de Estudiantes de último curso del Grado de Magisterio en Educación Infantil, concretamente de la Universidad de Zaragoza, es decir, ambos grupos situados específicamente en la Comunidad Autónoma de Aragón. Se ha contado con la participación de un total de 52'2% (21 sujetos encuestados) de Maestros/as, que ejercen como tal, y un total de 47'5% (19 sujetos encuestados) de Estudiantes de último curso del Grado de Magisterio en Educación Infantil.

Como se menciona, todos los Estudiantes encuestados están en último curso del Grado de Magisterio en Educación Infantil en la Universidad de Zaragoza, específicamente en la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación en Huesca (FCHE). Por otro lado, los Maestros y las Maestras encuestados proceden de diferentes centros educativos de la Comunidad Autónoma de Aragón, mayoritariamente de la Provincia de Huesca, como son el CEIP Alcoraz (Huesca), el CEIP San Vicente (Huesca), el CEIP Pedro J. Rubio (Huesca), el CEIP Pirineos Pyrénéés (Huesca), el CEIP Juan XXIII (Huesca), el Colegio Concertado San Viator (Huesca), el Colegio Concertado Salesianos (Huesca), el Colegio Rural Agrupado La Sabina (Frula, Huesca), el CEIP José María Mir (Zaragoza) o el CEIP Las Fuentes (Zaragoza), entre otros.

En definitiva, se considera interesante dicha comparativa entre ambos grupos, entre otras cosas, porque los Estudiantes de último curso del Grado de Magisterio en Educación Infantil tienen prácticamente todos los conocimientos teóricos necesarios que ya poseen los Maestros/as que ejercen actualmente; sin embargo, no tienen la misma experiencia ni la misma trayectoria profesional con los niños y niñas en una práctica directa, la cual sí tienen los Maestros/as que ejercen a día de hoy.

Por otro lado, tal y como se menciona previamente, teniendo en cuenta que la participación por parte del género masculino ha sido muy escasa, no se considera relevante analizar la diferencia de sexo, ya que el grupo ha resultado ser muy desigual y, por tanto, el sexo no ha sido una variable objetivo de este estudio.

2.2. INSTRUMENTOS

En el desarrollo de este estudio, principalmente se han empleado dos cuestionarios con el objetivo de realizar un análisis comparativo sobre el grado de influencia de la Flexibilidad Psicológica (FP) en Maestros/as y Estudiantes de último curso y/o futuros maestros y maestras de Magisterio Infantil en su práctica docente.

El *Cuestionario de Evitación y Fusión-Adolescentes* (la versión española del AFQ-Y, es decir, *Avoidance and Fusion Questionnaire for Youth*) de Valdivia-Salas et al. (2016) (Anexo I), sirve para evaluar y medir la Inflexibilidad Psicológica (IP) como constructo único a través de 17 ítems con respuestas numéricas (0-5), siendo nada cierta (0), un poco cierta (1), casi cierta (2), cierta (3) y muy cierta (4); respectivamente.

El Inventario de Apego con Padres y Pares (IPPA) (Armsden & Greenberg, 1987), es un cuestionario que mide la percepción de la calidad de las relaciones con los padres (cada uno de ellos de manera individual, por separado) y con los amigos y amigas o personas cercanas, a través de ítems o indicadores numéricos de casi nunca o nunca es cierto (1), no muy frecuentemente cierto (2), algunas veces es cierto (3), con frecuencia es cierto (4) y casi siempre o siempre es cierto (5); respectivamente. Las investigaciones utilizadas en estos Inventarios de Apego se clasifican en estudios del desarrollo psico-social, sobre el bienestar psicológico y/o estudios de análisis psicométrico. El cuestionario IPPA está compuesto por tres Inventarios de Apego: el de Madre (IPPA-Madre), el de Padre (IPPA-Padre) y el de Pares (IPPA-Pares). Sin embargo, para llevar a cabo este trabajo de investigación, como se menciona previamente, únicamente ha sido necesaria la utilización del Inventario de Apego con Pares (IPPA-Pares) (Anexo II).

Ambos cuestionarios utilizan el método de medición, utilizado por investigadores, conocido como Escala de Likert, que consiste en una escala de calificación que se utiliza para medir reacciones, actitudes y/o comportamientos de una persona, creada por Rensis Likert en 1932.

Asimismo, para llevar a cabo el análisis estadístico, se ha utilizado la herramienta de Excel (Anexo III), en la que se han expuesto los datos obtenidos y calculado las medias de Inflexibilidad Psicológica (IP), apego y la prueba t, tanto de los actuales Maestros/as como los Estudiantes de último curso del Grado de Magisterio en Educación Infantil, a

través del coeficiente de correlación de Pearson; además de calcular la desviación estándar (SD), es decir, la variación del conjunto de los datos recogidos.

Por último, se considera necesario mencionar las herramientas de *Google Scholar* (Google Académico) y de Dialnet como fuentes o vías para conseguir la información recopilada en este trabajo de investigación.

2.3. CONSIDERACIONES ÉTICAS

Con el fin de atender a los aspectos éticos del proyecto, el presente estudio se ha llevado a cabo en el marco del dictamen favorable por parte del Comité de Ética de la Investigación de la Comunidad Autónoma de Aragón (CEICA) aprobado en su reunión del día 24/03/2021, Acta No 06/2021, en la que mi director, Manuel Alcaraz, lleva a cabo parte de su investigación actual.

2.4. PROCEDIMIENTO

Para llevar a cabo este TFG, se realizó una búsqueda bibliográfica, a través de vías como *Google Scholar* (Google Académico) o Dialnet, para conocer más acerca del concepto de Inflexibilidad Psicológica (IP) y, como consecuencia, acerca de la Flexibilidad Psicológica (FP). Asimismo, se investigó acerca de la Teoría del Aprendizaje Social de Albert Bandura (1987) y su teoría sobre el modelaje y del concepto de Apego en la teoría de John Bowlby (1998) para, posteriormente, indagar acerca de los tipos de apego que pueden darse entre docentes y alumnado. Se buscaron numerosos artículos científicos, tesis, artículos de revistas, TFGs, etc. para recopilar información suficiente y, además de adquirir conocimientos sobre los temas de interés, poder realizar este trabajo de investigación a través de una búsqueda adecuada.

Con dicha información, se encontraron un par de cuestionarios que se adaptaban a las características deseadas para realizar este trabajo de investigación; concretamente, el *Cuestionario de Evitación y Fusión-Adolescentes* (versión española del AFQ-Y) y el *Inventario de Apego con Pares (IPPA-Pares)*. Ambos cuestionarios fueron transcritos por la autora del TFG en *Google Forms* con el objetivo de buscar voluntarios y voluntarias, debiendo ser Maestros/as y Estudiantes del Grado de Magisterio en Educación Infantil

matriculados en el último curso por la Universidad de Zaragoza, para participar en el presente estudio. Todos los participantes resultaron pertenecer a la Comunidad Autónoma de Aragón, mayoritariamente de las provincias de Huesca y Zaragoza. Todos los estudiantes encuestados están estudiando actualmente en la Facultad de Ciencias Humanas y de la Educación en Huesca (Universidad de Zaragoza).

Dichos cuestionarios fueron difundidos a través de un único enlace, compartido por diversas vías, siendo de 3 a 4 minutos el tiempo aproximado necesario para realizarlo de manera individual.

El experimento se llevó a cabo entre la semana del 7 de febrero del 2022 hasta la semana del 28 de febrero del 2022, obteniendo un total de 40 respuestas/participantes a dichos cuestionarios.

2.5. ANÁLISIS DE DATOS

Tras los datos recogidos a través de ambos cuestionarios (Anexo I y Anexo II), se pretende averiguar si existe una correlación entre las variables estudiadas de Estudiantes de último curso del Grado de Magisterio en Educación Infantil y Maestros/as en cuanto a Inflexibilidad Psicológica (IP) y al Apego, es decir, cuál es la relación entre ambas variables; especificado previamente en las hipótesis planteadas ([apartado 1.3](#)).

Asimismo, se utilizaría la prueba t, también conocida como t-student o test-t. Esta prueba consiste en una herramienta para evaluar la medida de uno o varios grupos mediante pruebas de hipótesis.

Se procura calcular el valor de p o diferencia significativa, es decir, la probabilidad de que la hipótesis nula (H_0) sea cierta; siendo H_0 , la hipótesis que el investigador o investigadora pretende rechazar. El valor de p ideal es $p \leq 0'05$. Por tanto, si el valor es superior a dicho valor, no se considera diferencia estadística. En definitiva, es claro el deseo de un valor de p significativo para poder rechazar la hipótesis nula (H_0).

En este estudio, se comparan ambos grupos (Estudiantes vs Maestros/as) con la prueba t con el objetivo de responder a las dos hipótesis planteadas ([apartado 1.3](#)) y comprobar si ambas medidas correlacionan o no.

Para calcular y averiguar la relación entre las variables, es decir, entre Apego e Inflexibilidad Psicológica (IP), se utiliza el instrumento de correlación de Pearson, que es una prueba o índice que mide la relación estadística entre dos variables continuas. Su coeficiente de correlación (r) oscila en un rango de valores de -1 a +1, siendo el valor 0 indicador de que no existe asociación entre las variables. De este modo:

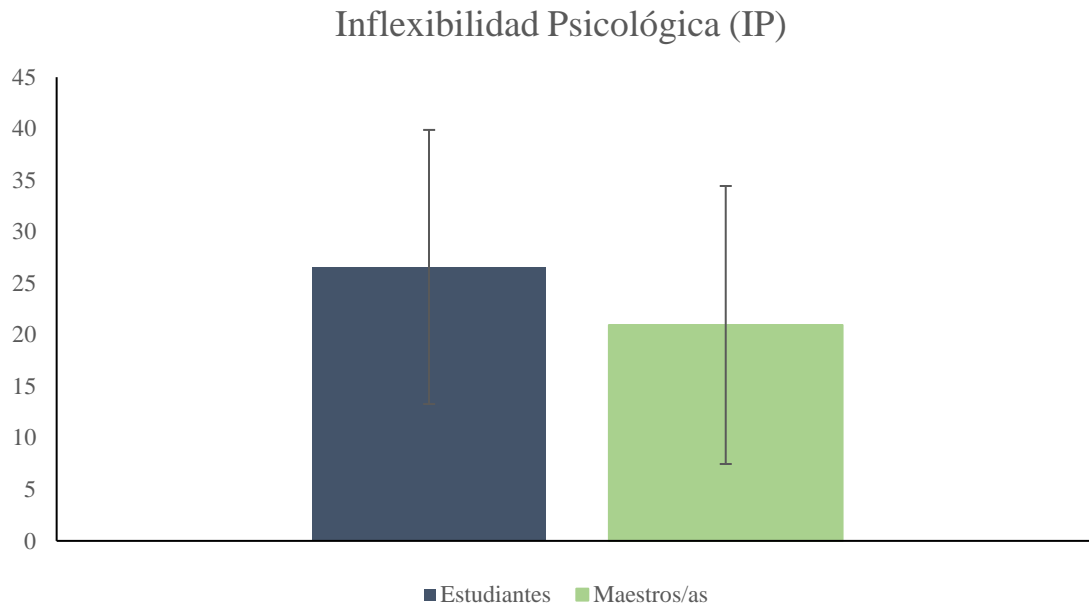
- Un valor por encima de 0, indica una correlación positiva, es decir, los valores de las dos variables aumentan simultáneamente. Cuanto más cerca está de +1, mayor es la correlación o asociación de variables. Se dice que la correlación es perfecta positiva cuando, en la medida que una de las variables aumenta, la otra también lo hace exactamente igual.
- Por el contrario, si el valor es inferior a 0, la correlación es negativa; el valor de una de las variables aumenta, mientras que el valor de la otra disminuye.

El instrumento utilizado para realizar la correlación de Pearson es el popular software IBM SPSS Statistics 26 (SSPS 26), acrónimo de Producto de Estadística y Solución de Servicio, que se sirve para hacer cálculos y análisis estadísticos y facilita la recogida y organización de los datos.

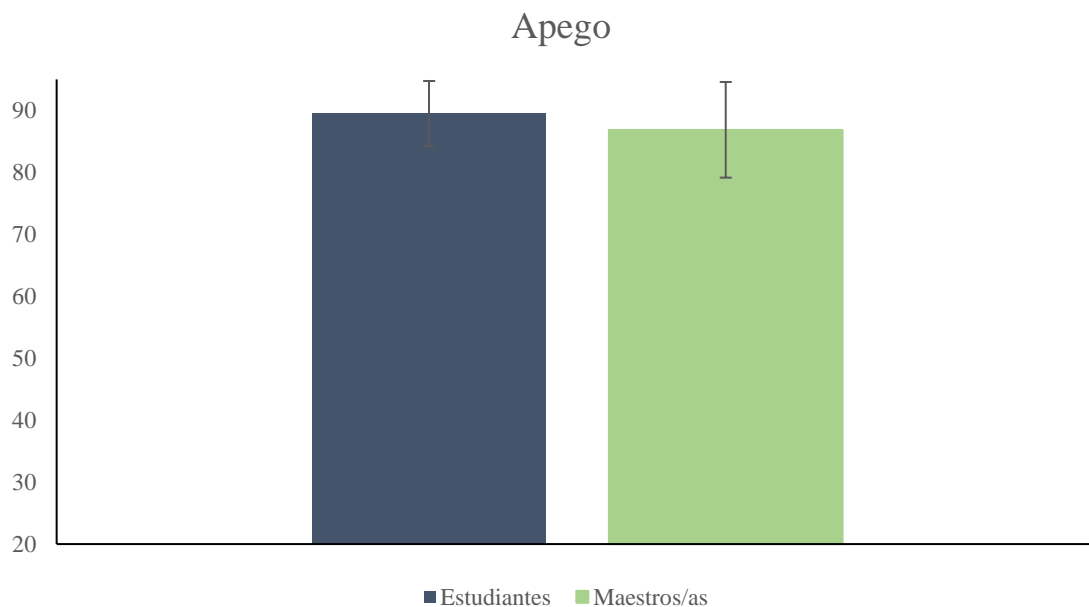
Asimismo, para realizar el cálculo de todos estos datos y la utilización de estos instrumentos, ha sido necesario averiguar la media, es decir, el promedio o la suma de datos dividida entre el número total de los resultados obtenidos en los diferentes cuestionarios.

2.6.RESULTADOS

A continuación, se exponen las dos gráficas con los resultados obtenidos en el análisis estadístico de los cuestionarios realizados a los voluntarios y voluntarias sobre la Inflexibilidad Psicológica (IP) y el Apego.



[Figura 1. Comparación en Inflexibilidad Psicológica.](#) IP = Inflexibilidad Psicológica. $p = 0'19$. Resultados de la investigación en base al *Cuestionario de Evitación y Fusión-Adolescentes* (versión española del AFQ-Y) para conocer la Inflexibilidad Psicológica (IP) de los sujetos estudiados (febrero 2022).



[Figura 2 Comparación en Apego.](#) $p = 0'22$. Resultados de la investigación en base al *Inventario de Apego con Pares (IPPA-Pares)*, para conocer el tipo de apego de los sujetos estudiados (febrero 2022).

Como se observa en la [Figura 1](#), el grupo de Estudiantes de último curso del Grado de Magisterio en Educación Infantil no muestra resultados significativos en relación al grupo de Maestros/as encuestados. La gráfica refleja una diferencia de 5'63, siendo 26'58 la media de Inflexibilidad Psicológica (IP) de los estudiantes y 20'95 la del profesorado.

Del mismo modo, como muestra la [Figura 2](#), no aparecen resultados significativos de los estudiantes de último curso del Grado de Magisterio en Educación Infantil en relación al profesorado encuestado. La gráfica refleja una diferencia no significativa de 2'61, siendo 89'47 la media de Apego de los Estudiantes y 86'86 la de los Maestros/as.

	IP	APEGO
IP		r = 0'18 p = 1'27 n = 40
APEGO	r = 0'18 p = 1'27 n = 40	

[Tabla 4](#). Nota tabla de correlación de Pearson. IP = Inflexibilidad Psicológica; r = coeficiente de correlación; p = valor de p o diferencia significativa; n = muestra. Resultados de la correlación de Pearson en base a las respuestas obtenidas en las encuestas realizadas (febrero 2022).

En la [Tabla 4](#), se reflejan los valores obtenidos en función de la investigación realizada, es decir, el coeficiente de correlación, la diferencia significativa y la muestra o número de encuestados. Esto se calcula con el objetivo de medir el grado de covariación entre las variables estudiadas.

3. DISCUSIÓN

En el presente Trabajo de Fin de Grado se ha estudiado si existía diferencia entre el Apego y la Inflexibilidad Psicológica (IP) en Estudiantes de último curso del Grado de Magisterio en Educación Infantil (Universidad de Zaragoza) vs Maestros/as del mismo y

si existía relación alguna entre el Apego y la Inflexibilidad Psicológica (IP) en toda la población en su conjunto. Según nuestros resultados, ninguna de las dos hipótesis planteadas se ha cumplido.

Por un lado, la primera hipótesis ([H1](#)), en relación con el objetivo 1 ([Obj.1](#)), planteaba que las personas que tienen experiencia en la docencia, son más inflexibles que las personas inexpertas. Y, por otro lado, la segunda hipótesis ([H2](#)), en relación con el objetivo 2 ([Obj.2](#)), planteaba que las personas que tienen poca Flexibilidad Psicológica (FP), independientemente de que sean o no diferentes en cuanto a experiencia docente, tienen problemas de apego.

Existen varias razones o motivos que pueden explicar que, en ambos casos, los resultados no muestren una diferencia significativa entre las variables estudiadas.

Está la posibilidad de que, en relación con la primera hipótesis, no se encuentre diferencia significativa en el estudio porque las personas encuestadas que ejercen como docentes de Magisterio Infantil llevan muy pocos años de experiencia o tienen una corta trayectoria laboral, por el momento. Asimismo, otro motivo, factor o razón que podría haber influido sería que, la medida que se ha utilizado para medir la Flexibilidad Emocional, no es lo suficientemente sensible como para captar dichas diferencias. De hecho, el cuestionario de Inflexibilidad Psicológica (IP) *Cuestionario de Evitación y Fusión-Adolescentes* que se ha utilizado, fue recientemente traducido al español (Valdivia-Salas et al., 2016) siendo, además, utilizado en varios estudios, como en uno de Valdivia-Salas et al. (2021) sobre el aumento de la empatía y disminución de la angustia en personas adolescentes con una Flexibilidad Psicológica (FP) con prejuicios; o un estudio de Levin et al. (2014) para desarrollarlo y probarlo con estudiantes universitarios; sin embargo, resulta algo novedoso, ya que es la primera vez que este cuestionario es utilizado en relación al Apego.

En cuanto a esta primera hipótesis ([H1](#)), enfocada concretamente en la docencia, no se han encontrado estudios o referencias que hablen de ello, ya que es un tema muy novedoso del que apenas se ha investigado todavía. Sin embargo, en este estudio, se ha buscado una relación entre variables que no se había realizado antes.

En relación con la segunda hipótesis ([H2](#)), al no haber diferencia entre los Maestros/as y los Estudiantes de último curso del Grado de Magisterio en Educación Infantil, se agrupan para comprobar si ese grupo conjunto, los cuales no presentan diferencia en Inflexibilidad

Psicológica (IP) tal y como se menciona en el apartado de análisis de datos ([apartado 2.4](#)), sí tienen una relación con el apego. Se considera interesante medir el apego, tal y como se relaciona anteriormente con la teoría del modelaje de Albert Bandura, y teniendo en cuenta que existiese una relación entre el bajo índice de apego y la alta Inflexibilidad Psicológica (IP), porque los maestros y maestras podrían estar enseñando e influenciando, sin ser conscientes, ciertas dificultades a la hora de enfrentar las emociones, sentimientos o problemas de apego en la relación con sus iguales. Del mismo modo, podría justificarse alegando que el instrumento utilizado para medirlos no tiene suficiente sensibilidad como para captar dichas diferencias.

Sin embargo, Hadžić (2021), durante el estado de emergencia por la pandemia del COVID-19 del año 2022, realizó un estudio con el objetivo de analizar las relaciones entre las dimensiones de apego, de afecto y el papel mediador de la Flexibilidad Psicológica (FP) a través de una batería de cuestionarios (cuestionario de Relación (RQ) para medir el apego, el afecto con la Escala de Afecto Negativo y Positivo (NAPAS) y la Flexibilidad Psicológica (FP) con el Cuestionario de Aceptación y Acción (AAQ-II)). Este estudio llevado a cabo por Benjamin Hadžić obtuvo unos resultados que indicaban que las relaciones entre las dimensiones de apego y afecto negativo pueden explicarse a través de la Flexibilidad Psicológica (FP). Por otro lado, el autor afirma que el papel mediador de la Flexibilidad Psicológica (FP) no es determinante en la relación entre las dimensiones de apego y el afecto positivo.

De igual modo, Salandé (2017) confirmó sus hipótesis planteadas en su estudio acerca de correlaciones entre la Flexibilidad Psicológica (FP), el estilo de apego y la organización de la personalidad; concluyendo que la Flexibilidad Psicológica (FP) sí está correlacionada con la ansiedad por apego, además de con las defensas primitivas y la difusión de la identidad.

Se considera que algunas de las razones por las que en los estudios mencionados sí encuentran relación entre las dos variables estudio y, en este trabajo de investigación, no es así, podrían ser porque, en dichos estudios, utilizan estadísticos más complejos que los utilizados en este TFG, porque han sido utilizados otros cuestionarios diferentes, porque la muestra es superior o porque ha sido un estudio más prolongado en el tiempo.

Con la segunda hipótesis ([H2](#)) planteada en este trabajo de investigación, ambos estudios demuestran que existe relación, habitualmente negativa, entre las relaciones de apego, el afecto y la Flexibilidad Psicológica (FP). Específicamente en el artículo de Hadžić (2021), el autor señala al apego como una característica relativamente estable de la personalidad y a la Flexibilidad Psicológica (FP) como una capacidad que se aprende y desarrolla.

Concluyendo, quizás una de las razones o motivos por los que no existe diferencia significativa en los resultados de las investigaciones realizadas es que los instrumentos de medida utilizados para medir dicha Flexibilidad Emocional, no son suficientemente sensibles como para captar las diferencias mencionadas. Existen otros instrumentos para medirla como el *WAAQ item generation* (versión española del Cuestionario de Aceptación y Acción Relacionado con el Trabajo) (Bond, 2013) o el *The Acceptance and Action Questionnaire – Stigma* (AAQ-S) (versión española del Cuestionario de Aceptación y Acción - Estigma) (Hayes et al., 2006) y, por tanto, podrían ser utilizados en futuros estudios. De igual modo, el número de participantes voluntarios expuestos a análisis podría no haber sido suficientemente significativo como para obtener los resultados deseados. Sin embargo, sí se han resuelto las dos hipótesis planteadas.

A pesar de los resultados obtenidos en este estudio, se considera que la Inflexibilidad Psicológica (IP) y las relaciones de apego y afecto están influenciadas y relacionadas entre sí, provocando que las personas que tienen poca Flexibilidad Psicológica (FP), independientemente de que sean o no diferentes en cuanto a experiencia docente, tengan problemas de apego ([segunda hipótesis](#)).

4. FORTALEZAS Y DEBILIDADES

A lo largo del desarrollo de mi trabajo de investigación han surgido pequeñas dificultades que me han ayudado a conocer algunos de mis puntos fuertes y puntos débiles en el proceso de realización del mismo.

Por un lado, ha supuesto un gran reto para mí realizar un trabajo de este tipo por la cantidad de esfuerzo, tiempo y trabajo que requiere; además de la necesidad de conocimientos e información previa para hacerlo correcta y adecuadamente, para que tenga suficiente consistencia y coherencia y para que, tanto el estudio en sí como los resultados obtenidos a través de los diversos instrumentos utilizados, sean adecuados y resulte un trabajo válido

y con fundamento. Asimismo, se me planteó el gran reto de realizar un trabajo de investigación que incluyese la realización de diversos cuestionarios, la recogida de datos de dichos cuestionarios y el posterior análisis e interpretación. Este planteamiento fue algo atrevido por mi parte, algo que no pensé que llegaría a saber hacer y, sin embargo, ha resultado ser algo que he aprendido. Además, he sido conocedora de algunos de los instrumentos, pruebas, herramientas y conceptos básicos necesarios para realizar este tipo de estudios correctamente y poder entender, grosso modo, cuál es el funcionamiento de este tipo de trabajos de investigación.

Uno de los puntos débiles que considero que ha impedido, en cierta medida, que no terminase de disfrutar al hacer este TFG, ha sido mi inseguridad, cierta falta de confianza y mucha exigencia conmigo misma: Cuando los resultados no fueron los esperados (o los que se consideran “resultados ideales” en el ámbito científico) automáticamente pensé que mi trabajo de investigación corría el riesgo de ser menos válido o menos “atractivo” que los que sí obtuviesen dicho resultado ideal. Además, el hecho de exigirme tanto a mí misma, ha resultado ser un poco tedioso, lo que ha supuesto disfrutar menos de todo el proceso. Sin embargo, el concepto de Inflexibilidad Psicológica (IP), y todo lo que el tema en sí conlleva, fue algo que me llamó la atención desde el minuto uno.

El desarrollo de este trabajo de investigación ha supuesto gran responsabilidad para mí y cierto nivel de estrés, pero al mismo tiempo, una gran satisfacción. Como se menciona anteriormente, a pesar de no haber obtenido dicho “resultado ideal”, ha sido muy interesante, gratificante y emocionante poder realizar un estudio que requiriese la participación de personas voluntarias, tanto Maestros/as como Estudiantes de último curso del Grado de Magisterio en Educación Infantil, para poder realizar mediciones a través de los dos cuestionarios; además de conocer más acerca del concepto de Inflexibilidad Psicológica (IP) y la gran influencia que tiene (tanto en las propias personas adultas como en la influencia de éstas en los infantes y jóvenes), incluso en ámbitos en los que podría parecer menos significativo, como es el ámbito educativo.

Por otro lado, tanto la búsqueda de información como calcular y plasmar los resultados obtenidos a través de los cuestionarios seleccionados, ha sido un proceso algo complicado: uno de los mayores desafíos ha sido estructurar el trabajo de manera que las ideas fuesen claras y todo estuviese bien hilado, evitando dar cosas por hechas o considerar cierta información “obvia” cuando no lo era en absoluto. Además, la búsqueda de información

resultó algo complicada debido a que el estudio de la Inflexibilidad Psicológica (IP), enfocada al ámbito educativo, es un tema muy novedoso, poco explorado, con apenas información, datos o estudios que estén relacionados o hablen de ello. Afortunadamente, tras una búsqueda bastante exhaustiva, se encontraron algunos artículos científicos en inglés que ayudaron a darle solidez al trabajo y una base científica en la que apoyar mis argumentos, aunque supuso gran inversión de tiempo, tanto por la búsqueda en sí como por el tiempo requerido para conseguir una buena traducción y comprensión de los artículos; todo ello a través de vías como Dialnet o *Google Scholar*, (Google Académico) entre otras.

De igual modo, se buscó información, mayoritariamente, a través de artículos científicos, sobre las teorías expuestas en el apartado de la introducción, en las que se apoya este trabajo de investigación y las cuales son una base fundamental para justificar la importancia del estudio y aportar solidez; como son la Teoría del Apego de John Bowlby, la Teoría del Aprendizaje Social o modelaje de Albert Bandura y ciertos conceptos como la educación e inteligencia emocional o el corriente del conductismo de John B. Watson (y B.F. Skinner).

5. CONCLUSIÓN FINAL

El trabajo de investigación en sí, además del gran esfuerzo y el desconocimiento inicial a la hora de realizar cálculos estadísticos, han supuesto un gran desafío para mí, ya que he utilizado herramientas, estadísticos e instrumentos de medición que no conocía, o que apenas había utilizado, y he tenido la oportunidad de conocerlos y tener una pequeña toma de contacto con ellos. Este estudio me ha acercado un poco más al terreno de la investigación científica y al conocimiento, grosso modo, de los métodos e instrumentos utilizados para llevarla a cabo.

En definitiva, llevar a cabo este trabajo de investigación ha traído consigo múltiples beneficios y satisfacciones en relación a mi gran interés acerca del concepto de (In)flexibilidad Psicológica en las personas adultas, maestros y maestras y futuros docentes concretamente, y, en general, al ámbito de la Psicología en Educación; ya que es un tema/ámbito que siempre me ha llamado la atención, por el que siempre he sentido curiosidad y por el que quiero seguir informándome y formándome.

6. REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

- Ainsworth, MDS (1963). El desarrollo de la interacción madre-bebé entre los Ganda. *En BM Foss (Ed.), Factores determinantes de la conducta infantil* (pp. 67-104). New York: Wiley. Nueva York: Wiley.
- Ainsworth, M. y Bell, S. (1970). Apego, exploración y separación, ilustrados a través de la conducta de niños de un año en una situación extraña. *En J. Delval (Comp.), Lecturas de psicología del niño*, Vol. 1, 1978. Madrid: Alianza. Recuperado de https://www.academia.edu/8567857/Oliva_Delgado_A_T%C3%8DTULO_ESTADO_ACTUAL_DE_LA_TEOR%C3%8DA_DEL_APEGO_TITLE_Current_state_of_The_Attachment_theory_Autor?from=cover_page
- Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (1987). The Inventory of Parent and Peer Attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 16(5), 427–454. Recuperado de <https://doi.org/10.1007/BF02202939>
- Biglan, A. (2009). Increasing Psychological Flexibility to influence Cultural Evolution. Oregon Research Institute. *Behavior and Social Issues*, 18, 15-24.
- Bisquerra, R. et al. (2012). ¿Cómo educar las emociones? *La inteligencia emocional en la infancia y la adolescencia*. Esplugues de Llobregat (Barcelona).
- Bond, F. W., Lloyd, J., & Guenole, N. (2013). The Workrelated Acceptance and Action Questionnaire (WAAQ): Initial psychometric findings and their implications for measuring psychological flexibility in specific contexts. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 86, 331-347.
- Bowlby, J., & Ainsworth, M. (1992). The origins of attachment theory. *Developmental Psychology*, 28(2), pp. 759-775.
- Carrasco Galán, M. J., & Prieto Ursúa, M. (1). Skinner, contribuciones del conductismo a la educación. *Padres Y Maestros / Journal of Parents and Teachers*, (367), 77-80. Recuperado de <https://doi.org/10.14422/pym.i367.y2016.014>
- Cherem, A. et al. (2018). Aprendizaje Social de Albert Bandura: Marco teórico. Academia.edu. *Facultad de Estudios Superiores Acatlán, Universidad Nacional Autónoma de México*, México.

- Cherry et al. (2021). Defining and measuring “psychological flexibility”: A narrative scoping review of diverse flexibility and rigidity constructs and perspectives. *Psychology Department*, University of Guelph, Guelph, ON, Canada.
- Dávila, Y. (2015). La influencia de la familia en el desarrollo del apego. *Revista Anales*, 2015, n. 57. Ecuador. Universidad de Cuenca. Recuperado de <https://publicaciones.ucuenca.edu.ec/ojs/index.php/anales/article/view/792>
- Delgado, O. (2004). Estado actual de la Teoría del Apego. Current state of The Attachment theory. *Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación, Básica y Metodología*. Universidad de Sevilla.
- Doorley, J. D., Goodman, F. R., Kelso, K. C., & Kashdan, T. D. (2020). Psychological flexibility: What we know, what we do not know, and what we think we know. *Social and Personality Psychology Compass*, 14, 1–11. Recuperado de <https://doi.org/10.1111/spc3.12566>. e12566, (Advanced online publication).
- Fabila, A. et al. (2012). La Escala de Likert en la evaluación docente: acercamiento a sus características y principios metodológicos. *Perspectivas docentes*, 50. Recuperado de <https://revistas.ujat.mx/index.php/perspectivas/article/view/589>
- Fernández, R. et al. (2016). Las actitudes hacia las matemáticas en estudiantes y maestros de educación infantil y primaria: revisión de la adecuación de una escala para su medida. *Revista iberoamericana de ciencia tecnológica y sociedad*, [online]. 2016, vol.11, n.33, pp. 227-238. ISSN 1850-0013.
- Fonagy (2004). *Teoría del apego y psicoanálisis*, Editorial Espaxs, S. A. Barcelona.
- Hadzic, A. y Kantar, D. (2021). Las relaciones entre las dimensiones del apego y el afecto en la edad adulta: los efectos mediadores de la flexibilidad psicológica. *Primenjena Psihologija*, 14 (2), pp. 173–188. Recuperado de <https://doi.org/10.19090/pp.2021.2.173-188>.
- Hayes, S. C., Luoma, J. B., Bond, F. W., Masuda, A., & Lillis, J. (2006). Acceptance and Commitment Therapy: Model, processes and outcomes. *Behaviour Research and Therapy*, 44, 1-25. doi:10.1016/j.brat.2005.06.006
- Lafuente, M. J. (1989): «Hacia una conceptualización del apego». *Revista de Psicología de la Educación*, 1 (2), 45-55.

- Laorden, C. y González-Garzón, L. (2012). El Prácticum en la formación inicial de los Maestros en las nuevas titulaciones de Educación Infantil y Primaria. El punto de vista de profesores y estudiantes. *Revista de Educación*, Num. 35, pp. 131-154.
- Larragueta, M., & Ceballos-Viro, I. (2020). Tras un eslabón perdido: hábitos de lectura y literatura infantil en estudiantes de magisterio y en maestros. *Ocnos*, 19 (2), 53-68. Recuperado de https://doi.org/10.18239/ocnos_2020.19.2.2287
- Marrero, C. (2019). Educación Emocional en España. (Trabajo Fin de Grado). Universidad de La Laguna.
- Moneta, M. (2014). Apego y pérdida: redescubriendo a John Bowlby. *Revista Chilena de Pediatría* - 2014; Vol. 85, Num. 3, pp. 265-268.
- Pardo, M., Pineda, S., Carrillo, S. y Castro, J. (2006). Análisis Psicométrico del Inventario de Apego con Padres y Pares en una Muestra de Adolescentes Colombianos. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology* - 2006, Vol. 40, Num. 3 pp. 289-302.
- Ranea, J., (2012). La importancia de la educación emocional en las aulas. *Recuperado de Junta de Andalucía*
<http://www.juntadeandalucia.es/educacion/webportal/abacoportlet/content/ab2f1d46-cd27-47f8-b849-e928a701df05>.
- Roa García, A. (2017). La educación emocional, el autoconcepto, la autoestima y su importancia en la infancia. *Edetania. Estudios Y Propuestas Socioeducativos.*, (44), 241-257. Recuperado de <https://revistas.ucv.es/index.php/Edetania/article/view/210>
- Rosado, M. (2015). Evaluating the relationship between psychological flexibility, teacher self-efficacy, teacher-student interactions and burnout syndrome. (Tesis doctoral). B.S., Florida International University.
- Salande, J. D., & Hawkins, R. C. II. (2017). Psychological flexibility, attachment style, and personality organization: Correlations between constructs of differing approaches. *Journal of Psychotherapy Integration*, 27 (3), 365–380. Recuperado de <https://doi.org/10.1037/int0000037>



- Soler Nages, J. L., Aparicio Moreno, L., Díaz Chica, O., Escolano Pérez, E., & Rodríguez Martínez, A. (coords.). (2016). *Inteligencia emocional y bienestar II: Reflexiones, experiencias profesionales e investigaciones*. Zaragoza: Ediciones Universidad San Jorge.
- Stansberry, K., Hoy, W. & Woolfolk, A. (2010). Academic optimism of individual teachers: Confirming a new construct. *Teaching and Teacher Education*, 26 (5), pp. 1136-1144.
- Trujillo, E. et al. (2020). El papel de las emociones en el aula de educación infantil. *Profesorado, Revista De Currículum Y Formación Del Profesorado*, 24 (1), 226-244. Recuperado de <https://doi.org/10.30827/profesorado.v24i1.8675>
- Vaello, J. (2012). *El profesorado socio-emocionalmente competente. Un puente sobre aulas turbulentas*. Grao.
- Valdivia-Salas, S. et al. (2016). Spanish Validation of the Avoidance and Fusion Questionnaire for Youth (AFQ-Y). Universidad de Zaragoza.

7. ANEXOS

Anexo I. *Cuestionario de Evitación y Fusión-Adolescentes*

CUESTIONARIO DE EVITACIÓN Y FUSIÓN-ADOLESCENTES					
Edad:	Sexo:				
1. Mi vida no estará bien hasta que no consiga sentirme feliz.	0	1	2	3	4
2. Mis pensamientos y sentimientos me fastidian la vida.	0	1	2	3	4
3. Si estoy triste o tengo miedo, es porque hay algo en mí que no funciona.	0	1	2	3	4
4. Las cosas malas que pienso sobre mí deben ser ciertas.	0	1	2	3	4
5. No hago cosas nuevas si creo que puedo fastidiarlas.	0	1	2	3	4
6. Para estar bien tengo que quitarme mis miedos y preocupaciones.	0	1	2	3	4
7. Hago todo lo que puedo para no parecer tonto/a delante de otros/as.	0	1	2	3	4
8. Intento por todos los medios borrar de mi mente los recuerdos dolorosos.	0	1	2	3	4
9. No soporto el dolor.	0	1	2	3	4
10. Si se me acelera el corazón es porque hay algo en mí que no funciona.	0	1	2	3	4
11. Rechazo los pensamientos y sentimientos que no me gustan.	0	1	2	3	4
12. Dejo de hacer las cosas que son importantes para mí cuando me siento mal.	0	1	2	3	4
13. Rindo peor en clase cuando tengo pensamientos tristes.	0	1	2	3	4
14. Digo cosas para parecer “enrollado/a” delante de otros/as.	0	1	2	3	4
15. Ojalá tuviera una varita mágica con la que hacer desaparecer mi tristeza.	0	1	2	3	4

16. Tengo miedo de mis sentimientos.	0	1	2	3	4
17. No puedo ser buen amigo/a si yo me siento mal.	0	1	2	3	4
Nota. 0 = nada cierta; 1 = un poco cierta; 2 = casi cierta; 3 = cierta; 4 = muy cierta.					

Anexo II. *Inventario de Apego con Pares (IPPA-Pares)*

CUESTIONARIO IPPA-PARES					
Edad:	Sexo:				
1. Me gusta saber la opinión de mis amigos/as cuando hay cosas que me preocupan.	1	2	3	4	5
2. Mis amigos/as se dan cuenta que estoy molesto/a por algo.	1	2	3	4	5
3. Cuando discutimos sobre algo, mis amigos/as tienen en cuenta mi punto de vista.	1	2	3	4	5
4. Me siento avergonzado/a y tonto/a cuando hablo con mis amigos/as sobre mis problemas.	1	2	3	4	5
5. Desearía tener amigos/as diferentes.	1	2	3	4	5
6. Mis amigos/as me entienden.	1	2	3	4	5
7. Mis amigos/as me animan a hablar sobre mis problemas.	1	2	3	4	5
8. Mis amigos/as me aceptan tal como soy.	1	2	3	4	5
9. Siento que necesito estar en contacto con mis amigos/as mucho más seguido.	1	2	3	4	5
10. Mis amigos/as no entienden por lo que estoy pasando.	1	2	3	4	5
11. Me siento solo/a o aislado/a cuando estoy con mis amigos/as.	1	2	3	4	5
12. Mis amigos/as me escuchan cuando quiero decir algo.	1	2	3	4	5
13. Siento que mis amigos/as son buenos amigos/as.	1	2	3	4	5

14. Me resulta fácil hablar con mis amigos/as.	1	2	3	4	5
15. Cuando tengo rabia por algo, mis amigos/as tratan de ser comprensivos.	1	2	3	4	5
16. Mis amigos/as me ayudan a entenderme mejor a mí mismo/a.	1	2	3	4	5
17. Mis amigos/as se preocupan por cómo me siento.	1	2	3	4	5
18. Siento rabia con mis amigos/as.	1	2	3	4	5
19. Puedo contar con mis amigos/as cuando necesito desahogarme.	1	2	3	4	5
20. Yo confío en mis amigos/as.	1	2	3	4	5
21. Mis amigos/as respetan mis sentimientos.	1	2	3	4	5
22. Me siento mal en muchas más ocasiones de las que mis amigos/as se enteran.	1	2	3	4	5
23. Me parece que mis amigos/as están molestos conmigo sin razón aparente.	1	2	3	4	5
24. Le puedo contar a mis amigos/as mis problemas y dificultades.	1	2	3	4	5
25. Si mis amigos/as saben que algo me está molestando, me preguntan sobre el tema.	1	2	3	4	5
Nota. 1 = casi nunca o nunca es cierto; 2 = no muy frecuentemente es cierto; 3 = algunas veces es cierto; 4 = con frecuencia es cierto; 5 = casi siempre o siempre es cierto.					



Anexo III. Análisis estadístico en Excel

SUJETOS	Dedicación	IP	APEGO	IP		APEGO		Prueba t	
				Media 1	26,58	89,47	0,19	Comparar IP entre grupos	
1	1	13	85	SD1	13,30	5,27	0,22	Comparar APEGO entre grupos	
2	1	56	89						
3	1	43	84	Media 2	20,95	86,86			
4	1	23	81	SD2	13,49	7,72			
14	1	40	88						
18	1	20	84						
20	1	8	85						
21	1	18	95						
23	1	42	88						
24	1	33	93						
32	1	19	90						
34	1	32	89						
35	1	5	94						
36	1	14	82						
37	1	23	97						
38	1	19	96						
39	1	37	99						
40	1	33	88						
25	1	27	93						
5	2	33	98						
6	2	7	90						
7	2	40	95						
8	2	3	81						
9	2	12	89						
10	2	47	70						
11	2	3	81						
12	2	15	77						
13	2	20	98						
15	2	19	96						
16	2	19	89						
17	2	21	84						
19	2	14	84						
22	2	4	83						
26	2	17	84						
27	2	31	82						
28	2	36	85						
29	2	47	98						
30	2	25	96						
31	2	12	81	1 = Estudiante					
33	2	15	83	2 = Maestro/a					