



Pontificia Universidad
Católica del Ecuador | Sede
Ambato

ESCUELA DE PSICOLOGÍA

Tema:

DEPENDENCIA EMOCIONAL Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

**Proyecto de investigación previo a la obtención del título de Licenciada en
Psicología**

Línea de investigación:

SALUD Y GRUPOS VULNERABLES

Autora:

Domenica Aynoha Pazmiño Campoverde

Directora:

Mg. Sandra Elizabeth Santamaría Guisamana

Ambato – Ecuador

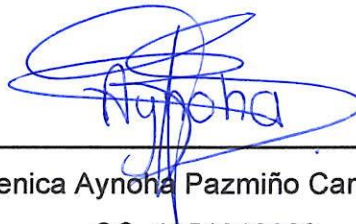
Marzo 2025

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD Y RESPONSABILIDAD

Yo: **DOMENICA AYNOKA PAZMIÑO CAMPOVERDE** con cédula de ciudadanía **1851019826**, autora del trabajo de graduación titulado: “DEPENDENCIA EMOCIONAL Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS” previa a la obtención del título profesional de **LICENCIADA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA**, en la escuela de **PSICOLOGÍA**.

1. Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tiene la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, de conformidad con el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT en formato digital una copia del referido trabajo de graduación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.
2. Autorizo a la Pontificia Universidad Católica del Ecuador a difundir a través del sitio web de la Biblioteca de la PUCE Ambato, el referido trabajo de graduación, respetando las políticas de propiedad intelectual de la Universidad.

Ambato, marzo 2025



Domenica Aynoka Pazmiño Campoverde

CC. 1851019826

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR
SEDE AMBATO
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO

Tema:

DEPENDENCIA EMOCIONAL Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

Línea de investigación:

SALUD Y GRUPOS VULNERABLES

Autora:

Domenica Aynoha Pazmiño Campoverde

Sandra Elizabeth Santamaría Guisamana, Psic. Cl. Mg.

CC. 1803941960

CALIFICADOR

f. 

Cristina Alexandra Torres Salazar, Psic. Cl. Mg.

CALIFICADOR

f. 

Juana Rosario Lara Machado, Dra. Mg.

CALIFICADOR

f. 

Lucia Almeida Márquez, Dra. Mg.

DIRECTORA ESCUELA DE PSICOLOGÍA

f. 

Diego Gonzalo Coca Chanalata, Dr.

SECRETARIO GENERAL PUCESA

f. 
Pontificia Universidad Católica del Ecuador
SECRETARÍA GENERAL PROCURADURÍA

Ambato – Ecuador

Marzo 2025

DEDICATORIA

Dedico este trabajo, en primer lugar, a mis padres Lucia Campoverde y Santiago Pazmiño, a mi hermano Alejandro por ser mi mayor inspiración, por su constante apoyo y por enseñarme el valor del esfuerzo, resiliencia, perseverancia y dedicación.

A mi novio, David Muso, quien ha sido mi mayor aliado y un pilar en mi vida; por creer en mí incluso en los momentos difíciles, por animarme a seguir adelante y por recordarme que los desafíos que existen son oportunidades para crecer y seguir adelante con mis metas. David no solo ha sido un compañero incondicional, sino también una fuente de inspiración para preservar, mantener la calma en los momentos de incertidumbre y confiar en mis capacidades.

Dedico este logro a todas las personas que, de una forma u otra contribuyeron a mi crecimiento personal y profesional. Este trabajo representa el esfuerzo, el amor, y el compromiso que han nutrido mi formación.

AGRADECIMIENTO

Quiero expresar mi más sincero agradecimiento a Dios, quien ha sido un pilar fundamental en mi vida, y a mis padres, Lucía y Santiago, por su apoyo incondicional y por estar presentes en los momentos más difíciles. Su respaldo constante ha sido esencial para que pueda desarrollarme profesionalmente y descubrir mi pasión por una carrera tan relevante y enriquecedora.

Extiendo mi gratitud a mi novio, David Muso, por su compañía inquebrantable y su motivación constante para seguir adelante, incluso en los momentos más desafiantes. Su presencia ha sido un apoyo significativo en este proceso, contribuyendo no solo a mi desarrollo académico, sino también al personal, animándome siempre a perseverar y comprometerme con mis metas.

Agradezco igualmente a mis compañeras de carrera, quienes han desempeñado un papel esencial en esta etapa de mi vida. Sus diferentes perspectivas y personalidades me han enseñado la importancia de la diversidad y la unión, ayudándome a crecer tanto a nivel personal como profesional. Gracias a su apoyo y amistad, estos cuatro años han sido más llevaderos y llenos de aprendizaje significativos.

También deseo expresar mi agradecimiento a mi querida universidad, por brindarme la oportunidad de adquirir conocimientos indispensables para mi formación. A cada profesor y profesora con los que he compartido me han dejado enseñanzas valiosas, no solo en el ámbito académico, sino también como referentes de humanidad y dedicación en el campo de la salud mental. Asimismo, agradezco de manera especial a mi directora de tesis, Mg. Sandra Santamaría, por su profesionalismo, orientación y compromiso, que han sido clave para la realización de este trabajo.

Finalmente, quiero reconocer y agradecer a quienes dedican su tiempo a la lectura de esta investigación. Espero que este trabajo inspire a profundizar en temas relevantes para la vida universitaria y fomente la búsqueda de un equilibrio integral.

RESUMEN

El objetivo del estudio fue determinar la relación entre la dependencia emocional y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios de Ambato, Ecuador. Se utilizó un enfoque pospositivista, cuantitativo, de alcance descriptivo-correlacional y diseño transversal. Participaron 377 estudiantes de 17 a 35 años ($M = 20.02$, $SD = 2.361$) de las principales universidades presenciales de la provincia, excluyendo modalidades a distancia. Los resultados indican que los participantes presentan niveles moderados-bajos en las dimensiones de dependencia emocional. Respecto a las estrategias de afrontamiento, predominan las centradas en el problema, como la búsqueda de soluciones directas y el apoyo emocional.

Sin embargo, el análisis correlacional evidencia que no existe una relación significativa entre la dependencia emocional y las estrategias de afrontamiento. Las correlaciones fueron negativas y muy débiles ($r < -0,10$), reflejando una ausencia de asociación relevante entre las variables. Estos hallazgos sugieren que, en esta población, la manera en que los estudiantes enfrentan las dificultades no está influenciada directamente por su nivel de dependencia emocional, lo que abre nuevas preguntas sobre los factores que sí podrían estar moldeando sus estrategias de afrontamiento.

Palabras clave: dependencia emocional, estrategias de afrontamiento, estudiantes universitarios, relación significativa.

ABSTRACT

The aim of the study was to determine the relationship between emotional dependence and coping strategies in university students from Ambato, Ecuador. A post-positivist, quantitative, descriptive-correlational approach and cross-sectional design were used. A total of 377 students aged 17 to 35 years ($M = 20.02$, $SD = 2.361$) from the main on-campus universities of the province, excluding distance modalities, participated. The results indicate that the participants present moderate-low levels in the dimensions of emotional dependence. Regarding coping strategies, problem-focused coping strategies, such as direct solution-seeking and emotional support, predominate.

However, the correlational analysis shows that there is no significant relationship between emotional dependence and coping strategies. The correlations were negative and very weak ($r < -0.10$), reflecting an absence of relevant association between the variables. These findings suggest that, in this population, the way students cope with difficulties is not directly influenced by their level of emotional dependence, which opens new questions about the factors that could be shaping their coping strategies.

Keywords: *emotional dependence, coping strategies, university students, significant relationship.*

ÍNDICE GENERAL DE CONTENIDOS

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD Y RESPONSABILIDAD	ii
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO	iii
DEDICATORIA.....	iv
AGRADECIMIENTO.....	v
RESUMEN	vi
ABSTRACT	vii
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I. ESTADO DEL ARTE Y LA PRÁCTICA	7
1.1. Dependencia emocional.....	7
1.2. Estrategias de afrontamiento	17
CAPÍTULO II. DISEÑO METODOLÓGICO	25
2.1. Paradigma, modalidad y alcance de investigación	25
2.2. Técnicas y herramientas de investigación	26
2.3. Población y muestra	30
2.4. Procedimiento metodológico.....	33
CAPÍTULO III: ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN	35
3.1. Análisis descriptivo de los instrumentos.....	35
3.2. Análisis correlacional de la dependencia emocional y las estrategias de afrontamiento	40
3.3. Comprobación de hipótesis.....	42
CONCLUSIONES.....	45
RECOMENDACIONES	46
BIBLIOGRAFÍA	47
ANEXOS	59

INTRODUCCIÓN

Las estrategias de afrontamiento son indispensables para el estudiante, pues estas le permiten superar presiones y varios aspectos negativos que presentan a lo largo de su vida, el manejo eficaz de dichas estrategias va a determinar en gran medida sus relaciones interpersonales. Por otro lado, la dependencia emocional consta de múltiples definiciones, en este contexto se hará relevancia en el concepto realizado por (De La Villa-Moral, et. al., 2018), quién define a la dependencia emocional como un tipo de dependencia afectiva hacia una persona determinada, en donde la persona dependiente padece de una interdependencia negativa hacia la otra persona.

Con respecto a lo mencionado anteriormente se ha establecido que la dependencia emocional y la falta de estrategias de afrontamiento son una gran problemática dentro del campo social, laboral, afectivo y académico, con respecto a esta problemática Bonilla & Tobar (2023), manifiestan que la dependencia emocional desencadena patrones de comportamiento sumisos y obsesivos caracterizados por el miedo al abandono, estos factores tienden a desmejorar significativamente la calidad de vida de las personas. Es fundamental observar esta temática desde una perspectiva psicosocial, con el fin de encontrar soluciones y las estrategias de afrontamiento adecuadas para hacerle frente y consigo traer una mejora en la vida de quienes lo padecen.

Para profundizar sobre dicha temática, cabe traer a colación distintas investigaciones realizadas con anterioridad, una de ellas es la de Serrano (2023), la cual, se realizó en la ciudad de Pereira en Colombia, cuya muestra estuvo conformada por 115 estudiantes universitarios mayores de 17 años, que se encontraban cursando la carrera de pregrado, a quienes aplicaron el cuestionario de dependencia emocional (CDE), la Escala de Estrategias Coping Modificada (EEC-M) y los inventarios de ansiedad y depresión de Beck, los resultados obtenidos al concluir la investigación reflejaron que no existe correlación entre ambas variables, pero que si existe correlación entre algunas dimensiones de los

instrumentos, también concluyó que un grupo minoritario de 20 estudiantes presentaron rasgos de dependencia emocional.

En Envigado Estrada (2019) realizó un estudio, el cual buscaba medir la correlación existente entre estas variables, investigación que se efectuó en los estudiantes que cursaban la carrera de psicología, la muestra poblacional estuvo conformada por 60 estudiantes de los cuales el 39 % pertenecían al sexo femenino y el 61 % restante al masculino, a quienes aplicaron el cuestionario de Dependencia Emocional y la escala de estrategias coping modificada, el estudio determinó que un grupo minoritario de estudiantes presentaron dependencia emocional y que la reacciones más comunes dentro de este grupo fueron de tinte agresivo.

Por su parte Hernández (2021) efectuó un análisis investigativo, el mismo que se realizó en la localidad peruana de Monsefú, en donde participaron 111 personas del sexo femenino, cuyas edades oscilaban entre los 18 y 45 años a dicha población se le empleó el Inventario de Dependencia Emocional (IDE) y el inventario de Estrategias de Afrontamiento (IEA), los resultados determinaron que existe un bajo porcentaje de participantes que padecen de cuadros de dependencia emocional y un porcentaje medio de estrategias de afrontamiento, por otra parte se evidenció un nivel medio de dependencia emocional y bajas estrategias de afrontamiento en mujeres solteras. Las participantes también mostraron una puntuación bajan en las dimensiones miedo a la ruptura, miedo e intolerancia a la soledad.

Una tesis realizada en la universidad del Azuay por Uguña y Vera (2023), sugiere que variables como edad y sexo no son factores que incidan significativamente en los cuadros de dependencia emocional, la muestra de dicho estudio estuvo conformada por 356 estudiantes que comprenden los 17 y 40 años de edad, a quienes se aplicó el cuestionario de Dependencia Emocional CDE, una de las cosas más relevante que pudo encontrar el investigador es que a pesar de no existir una diferencia sustancial dentro de las variables sociodemográficas, si se pudo identificar que existe una mayor prevalencia de dependencia emocional en estudiantes de la facultad de ciencias administrativas, dicho hallazgo sirve para realizar análisis comparativos en la posterioridad.

A su vez Zarate et, al (2022), ejecutó un estudio cuantitativo en estudiantes universitarios de México, el mismo en el que participaron un total de 303 estudiantes, de los cuales 183 pertenecían al género femenino y 120 al masculino. Dentro de la investigación se empleó la escala de dependencia emocional de Ancima, la misma que consta de 42 Ítems con alternativas de respuesta dicotómicas (sí o no). Los resultados arrojados durante la investigación demostraron que los estudiantes de medicina encuestados presentaron tendencia elevada hacia la dependencia emocional y que esta se encuentra más marcada en la población femenina.

Por su parte Alarcón & Cueva (2023), investigaron acerca de la relación que existe entre la dependencia emocional y la impulsividad en estudiantes universitarios de la ciudad de Ambato, este estudio estuvo conformado por 150 alumnos (63 % hombres y 37 % mujeres). Los instrumentos utilizados fueron: la Escala de Impulsividad de Barrat por sus siglas (BIS-11) y el cuestionario de Dependencia emocional de Lemos y Londoño, (2006) los resultados evidenciaron que una gran parte de la población universitaria presenta niveles elevados de impulsividad, por otra parte, los niveles de dependencia emocional eran leves, otro dato importante fue, que en la no se encontró diferencias significativas entre géneros.

Una investigación realizada por Vera (2019), en la universidad de Chiclayo (Perú) determinó que existe correlación entre la dependencia emocional y tipo de familia de procedencia, el análisis demostró que las personas que proceden de una familia de estructura nuclear presentan menos probabilidades de padecer dependencia emocional, también se determinó que no existe relación entre las variables dependencia emocional y grupo etario. El estudio estuvo conformado por 369 participantes de ambos géneros, a quienes se aplicó el Cuestionario de Dependencia Emocional. (CDE), esto con el fin de medir sus niveles de dependencia afectiva.

En la ciudad de Ambato, los autores Palate & Eugenio (2023), buscaron determinar la relación existente entre dependencia emocional y depresión, el estudio estuvo conformado por una muestra de 759 alumnos cuyas edades estaban dentro del

rango de 18 a 36 años, para medir la variable depresión las autoras utilizaron el Inventario de depresión de Beck y para la variable dependencia emocional el Cuestionario de Dependencia Emocional CDE, los resultados obtenidos durante la investigación señalaron que existe una correlación leve entre las variables antes mencionadas y que los hombres tiene más signos de dependencia afectiva que las mujeres.

Mientras tanto, Tello & Céspedes (2023), demostraron la relación existente entre la dependencia emocional y la resiliencia. En la investigación participaron 154 estudiantes de la Universidad Técnica de Ambato, los reactivos que se ejecutaron fueron: el Inventario de Dependencia Emocional CDE y la Escala de Resiliencia de Wangild y Young, los hallazgos de dicha investigación mostraron que a mayor resiliencia existe menos síntomas de dependencia emocional, también cabe destacar que los investigadores no encontraron diferencias significativas entre las variables dependencia emocional, resiliencia y edad, dicho hallazgo abre el debate para la realización de estudios posteriores en los cuales se tomen en cuenta dichas variables.

La información recolectada por medio de diferentes investigaciones permitió plantear la situación problémica del presente estudio, la cual, se centra en determinar qué relación existe entre la dependencia emocional y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios. Es importante tener en cuenta la existencia de una relación casi directa entre la dependencia emocional y las escasas estrategias de afrontamiento. Las personas que están inmersas en esta problemática traen consigo un gran deterioro dentro de la esfera social, académica y afectiva, siendo propensas a recibir malos tratos y a ser manipulados por terceros, estas acciones afectan negativamente la vida de la persona que los padece, llegando así a afectar su autoestima y su bienestar psicológico.

Gracias a todo lo antes mencionado se plantea la siguiente pregunta: ¿existe una relación entre la dependencia emocional y las estrategias de afrontamiento en los estudiantes universitarios? Además, se plantea la siguiente hipótesis: Existe una relación entre la dependencia emocional y las estrategias de afrontamiento en

estudiantes universitarios. Con el fin de resolver esta hipótesis se plantearon varios objetivos, como objetivo general: determinar la relación entre la dependencia emocional y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios. Y como objetivos específicos:

- Fundamentar teóricamente la dependencia emocional y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios.
- Evaluar la dependencia emocional y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios.
- Realizar un análisis estadístico correlacional entre la dependencia emocional y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios.

La importancia de la presente investigación radica en descubrir la relación que existe entre la dependencia emocional y las estrategias de afrontamiento. Para realizar la metodología de la presente investigación se utilizó un enfoque de tipo cuantitativo, con alcance descriptivo – correlacional y de corte transversal. Las herramientas psicológicas que se van a utilizar son el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) y el Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI-FS) con sus respectivas adaptaciones. Dentro del estudio se espera encontrar una relación significativa entre la dependencia emocional y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios.

La población de interés seleccionada, fueron los estudiantes universitarios de la ciudad de Ambato, como requisito para ser contemplados en esta muestra, debían al momento, cursar una carrera de pregrado, una vez depurada la muestra, se aplicaron dos reactivos los cuales, evalúan dependencia emocional y lo adaptativo de sus estrategias de afrontamiento. Para justificar el desarrollo de este proyecto investigativo se tomó en cuenta varios factores entre los que destacan la afectación psicológica de las personas que sufren de dependencia emocional y la importancia de contar con estrategias de afrontamiento adecuadas, por lo que se puede determinar que la finalidad de la investigación es aportar con nuevos conocimientos los cuales permitan mejorar el nivel de vida de los estudiantes y de la sociedad.

Entre los beneficiarios directos se encuentran los estudiantes universitarios de la ciudad de Ambato, quienes a partir de los resultados obtenidos en el presente estudio podrán tener acceso a información detallada y actualizada acerca de los efectos negativos y positivos de la temática planteada, la misma que les permitirá conocer nuevas estrategias de afrontamiento. Gracias a esta investigación, también podrán identificar como el mal manejo de las estrategias de afrontamiento influyen en el desarrollo de cuadros de dependencia emocional y como esto puede afectar de manera relevante su auto concepto, aparte de ello se buscará establecer nuevas estrategias y protocolos que permitirán abordar de manera eficaz esta problemática.

CAPÍTULO I. ESTADO DEL ARTE Y LA PRÁCTICA

1.1. Dependencia emocional

Antecedentes históricos de la dependencia emocional

En el presente apartado se dará a conocer un breve repaso acerca de la historia de la dependencia emocional y como está ha sido catalogada de diferente manera a lo largo de la historia. El estudio de la dependencia emocional tiene sus inicios en el psicoanálisis. A pesar de que la teoría planteada por Freud (1905) no abordaba de manera directa la dependencia afectiva, sus planteamientos acerca de los estadios primarios del desarrollo psicosexual, fueron de gran ayuda para entender como el niño necesita del apego para sentirse seguro y cercano a su figura materna.

Los griegos también querían dar una solución a este tema, uno de los primeros filósofos que se dio la tarea de teorizar acerca de los amores posesivos fue Platón, citado en Fierro, (2019), quién en su libro el Banquete daba a conocer los diferentes tipos de amor y como estos pueden llegar a desvirtuar la razón del individuo, en busca del amor platónico e inalcanzable, Platón describe una forma de amar posesiva, en donde el que ama, no puede soltar a la persona amada y en su afán de tenerla solo para él, llega a tener una actitud tóxica, perjudicial e incluso persecutoria dentro de la relación de pareja, la cual a la final destruye el vínculo.

A lo largo de la historia se ha catalogado a este tipo de personas como inseguras, sumisas y necesitadas de una figura de apego , con el pasar de los años se identificó la necesidad de establecer una categoría diagnóstica, la cual describa con mayor precisión el comportamiento de los individuos que se encuentran inmersos en dicha problemática, así, según la Asociación Americana de Psicología, (1994), a través del DSM-IV enclaustró a la dependencia emocional dentro del campo psicopatológico, este fue un gran avance en la historia, debido a que se pudo lograr una categorización, la que permitió identificar sus signos y síntomas con más precisión .

Definición

Cuando se caracteriza a la dependencia emocional se establecen un sin número de definiciones y criterios, uno de los más acertados son el propuesto por, Hilario, Izquierdo, Valdez & Ríos, (2020), quienes la consideran como la necesidad de afecto que un individuo necesita de un tercero con el fin de sentirse valorado u amado, cabe destacar que en la mayoría de los casos este patrón llega a ser desadaptativo, a tal punto de que la persona que requiere de un tercero consigue descuidarse así misma con el fin de satisfacer al otro- En este sentido, la persona dependiente es propensa a experimentar violencia dentro de una relación de pareja.

Por su parte, los autores Moñeme, et. al., (2017), la describen como la necesidad de afecto y apego continuo por parte de la pareja. Esta descripción enmarca un aspecto clave existente dentro de la dependencia afectiva, el cual, es la necesidad urgente de afecto por parte del ser querido, también deja en entretener como se maneja una relación de pareja basado en la dependencia. En este caso se debe tener en cuenta que estos patrones característicos de necesidad no se forman de un momento a otro, pues estos se van formando durante la adolescencia y en muchos casos ya forman parte de la personalidad del individuo.

No se puede hablar de dependencia emocional sin mencionar a Castello (2005), quién ha desarrollado varias teorías y definiciones acerca de esta problemática, este autor manifiesta: "La dependencia emocional es la necesidad extrema de carácter afectivo que una persona siente hacia su pareja a lo largo de sus diferentes relaciones" (p. 17). Esta definición da a entender que la dependencia no necesariamente se va a presentar en una situación específica de la vida de una persona, si no, más bien, tiende a la cronicidad, lo cual llega a deteriorar las relaciones afectivas.

A su vez el autor (Urbiola et al., 2019) define a la dependencia emocional como: la necesidad afectiva extrema que una persona siente hacia su pareja y que en ocasiones puede estar relacionada con la violencia " (p.1). La descripción planteada por el autor se da meramente en el campo sentimental, la misma que da a entender,

que el individuo dependiente va a ser sumiso o posesivo en una relación de pareja, este puede llegar a ejercer o recibir violencia por parte de su pareja. Tener en cuenta estos factores es muy importante al momento de determinar los riesgos que puede sufrir una persona que está pasando por dependencia afectiva.

Clasificación de la dependencia emocional

Al momento de describir la dependencia emocional, es importante entender que esta se desarrolla por varios factores y en distintos ámbitos, entre estos se encuentra: el ámbito social, familiar y de pareja. En cambio, cuando se habla de factores se debe tener muy en cuenta el componente psicológico, como manifiesta Beraun & Poma (2020); la dependencia emocional se expresa como una necesidad excesiva de recibir afecto por parte de la pareja, esta puede llevar a que la persona presente comportamientos y pensamientos que le generen malestar, entre las que destacan: las conductas de sumisión y los pensamientos de estilo obsesivo. A continuación, se procederá a clasificar la presente problemática.

Dependencia en relaciones de pareja

La dependencia emocional dentro de las relaciones de pareja es algo visto como muy común en los distintos momentos de la historia de la sociedad, así, Arocena y Ceballos, (2017), explican que esta se basa en una relación de poder en donde la persona dependiente se vuelve posesiva y complaciente ante el ser amado, el mismo que en muchas ocasiones aprovecha de esta situación para dominar y manipular a su pareja. Con respecto a lo antes mencionado, Salam y Betancourt (2021):

Los miembros del emparejamiento que tienen dependencia emocional se caracterizan por ciertas particularidades desarrolladas a raíz de sus relaciones interpersonales, sus rasgos característicos tales como la necesidad de aprobación de las demás personas. Esto debido a que, al generar vínculos más intensos, tienden a tratar de agradarles lo más posible,

cuidando su apariencia e incluso su reputación (Salam & Betancourt 2021, pag.2)

No es poco común que las personas que son catalogadas como dependientes emocionales, sean excesivamente complacientes con su pareja, esto con el fin de agradar y evitar el rechazo, la posesividad también se vuelve un factor determinante a la hora de establecer una relación, debido a que esta se utiliza como un mecanismo de control, el cual va a evitar que la otra persona se aleje o la remplace con otra pareja (Moñeme, et. al., 2017). Es de vital importancia entender que este tipo de relaciones sentimentales se vuelve un círculo de ansiedad constante, en donde el miedo al abandono y al rechazo son detonantes que se presentan con cotidianidad.

Dependencia emocional en el entorno familiar

La familia es un entorno importante en donde todas las personas se desenvuelven, dentro de esta se establecen un sin números de roles, en donde por lo general los padres son las figuras de autoridad y los hijos los enviados a obedecer. Dentro de la estructura familiar es muy común que exista dependencia hacia la figura de mayor apego, dicho fenómeno se da mucho en familias disfuncionales, haciendo énfasis en esta temática, Núñez, (2016) manifiesta “La disfuncionalidad aparece en ausencia de reglas y límites, cuando los lazos y vínculos no se han construido de la manera adecuada, en medio de roles confusos o en ausencia de estos, no existe coherencia ni simetría en la construcción de su esquema”. (p.22)

En este sentido es importante establecer límites dentro del sistema familiar, debido a que la falta de estos crea un ambiente disruptivo dentro del hogar, el mismo que es percusor para la existencia de Dependencia afectiva. Con respecto a lo antes mencionado Redrovan, (2020), expresa; “La relación entre dependencia emocional y funcionalidad familiar se da cuando una familia es disfuncional, es decir, cuando existe comportamientos y actitudes inapropiados por parte de los padres afectando en gran medida la capacidad de los integrantes de relacionarse sanamente dentro de una sociedad” (p.9). Lo descrito por la autora es muy relevante, debido a que

enseña como la negligencia por parte de los padres puede afectar como sus hijos se desenvuelven en el área social.

Ansiedad por Separación (TAS).

La ansiedad por separación se establece como un factor relevante en el desarrollo de patrones de dependencia emocional, enmarcada dentro de los trastornos de ansiedad de la niñez, muchos lo describen como una respuesta emocional caracterizada por el miedo al abandono o rechazo de un ser querido. Bados (2015) manifiesta que es un miedo intenso que siente un niño de 1 a 6 años ante la marcha de sus progenitores, también recalca que impacto de esta patología es mucho mayor en hijos de padres divorciados, esto debido al cambio de vida que tienen que afrontar, actividades como comer en la escuela, pasar en casa de un pariente y el mismo hecho de no ver frecuentemente a su figura de apego, causa un malestar significativo en el infante.

Existen sintomatología frecuente en los niños que sufren de TAS, entre los que destacan: evitar ir a dormir, excesivo miedo de quedarse en el hogar o estar en otros lugares sin las figuras de apego. De acuerdo a la asociación española de pediatría (AEPNYA), existe una relación poco sana entre los niños y sus padres, a estos niños se los caracteriza por siempre querer agradar y de carácter moldeable, los padres de estos niños tienden a caer en la negligencia afectiva, siendo muy controladores y sobreprotectores, impidiendo así, su desarrollo normal, a su vez se ha detectado que los padres tienden a mostrar cierta hostilidad, esto debido a que el niño interfiere permanentemente en sus actividades diarias.

Modelos de dependencia emocional

Existen varios modelos teóricos que escriben a la dependencia emocional y como está afecta la vida cotidiana. A continuación, se mostrarán los dos modelos que más influencia han tenido en el estudio de esta problemática.

La teoría de Castelo

Por otra parte, Castelo, ha estudiado a profundidad la dependencia emocional, el cual establece a la misma como: “uno de esos problemas psicológicos que nos definen como seres humanos, que encontramos como muy nuestro, propio de «animales sociales» destinados, por suerte o por desgracia, a las relaciones con nuestros congéneres” (Castelo, 2005, pag.14). Lo dicho por este autor tiene demasiado sentido al momento de hablar de relaciones interpersonales, pues el ser humano es sociable por naturaleza y no puede aislarse de su entorno, el autor también remarca que el amor tiene un papel importante dentro de la dependencia emocional, esto se debe a que, según él, algunas personas enamoradas tienden a perder los estribos y a olvidar sus necesidades afectivas.

Un factor muy importante dentro de esta teoría es la dependencia económica, esto debido a que una persona que tiene sus necesidades económicas resueltas por un tercero puede sentirse indefensa a la hora de conseguir recursos por su cuenta, esto provoca una reacción de temor en el individuo, pues este considerará que se siente solo frente al mundo y que sus habilidades no son suficientes para afrontar las demandas que tiene que cubrir, Castelo, (2005) también hace énfasis en que la dependencia emocional no es una necesidad afectiva, si no, una necesidad externa, cuya recompensa es el sentirse validado por el ser querido. Hay que tener en cuenta que las personas dependientes tienden a repetir dicho patrón desde la adolescencia y por lo general buscan nunca estar sola, porque eso les produce ansiedad y malestar.

Apego Ansioso de Bowlby

El vínculo emocional, fue estudiado por Bowlby, (1989), desde hace muchos años atrás, este creía que los niños sienten un vínculo afectivo cercano hacia su figura de apego, Bowlby, (1989) también hablaba acerca del apego ansioso y manifestaba que este se da en niños que son sobreprotegidos por sus padres. Según Becerril & Álvarez (2012), el objetivo de este apego es mantener al niño lo más cercano posible a su figura de afecto, no es poco común que los niños que experimentan

este tipo de apego persigan a su madre por la casa o no puedan separarse de ella, de acuerdo con Bados, (2015), los niños son propensos a sufrir de fobias, las mismas que se manifiestan fuera del hogar, un ejemplo de ello es: la presencia de fobias escolares y la agorafobia, cabe recalcar que diversos estudios demuestran que existe una correlación entre la sobreprotección paterna y estas patologías.

El estilo de apego con el cual se desenvuelve un niño tiene repercusión en la vida adulta, se sabe que uno de los más comunes es el apego inseguro de evasivo, citando a Cobo (2020), “Los individuos que presentaron patrón de apego inseguro de tipo evasivo en la infancia tienen un concepto negativo de los demás y positivo de sí mismos. Se mostrarán autosuficientes y relegarán sus emociones a un segundo plano” (Cobo,2020, pag.17). de acuerdo con lo antes mencionado por el autor, se puede interpretar que la autoestima en esta clase de personas está regulada, pero la percepción que tienen acerca de los demás está distorsionada, lo cual los puede llevar a tener problemas a la hora de relacionarse.

El apego inseguro tiene su base en la ambivalencia que tiene el cuidador primario con el recién nacido, según Barroso (2012), los padres presentan conductas agresivas u hostiles, pero a la vez se comportan de manera cariñosa, lo que hace que el bebé se sienta confundido y angustiado, este tipo de comportamiento genera una impetuosa necesidad de apego, esto hace que el niño tenga conductas que busquen obtener la cercanía permanente de los cuidadores, es necesario conocer como esta clase de relación puede llegar a afectar la vida adulta del sujeto, debido a que este, puede desarrollar una sensación muy fuerte de rabia abandono cuando se sienten excluidos por una persona a la que consideran importante.

Determinantes

Con el pasar de los años se ha podido determinar que existen diversos factores que hacen que una persona padezca de dependencia emocional, entre ellos tenemos: el estilo de crianza, factores biológicos y ambientales, en el presente apartado se dará una descripción de cada uno de ellos.

Estilo de crianza como factor de riesgo

El estilo de crianza es un factor determinante al momento de desarrollar la personalidad, lo cual puede deslindar en una de carácter dependiente, de acuerdo con lo indagado, se demuestra que los adultos cuyos padres fueron negligentes durante su infancia, generaron un estilo de apego incondicional como una estrategia de adaptación. Para Reyes (2023), la comunicación disfuncional durante el desarrollo juega un rol crucial en torno al estilo de apego, la comunicación deficiente causa confusión en el niño, lo cual tiende a distorsionar la percepción sobre su relación con el cuidador primario, lo cual provoca sentimientos de incompreensión e inseguridad dentro del vínculo.

Un factor de riesgo es el estilo de crianza negligente, el cual se caracteriza por no tener límites y reglas dentro del hogar, de acuerdo con Cobo, (2020), los niños que son criados bajo este modelo pueden presentar problemas emocionales en el futuro, dentro de estos destacan: Miedo al abandono, ansiedad, conductas disruptivas, incluso puede llegar a tener problemas con la ley en el futuro, es importante poner atención en como este estilo puede ser un factor determinante al momento de formar una personalidad dependiente, pues una crianza basada en la negligencia forman adultos con carencias afectivas y con problemas al desenvolverse en el plano social.

Factores biológicos

Al analizar los determinantes biológicos, se ha demostrado que tener familiares en primer grado con antecedentes de abuso de sustancias o con trastornos neurológicos, favorece a que se origine conductas de dependencia, según Núñez, (2019): “si existe antecedentes familiares con cualquier tipo de adicciones, problemas neurológicos que se inclinen a la ansiedad y depresión que pueden intervenir en el origen y desarrollo de la dependencia.” (p.28). Lo planteado por el autor denota que, aunque está poco estudiada, si existe una base genética que predispone al individuo hacia la dependencia.

La autoestima y el contexto cultural

La autoestima constituye un factor determinante en el desarrollo y mantenimiento de la dependencia emocional, especialmente en estudiantes universitarios que se encuentran en una etapa crucial de formación de identidad, así los individuos con una autoestima adecuada tienden a establecer límites saludables en sus relaciones interpersonales y son menos propensos a tolerar dinámicas de dominación o manipulación (Castello, 2005). El contexto cultural también juega un rol importante al momento de establecer relaciones de dependencia, debido a que el machismo ha estado presente durante toda la historia de la sociedad, y este ha establecido que la mujer debe ser quién debe soportar toda clase de desaires por parte de su pareja. Con respecto a lo mencionado con anterioridad, la OMS (2017) expresa que actualmente el maltrato en contra de la mujer es una problemática muy alarmante, debido a que 1 de cada 3 mujeres han sufrido violencia de género.

Instrumentos de evaluación

La dependencia emocional ha sido objeto de estudio desde hace muchos años dentro del campo de la psicología, por lo que se han diseñado diferentes métodos y técnicas de evaluación para medirla, en la presente sección se dará una descripción de los instrumentos más utilizados.

Cuestionario de Dependencia Emocional CDE

El cuestionario de Dependencia Emocional CDE de Lemos y Londoño (2006), consta de 23 ítems, cuyo objetivo es evaluar la dependencia emocional como un constructo absoluto, consta de seis subescalas que se dividen en: ansiedad por separación, miedo a la soledad, expresión afectiva de la pareja, modificación de planes, expresión al límite y búsqueda de atención. El cuestionario ha sido sujeto de varias validaciones, entre ellas se encuentra la realizada por Tuesta (2020), quién realizó la validación del cuestionario en estudiantes universitarios de Perú, la muestra del estudio estuvo conformada por más de 1000 alumnos de la universidad

de Tarapoto, los valores alfa obtenidos por el investigador oscilaban entre el 0.6 y 0.7 por dimensión.

Inventario de Dependencia Emocional (IDE)

El Inventario de Dependencia Emocional, fue hecho en el año 2015 por Jesús Joel Aiquipa Tello. El reactivo consta de 49 ítems y se encarga de medir siete factores distintos, entre los que se encuentran: miedo a la ruptura, miedo e intolerancia a la soledad, prioridad de la pareja, necesidad de acceso a la pareja, deseos de exclusividad, subordinación y sumisión y deseos de control y dominio (Aiquipa, 2015). La prueba fue validada en población peruana por autor original, dicha validación se realizó en una muestra de 757 personas de la ciudad de Lima-Perú, obteniendo un alfa de Cronbach de 0.96, lo cual demostró que la validación del reactivo es bastante confiable.

Escala de Dependencia Emocional (ACCA)

La Escala de Dependencia Emocional (ACCA), de Anicama y colaboradores, fue elaborada en el año 2013, la misma que consta de 42 ítems, con respuestas de sí o no, este cuestionario, está dirigido para población mayor de 15 años y su aplicación puede ser de manera grupal e individual. Según López et al (2023), la prueba se divide en diez categorías, entre las que encuentran: miedo a la soledad, expresión límite, ansiedad por la separación, búsqueda de aceptación y atención, apego a la seguridad o protección, idealización de la pareja, abandono de los planes propios para satisfacer los planes de los demás y desensibilización social. Cabe destacar que el reactivo está validado en población latinoamericana.

1.2. Estrategias de afrontamiento

Conceptualización

Las estrategias de afrontamiento son procesos cognitivos y conductuales que se desarrollan para manejar y tolerar las demandas tanto internas como externas del individuo, permitiendo así dar una respuesta adaptativa ante situaciones que generan estrés en el organismo (Petrikovich, 2020). Hay que mencionar también que el afrontamiento proviene del siglo XIX y muestra sus primeras apariciones con el término Coping en inglés donde se menciona un vínculo con los mecanismos de defensa que desglosa un carácter intrapsíquico, con una serie de pensamientos y acciones para que un individuo logre ejecutar situaciones complejas (Izquierdo, 2020).

A lo largo de la historia se llega a conocer como el término afrontamiento conlleva distintas aproximaciones donde se refleja la evolución de una perspectiva ampliamente compleja del término mediante cada autor que fueron descritas en la tabla 1, donde se plasmaron los hallazgos más importantes de una revisión literaria.

Tabla 1. Definición de las Estrategias de Afrontamiento

Autor	Definición
1946 - Freud y Ana Freud	Definen las estrategias de afrontamiento como mecanismos inconscientes que utiliza el individuo para manejar amenazas internas y externas, actuando como reguladores de la ansiedad y el estrés emocional.
1966 – Lazarus	Define el afrontamiento (coping) como el conjunto de esfuerzos cognitivos y conductuales que realiza una persona para manejar las demandas específicas que evalúa como desbordantes de sus recursos.
1978 – Lazarus y Launier	Conceptualizan el afrontamiento como los esfuerzos intrapsíquicos y orientados a la acción para manejar las demandas ambientales e internas, y los conflictos entre ellas, que ponen a prueba o exceden los recursos de la persona.
1984 – Lazarus y Foleman	Definen las estrategias de afrontamiento como los esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo.

2007 – Connor-Smith y Flachsbart	Definen el afrontamiento como un proceso multidimensional que implica la interacción entre las características de personalidad del individuo y los recursos disponibles para responder a situaciones estresantes.
2013 – Skinner	Define las estrategias de afrontamiento como el modo en que las personas movilizan, guían, manejan, energizan y dirigen el comportamiento, la emoción y la orientación bajo condiciones de estrés psicológico, incluyendo sus esfuerzos para regular los procesos emocionales, cognitivos, conductuales, fisiológicos y ambientales.

Fuente: (Biggs, Brough, & Drummond, 2017) (Connor-Smith & Flachsbart, 2007), (Skinner, Edgar, Altman, & Sherwood, 2003)

Elaboración propia

El concepto de afrontamiento ha sido estudiado por diversos autores, quienes lo definen como una respuesta innata que varía en cada individuo y se desarrolla a partir de rasgos personales e influencias del entorno, manifestándose especialmente durante situaciones de estrés significativo. Connor-Smith y Flachsbart (2007) señalan que la personalidad desempeña un papel fundamental en el desarrollo de las estrategias de afrontamiento, se han identificado patrones consistentes de sentimientos y comportamientos que generan respuestas conscientes ante situaciones estresantes.

Clasificación del afrontamiento

Dentro de la clasificación se encuentran diferentes tipos y dimensiones de las estrategias de afrontamiento o también conocidos como estilos de afrontamiento, que son predisposiciones de carácter personal para poder sobrellevar las situaciones y la función que ejecuta la estrategia, a su vez, la estrategia brinda estabilidad de la realidad por tener un procedimiento más concreto que pueden estar sometidas a constantes cambios. Para Lazarus y Folkeman (1986) citado por Solís Manrique y Vidal (2006), plantean dos estilos de afrontamiento: centrados en el problema y centrados en la emoción, se describieron a continuación en el cuadro N.2

Tabla 2. Estilos de Afrontamiento

Estilos de afrontamiento	Definición	Diferencias
Afrontamiento centrado en el problema	Actúa en como modificar la fuente de estrés, se busca la principal causante de estrés y disminuir el impacto negativo causado	<ul style="list-style-type: none"> - Soluciona la causante del estresor - Investiga la solución al conflicto - Es directa y activa
Afrontamiento centrado en la emoción	El punto clave se halló en la emoción negativa lo que implica en cómo manejar la situación debido a que se genera una respuesta para aplacar la carga emocional	<ul style="list-style-type: none"> - Opera las emociones que conllevan al estrés - Usa métodos reflexivos - Conoce la situación que genera estrés al individuo e identifica que no puede cambiarla

Fuente: (Solis Manrique & Vidal, 2006)

Elaboración propia

Los estilos de afrontamiento propuestos Lazarus y Folkeman (1986) sostiene que ambos estilos son totalmente complementarios, la diferencia se encuentra en el desarrollo de la situación y el control del escenario para manejar el estrés. Por ello, se encuentra una distinción en el afrontamiento centrado en el problema que influye en la situación de estrés, en cambio el afrontamiento centrado en las emociones trabaja en reducir emociones negativas con el uso de diferentes estrategias de expresión emocional y búsqueda de apoyo (Tite Malusin & Cuadrado, 2023). En cambio, para Carter, Scheier y Waintraub en 1889, citado por Solis Manrique y Vidal (2006), definen cinco estilos de afrontamiento, que engloban doce estrategias de afrontamiento y fueron descritas en el cuadro N.3 presente a continuación.

Tabla 3. Estilos de Afrontamiento

Estilos de afrontamiento	Estrategias
Afrontamiento centrado en el problema	Su función es resolver el problema mediante la planificación, acción directa o toma de acción activa, supresión de actividades competitivas y búsqueda de apoyo instrumental
Afrontamiento centrado en la emoción	Esta estrategia opera las emociones derivadas del estrés se usa la reinterpretación positiva y crecimiento, aceptación, uso de humor y búsqueda del apoyo emocional
Afrontamiento Evitativo	Evita las situaciones que generan estrés y con ellos sus emociones asociadas, se encuentra estrategias como la negación, desconexión mental o conductual y el uso de sustancias
Afrontamiento disfuncional o desadaptativo	Son las estrategias que provocan daño a la salud física y mental a largo plazo, se usa la fuga o escapa y la auto manipulación,
Afrontamiento basado en la religión o espiritualidad	Son estrategias relacionadas a la fe o la espiritualidad como un medio de ayuda para salir de la situación desagradable que provoca malestar se halla un enfoque religioso de por medio

Fuente: (Solis Manrique & Vidal, 2006), (Carver, Scheier, & Weintraub, 1989)
Elaboración propia

La propuesta de Carter, Scheier y Waintraub en 1889 sostiene el incremento de un marco conceptual más allá del implantado por Lazarus y Folkman, donde se indica que una persona cuenta con varias estrategias de afrontamiento para poder sobrellevar situaciones estresantes en su diario vivir con enfoques tanto adaptativos y desadaptativos por integrar la diversificación en las estrategias con una gama de respuestas y categorías que se centran en el problema, introducción de estrategias evitativas e incorporación de la religión como nuevos mecanismos para conllevar el estrés (Viñas, González, García, Malo, & Casas, 2015). Finalmente, para Frydenber, (1996) determina tres tipos de estilos de afrontamiento donde se determinan dieciocho estrategias de afrontamiento y se detalla en la tabla N.4

Tabla 4. Estilos de Afrontamiento

Estilos de afrontamiento	Estrategias
Resolver problemas	<ul style="list-style-type: none"> - Concentrarse - Esforzarse y lograr éxito - Invertir tiempo en amigos - Búsqueda de pertenencia - Fijarse en lo positivo - Búsqueda de diversión relajantes - Resolverlo por sí mismo - Actividades físicas
Estilo de referencia a otros	<ul style="list-style-type: none"> - Apoyo social - Acción social - Apoyo espiritual - Ayuda profesional
Estilo no productivo	<ul style="list-style-type: none"> - Preocupación - Fantasías - Ignorar problemas - Reducir tensión - Autoocuparse

Fuente: (Solis Manrique & Vidal, 2006), (Peñaherrera Ron, Estrategias de afrontamiento y calidad de vida: Análisis comparativo entre pacientes oncológicos y sus cuidadores en el Hospital Solca Ambato, 2019)

Elaboración propia

En definitiva, el afrontamiento forma parte de un proceso psicológico para manejar netamente el estrés en determinadas situaciones, hay que entender que no todos los seres humanos reaccionan de la misma manera lo que lleva a la necesidad de buscar un estilo propio de afrontamiento, para Frydenber los estilos de afrontamiento indican una subclasificación más completa que involucran estrategias de confrontación y enfrentamiento al problema (Solis Manrique & Vidal, 2006)

Factores modulares

.

Los factores modulares dentro de las estrategias de afrontamiento forman condiciones influyentes en un individuo para determinar cómo manejar un estresor lo que depende del contexto y naturaleza del mismo, Como plantea Peñaherrera-Ron, (2019): “En relación al tipo de afrontamiento utilizado y el momento en que este se emplea pueden interferir múltiples variables que logran disminuir el efecto o acrecentar el resultado de la estrategia de afrontamiento utilizada” (p. 12). Asimismo, los factores modulares no suelen involucrarse con el fenómeno, pero poseen predominación en el momento del impacto, lo que causa solución inmediata o estancamiento. Estos agentes modulares comprenden una división entre factores

internos y externos

Los factores internos comprenden características individuales de cada sujeto aquí se incorporan los rasgos biológicos y psicológicos para percibir y responder al estresor, estos factores poseen un modo sistemático de los estilos de afrontamiento que están integrador por: personas evitadoras - personas confrontativas, catarsis, uso de estrategias múltiples y factores de la personalidad (Lazarus y Folkeman, 1986). Por otro lado, existen otras variables que influyen dentro de los factores internos que perjudican la eficacia del afrontamiento están inmersas en el sentido del humor, sensación de coherencia e inteligencia (Vásquez, Crespo, & Ring, 2000).

Con respecto a, los factores externos están ligados al entorno social y cultural lo que facilita o dificulta sus propias estrategias de afrontamiento de acuerdo al contexto en el que se desarrolla la persona. Como señala Peñaherrera-Ron, (2019); “las variables externas pueden interferir de modo positivo o negativo en el estilo de afrontamiento”, lo que implica que el estresor actúa de manera directa de afrontamiento o como amortiguador del impacto que causa el estresor (p. 13). Dentro de esta categoría influyen elementos externos como: los recursos tangibles, apoyo social y la existencia de diversos estresores (Vásquez, Crespo, & Ring, 2000).

Función y efectividad de las estrategias de afrontamiento

Las estrategias de afrontamiento cuentan con diferentes funciones para la regulación emocional y condutal de cada sujeto, se tomó en cuenta las siguientes funciones: primera reducción de malestar emocional; se encarga de regular y estabilizar la emociones negativas (miedo, ansiedad, tristeza) que son producto de situaciones estresantes y se usan estrategias como la reestructuración cognitiva, aceptación y apoyo emocional, segunda resolución de problemas; indica que el sujeto permite confrontarse con el estresor de forma directa por medio de acciones para reducir o resolver su impacto, tercero manejo de la autoimagen y el autoconcepto; estrategias para proteger el autoestima y auto imagen de la persona,

por último, se encuentra la adaptación del entorno; brinda apoyo a manejar situaciones que no puede controlar lo que permite la adaptación (Macías, Orozco, Valle, & Zambrano, 2013).

Asimismo, la efectividad de las estrategias de afrontamiento se encuentra regidas por diversos factores, algunas de ellas son más efectivas que otras, las cuales pueden ser adaptativas o desadaptativas. Las estrategias de afrontamiento adaptativas se encargan en la reducción del estrés para fortalecer el bienestar psicológico a largo plazo y se enfocan en el afrontamiento centrado en el problema y la aceptación, por otro lado, las estrategias de afrontamiento desadaptativas se vinculan a un alivio de tipo temporal que causan malestar a largo plazo se incluye: la evitación, negación, autculpa y conductas de escape (Romero, Zapata, & García, 2014).

Dependencia emocional y estrategias de afrontamiento

La dependencia emocional se caracteriza principalmente por la necesidad exagerada de buscar afecto y aprobación que proporciona la pareja o la familia, lo que, causa un patrón de relaciones disfuncionales porque se vincula directamente en como el individuo enfrenta el estrés, generalmente se evidencia una estrategia de afrontamiento desadaptativa por la manera en que la dependencia actúa en la elección y efectividad de cada estrategia (Mediana Plaza, 2022). Además, la dependencia emocional se caracteriza por baja autoestima, miedo al abandono, necesidad de aprobación y relaciones asimétricas. Se halló algunas estrategias que perpetúan el ciclo de dependencia y están conectadas: a la evitación del conflicto, lo que no promueve la independencia emocional (Bonilla Alvarez, 2023).

De igual manera, la dependencia emocional constó de un patrón con varios comportamientos enfocados directamente en las relaciones de pareja por precautelar atención, intimidad excesiva y evitación al conflicto para no romper el vínculo, este tipo de dependencia tiene mayor énfasis en mujeres y se presenta en hombre, pero en menor escala, se ocasiona por el resultado de conductas sumisas, miedo al abandono o priorización (Bonilla & Tobar Viera, 2023). Por otro lado, la

carencia de estrategias de afrontamiento cumple como una causante y mantenedora de la sujeción emocional por mecanismo afines al autoengaño lo que genera un quiebre en vínculos afectivos para satisfacer sus propias necesidades afectivas (Serrano, 2023).

Finalmente, en un estudio realizado sobre dependencia emocional y estrategias de afrontamientos en estudiantes universitarios se determina la relación entre las dos variables mediante de carácter cuantitativa no experimental y de diseño descriptivo – correlacional en una población de 226 personas de la facultad de fisioterapia de la universidad Técnica de Ambato, las edades comprenden el rango de 18 a 26 años con una media de 21.2. Los resultados que arrojó la investigación demostraron que no existe una correlación significativa, 62.8% de la muestra indica un nivel bajo de dependencia emocional y revelan que el 81.3 tienen una estrategia de afrontamiento de retirada social (Bonilla & Tobar Viera, 2023).

CAPÍTULO II. DISEÑO METODOLÓGICO

2.1. Paradigma, modalidad y alcance de investigación

El presente estudio se basa en el paradigma postpositivista como fundamento epistémico. Los paradigmas de la investigación científica son marcos de referencia que guían la interpretación de los procesos metodológicos en investigaciones empíricas. El paradigma postpositivista se distingue por ser crítico, cuasi-objetivo y modificador del positivismo convencional (Aguiló, 2007); estos atributos evidencian una perspectiva más adaptable y reflexiva frente a la realidad en la ciencia. Adicionalmente, este paradigma se fundamenta en una visión que admite la presencia de una realidad objetiva, aunque reconoce cierto impacto del investigador en la comprensión de los fenómenos (De la Torre, 2023). De acuerdo con Fernández y Vela, (2021), el enfoque postpositivista aspira a alcanzar la objetividad a través de la comprobación estricta y la comparación sistemática de los hallazgos obtenidos.

El diseño establecido para este estudio es no experimental, no se emplean variables manipulables, ni se pretende controlar factores que puedan intervenir con el fenómeno estudiado, este método se distingue por la observación de fenómenos tal como ocurren en su entorno natural, sin alterar o intervenir deliberadamente con las variables independientes, enfocándose en la observación y estudio de los sucesos ya presentes (Hernández-Sampieri et al., 2014); lo cual, proporciona una visión más naturalista y contextual de los fenómenos a investigar.

El enfoque de esta investigación es el cuantitativo, lo que se pretende estudiar, son variables cuantificables. El método cuantitativo se caracteriza por ser objetivo-deductivo, que buscan la generalización de resultados (Creswell, 2013); características que reflejan la relación directa con la medición numérica y el análisis estadístico. Asimismo, de acuerdo con Quispe y Villalta, (2020), este método se basa en la recolección de información para verificar hipótesis a través de la cuantificación y el análisis estadístico, con el objetivo de determinar patrones, con el fin de posibilitar un acercamiento metódico y organizado a la realidad estudiada.

Con respecto al alcance de esta investigación se propone el descriptivo-correlacional. El alcance descriptivo, según Galarza, (2020), manifiesta que este alcance se caracteriza por desglosar propiedades, atributos y perfiles de fenómenos, grupos o comunidades, característica que facilita un entendimiento detallado de cómo se expresan ciertos fenómenos. Por otra parte, el alcance correlacional se distingue por establecer relaciones entre variables, a través de un patrón predecible. Es decir, que se busca determinar si el aumento o disminución dentro de una de las variables incide con la variación de la otra, en torno a esta investigación, se busca determinar si las estrategias de afrontamiento en universitarios inciden de manera directa con la dependencia emocional y viceversa.

El corte de esta investigación es transversal, se caracteriza por recolectar datos en un momento único y específico del tiempo, para analizar su incidencia e interrelación en un momento dado (Rodríguez y Mendivelso, 2018). En este estudio, se ha realizado el levantamiento de datos a través, de un cuestionario de *Google Forms*, aplicado en un solo momento, durante el período de Octubre-Diciembre del año 2024.

2.2. Técnicas y herramientas de investigación

Para el levantamiento de datos se ha empleado dos técnicas, primero, la observación científica, la cual, permite registrar de manera metódica y planificada, comportamientos y eventos relacionada con el fenómeno de estudio (Lama y Lama, 2022), lo cual, brinda mayor precisión en la recolección de datos, a la par de permitir recopilar posible información adicional, que resulte relevante.

Por otra parte, el cuestionario, se emplea como un instrumento de recopilación de datos cuantitativos, se caracteriza por ser un conjunto estructurado de preguntas diseñadas para obtener resultados precisos en torno a una problemática dada, al igual que la entrevista, debe constar de validez y confiabilidad (Orosa, et., al., 2008). Los cuestionarios psicológicos empleados en este proyecto investigativo han sido desarrollados por otros autores, instrumentos que serán detallados a continuación.

Instrumentos

Consentimiento informado

El consentimiento informado es otra de las herramientas empleadas en el proyecto, este se establece como una herramienta metodológica esencial para la normativa ética de la implicación en la investigación, dichas herramientas de administración ética son fundamentales para asegurar la salvaguarda de los participantes en investigaciones. El consentimiento informado se define como un documento estandarizado que registra la autorización voluntaria de los participantes, especificando los objetivos, procedimientos, riesgos y ventajas del estudio (Cañete, et. al., 2012); este atributo facilita la instauración de un entorno de transparencia y participación libre. Adicionalmente, esta herramienta facilita la documentación de la aceptación informada de los participantes, siendo un elemento probatorio de la voluntariedad y el conocimiento completo de las condiciones de participación en el estudio.

Ficha sociodemográfica

La ficha sociodemográfica es una herramienta metodológica esencial en la investigación científica, facilita la recolección sistemática de datos acerca de variables sociales, demográficas y personales de una población (Guzmán y Caballero, 2012); característica que permite la descripción y contextualización de la muestra investigada. Con la finalidad de un correcto levantamiento de datos, para la posterior caracterización de la muestra, se estableció un prototipo de ficha a modo de cuestionario, entre los datos recogidos en la misma se encuentran factores como; la edad, género y sexo, estado civil, etnia o raza con la que se identifican, ciudad y zona de residencia, universidad a la que asiste, asimismo se contempló la carrera que estudia y que semestre se encuentra cursando al momento, factores complementarios, pero necesarios para las variables estudiadas.

Cuestionario de dependencia emocional

El Cuestionario de Dependencia Emocional, también conocido como CDE, fue creado por Lemos y Londoño en el 2006, con la finalidad de evaluar los patrones de dependencia emocional, relacionados con la necesidad excesiva de afecto y apoyo emocional por parte de una figura significativa en la vida del sujeto, lo que, puede influir en la salud mental y bienestar del evaluado (Lemos y Londoño, 2006). Dicho instrumento es útil para identificar niveles y manifestaciones de dependencia emocional, ofreciendo un método de screening psicológico.

La aplicación del mismo dura de 10 a 15 minutos, puede aplicarse de forma individual, se encuentra compuesto por 23 ítems y tiene 6 posibilidades de respuesta, medidos a través de una escala Likert. Además se organiza en 6 subescalas, cada una con un número determinado de preguntas, cuyo porcentaje de presentación del cuestionario varía dentro de un rango establecido. A continuación se detallan las equivalencias del CDE.

Tabla 5. Puntajes de las Subescalas del CDE

Subescala	# de Ítems	Puntaje Mínimo	Puntaje Máximo
Ansiedad por separación	2, 6, 7, 8, 13, 15, 17	7	42
Expresión afectiva de la pareja	5, 11, 12, 14	4	24
Modificación de planes	16, 21, 22, 23	4	24
Miedo a la soledad	1, 18, 19	3	18
Expresión límite	9, 10, 20	3	18
Búsqueda de atención	3, 4	2	12

Nota: Modificado a partir de Lemos y Londoño (2006).

Con respecto a la fiabilidad y consistencia de este test, en el contexto ecuatoriano, Chicaiza, (2024), a través de su estudio, los evaluó a través del coeficiente de Alfa de Cronbach, donde se obtuvo un resultado de 0.938, lo cual indica una alta consistencia interna, por otra parte, la validez de dicho instrumento fue determinada a través de validez de contenido, validez de constructo y validez convergente y discriminante. Concluyendo así que los ítems del cuestionario son coherentes entre sí y miden de manera efectiva el constructo de dependencia emocional en el contexto ecuatoriano.

Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI-SF)

El inventario de Estrategias de Afrontamiento, también conocido como CSI-SF por sus siglas en inglés, es un test, que fue desarrollado por Tobin, Holroyd, Reynolds y Wigald en 1989, este se centra en medir las estrategias de afrontamiento de las personas en situaciones estresantes, bajo dos ejes, el compromiso y la evitación y dos categorías; las centradas en el problema y las centradas en la emoción (Tous, et. al., 2022). Es decir que permite identificar cómo se enfrentan a los problemas y a las emociones asociadas a las estrategias de compromiso y a las de evitación.

El cuestionario consta de 16 ítems, divididos en 4 dimensiones (EFE, PFE, PFD, EFD), las opciones de respuesta son presentadas en una escala Likert de 5 puntos (nunca, raramente, a veces, a menudo y casi siempre). Cada dimensión incluye sus respectivos ítems, junto con su puntaje mínimo y máximo establecido.

Tabla 6. Puntajes de las Dimensiones del CSI-SF

Siglas	Dimensiones	# de Ítems	Puntaje Mínimo	Puntaje Máximo
EFE	Emoción Focalizada en Engagement (Compromiso)	5, 6, 11, 13	4	20
PFE	Problema Focalizada en Engagement (Compromiso)	1, 2, 8, 9	4	20
PFD	Problema Focalizada en Disengagement (Desvinculación)	4, 7, 12, 14	4	20
EFD	Emoción Focalizada en Disengagement (Desvinculación)	10, 15, 16, 3	4	20

Nota: Modificado de Tous, et. al. (2022)

Este instrumento, no se encuentra validado en la población ecuatoriana, sin embargo, en la versión española, evaluado con Alfa de Cronbach, se encuentran niveles altos de consistencia interna (Tous, et. al., 2022), lo cual se detalla a continuación:

Tabla 7. Fiabilidad y Consistencia del CSI-SF

Siglas	Significado	Consistencia Interna
EFE	Emoción Focalizada en Engagement (Compromiso)	0.890
PFE	Problema Focalizada en Engagement (Compromiso)	0.836
PFD	Problema Focalizada en Disengagement (Desvinculación)	0.767
EFD	Emoción Focalizada en Disengagement (Desvinculación)	0.934

Nota: Modificado de Tous, et. al. (2022)

2.3. Población y muestra

Población

El grupo sociodemográfico de interés para el estudio planteado se encuentra en la población universitaria de pregrado de la ciudad de Ambato, sin distinción de las carreras o el semestre que cursen actualmente, no existe un registro actual sobre la cantidad de estudiantes matriculados en los últimos años en la ciudad, sin embargo, se ha establecido una aproximación de 20.000 estudiantes entre las 4 universidades existentes en la urbe.

Muestra y muestreo

Este proyecto investigativo ha empleado un muestreo no probabilístico por conveniencia,, este método permite la selección de participantes mediante criterios específicos, establecidos por el investigador, en donde no todos los elementos de la población tienen probabilidad de ser elegidos (Hernández, 2021). Dichas características ofrecen flexibilidad y profundidad en la selección de casos, lo que permite una aproximación más contextualizada y significativa del fenómeno estudiado.

En torno a la selección del muestreo por conveniencia, se establece debido a la accesibilidad y practicidad en los procesos de selección y aplicación, de acuerdo a criterios como la facilidad de acceso, proximidad y disponibilidad del grupo de interés (Otzen y Manterola, 2017). Explicado esto, la población a la que se accedió fue aquella que cumplía con los criterios de inclusión, como ser hombre o mujer que pertenezca a alguna universidad ubicada en Ambato, legalmente matriculados en el Segundo Periodo Ordinario 2024, exclusivamente estudiantes de pregrado, además de querer participar en el estudio, dando su consentimiento informado, por otro lado, los criterios de exclusión aplicados, fueron hombres o mujeres con educación menor al tercer nivel, que estudien fuera de Ambato o que estuvieran registrados en alguna maestría.

Así, en base al número aproximado de estudiantes universitarios de la ciudad de Ambato que cumplieran con los requisitos previamente descritos, se determinó la muestra en base a su fórmula matemática, la cual, dio como resultados $n=377$ participantes a evaluar.

Caracterización de la muestra

En el desarrollo de esta investigación, se realizó un análisis de una población de estudiantes universitarios con el objetivo de comprender las características sociodemográficas relevantes para el estudio. La importancia de describir la muestra radica en garantizar la validez y la representatividad de los hallazgos, a continuación, se presenta la caracterización de la muestra, incluye aspectos como: edad, género, zona de residencia, ciudad de residencia, estado civil, etnia, universidad a la que pertenece, carrera, y nivel de estudio:

Tabla 8. Caracterización de la Muestra

	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
Edad	17	35	20.02	2.361
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Género				
Femenino	250	59.5	59.5	69.8
Masculino	127	30.2	30.2	100.0
Total	377			
Zona				
Rural	88	21.0	21.0	31.2
Urbana	289	68.8	68.8	100.0
Ciudad (Domicilio)				
Ambato	262	62.4	62.4	72.6
Baños	8	1.9	1.9	74.5
Bolívar	1	.2	.2	74.8
Cayambe	1	.2	.2	75.0
Cevallos	1	.2	.2	75.2
Guamote	1	.2	.2	75.5
Guaranda	1	.2	.2	75.7
Huambalo	1	.2	.2	76.0
Latacunga	37	8.8	8.8	84.8
Mocha	1	.2	.2	85.0
Pelileo	13	3.1	3.1	88.1
Píllaro	9	2.1	2.1	90.2
Pujilí	5	1.2	1.2	91.4
Quero	3	.7	.7	92.1
Quito	4	1.0	1.0	93.1
Riobamba	20	4.8	4.8	97.9
Salcedo	8	1.9	1.9	99.8
Tisaleo	1	.2	.2	100.0
Total	420	100.0	100.0	

Estado Civil				
Casado/a	3	.7	.7	11.0
Soltero/a	371	88.3	88.3	99.3
Unión libre	3	.7	.7	100.0
Etnia				
Afroecuatoriano	3	.7	.7	11.0
Blanco	5	1.2	1.2	12.1
Indígena	15	3.6	3.6	15.7
Mestizo	350	83.3	83.3	99.0
Montubio	4	1.0	1.0	100.0

Fuente: elaboración propia

La muestra de esta investigación estuvo compuesta por 377 estudiantes de ambos géneros, pertenecientes a diferentes carreras y universidades de la ciudad de Ambato. La edad de los participantes osciló entre los 17 y 35 años, con una media de 20.02 años (desv. típ. = 2.361). En cuanto al número de participantes el 59,5% de la muestra pertenecía al género femenino, mientras que, el otro 30,02% fueron hombres. Por otro lado, la procedencia de los participantes destacó que, alrededor del 68,8% vivían en zonas urbanas, mientras que, el 21,0% vivía en zonas rurales. Asimismo, la mayoría de los estudiantes eran originarios de Ambato 62,4%, mientras que otra parte significativa mencionó que su lugar de residencia vive en Latacunga (8,8%) y Riobamba (4,8%). Por último, el 99,3% de las participantes eran solteros, mientras que, la minoría reportó estar casados o en unión libre en un 0,7% de los casos.

Tabla 9. Caracterización de la Muestra

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Universidad				
INDOAMERICA	4	1.0	1.0	11.2
PUCESA	360	85.7	85.7	96.9
UNIANDES	1	.2	.2	97.1
UTA	12	2.9	2.9	100.0
Carrera				
Administración de Empresas	4	1.0	1.0	11.2
Contabilidad y Auditoría	1	.2	.2	11.4
Diseño Gráfico	1	.2	.2	11.7
Enfermería	25	6.0	6.0	17.6
Entrenamiento deportivo	1	.2	.2	17.9
Ingeniería Civil	1	.2	.2	18.1
Jurisprudencia	49	11.7	11.7	29.8
Medicina	116	27.6	27.6	57.4
Medicina	1	.2	.2	57.6
Negocios Internacionales	3	.7	.7	58.3

Pedagogía de los idiomas	1	.2	.2	58.6
Psicología Clínica	162	38.6	38.6	97.1
Psicología General	10	2.4	2.4	99.5
Software	2	.5	.5	100.0
Nivel de la carrera				
Primer Semestre	153	36.4	36.4	62.9
Segundo Semestre	42	10.0	10.0	74.8
Tercer Semestre	45	10.7	10.7	100.0
Cuarto Semestre	47	11.2	11.2	21.4
Quinto Semestre	8	1.9	1.9	64.8
Sexto Semestre	26	6.2	6.2	89.3
Séptimo Semestre	35	8.3	8.3	83.1
Octavo Semestre	21	5.0	5.0	26.4

Fuente: elaboración propia

En relación con las universidades, la mayor parte de los participantes pertenecían a la Pontificia Universidad Católica del Ecuador Sede Ambato (PUCESA) con un 85,7% de los participantes, mientras que, los demás se distribuyeron entre otras instituciones como la Universidad Técnica de Ambato (UTA) en un 2,9% de los casos. Paralelamente, las principales carreras de los participantes incluyeron: Psicología Clínica (38,6%), Medicina (27,6%), y Jurisprudencia (11,7%). Por último, los niveles de estudio más representados fueron el primer semestre en un 36,4% de los casos, y el cuarto semestre en un 11,2% de los casos con una menor participación en niveles superiores.

2.4. Procedimiento metodológico

Para iniciar este proyecto, primero se realizó una búsqueda bibliográfica de documentos investigativos que contuvieran las variables de interés, con la finalidad de establecer bases teóricas, sobre las cuáles sustentar y definir lo propuesto, estos documentos debían contener las dos variables a investigar. Posterior a esto, se seleccionó el grupo de interés mediante un muestreo por conveniencia, como ya se mencionó previamente.

Una vez delimitado estos factores, se procedió a realizar una investigación profunda para seleccionar los instrumentos que serían empleados para evaluar los casos de interés, en donde, para evaluar dependencia emocional, se eligió el CDE, test desarrollado en población colombiana, sin embargo, se encontró validación de este en Ecuador; asimismo, para la obtención de resultados con respecto a las estrategias de afrontamiento, se estableció en uso de la batería psicológica CSI-SF, del cual, se trabajó con su adaptación española.

El proceso acceso a la muestra en las instituciones de educación superior de Ambato se desarrolló mediante un abordaje diferenciado, en la Pontificia Universidad Católica Sede Ambato, se obtuvo formalmente el permiso del departamento académico para la aplicación de los reactivos seleccionados, los cuales fueron aplicados en las escuelas de Psicología (modalidad general y clínica), Ciencias de la Salud (carreras de Medicina y Enfermería) y Jurisprudencia, siguiendo los protocolos institucionales establecidos. Para las restantes tres universidades, considerando limitaciones temporales y administrativas, se optó por un acercamiento a través de referidos y contactos personales, en el caso particular de la Universidad Técnica de Ambato (UTA), la transición de autoridades académicas, que aún no habían sido posesionadas constituyó un factor limitante para la realización de trámites formales de autorización, asimismo, es necesario detallar que no se ejecutaron pruebas piloto previas.

Por otra parte, se desarrolló un cuestionario en Google Forms, para recoger los datos de los participantes a través de una ficha sociodemográfica, con la finalidad de delimitar cuidadosamente la población elegida previamente y que los resultados no se vieran afectados de ninguna forma.

Una vez levantados los datos y aplicados ambos cuestionarios psicológicos que también fueron trasladados a esta versión digital (Google Forms), los resultados, fueron transferidos a una matriz de Excel, con la finalidad de depurar los datos. Posteriormente, estos datos depurados fueron ingresados al programa estadístico SPSS versión 25, con la finalidad de realizar el análisis cuantitativo pertinente, en base a lo obtenido de dicho programa, se elaboraron tablas sobre lo encontrado, para finalmente establecer la discusión de resultados teórica, asimismo se plantearon las conclusiones y recomendaciones de este estudio.

CAPÍTULO III: ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

3.1. Análisis descriptivo de los instrumentos

Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE)

En cuanto a los resultados del instrumento Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE), que se obtuvo de la población estudiantes universitarios en la ciudad de Ambato. Se presentan las variables cuantitativas, en medidas de media, desviación estándar y curtosis; así como una breve interpretación de los mismos.

Para evaluar la fiabilidad interna del instrumento utilizado en el presente estudio, se calculó el coeficiente alfa de Cronbach, medida adecuada para determinar la consistencia interna de la escala. En este caso el coeficiente obtenido fue de ,94, lo que, indica un nivel de fiabilidad excelente según los criterios establecidos por George y Mallery (2003), quienes clasifican valores superiores a 0,9 como excelentes. Además, los análisis estadísticos mostraron un valor de significancia de $p= 0,05$, lo que indica que los resultados alcanzaron el umbral de significancia estadística, favoreciendo la validez de los datos recolectados.

Tabla 10. Cuestionario de Dependencia Emocionar (CDE) de Lemons y Londoño.

Subescala	Media	Desviación Estándar	Curtosis	Interpretación
Ansiedad por Separación	16,14	9,31	13,65	Rango Bajo
Expresión Afectiva	10,57	5,63	0,86	Rango Bajo
Modificación de Planes	8,41	4,78	1,39	Rango Bajo
Miedo a la Soledad	6,44	3,53	0,83	Rango Bajo
Expresión Límite	4,65	2,73	7,37	Rango Bajo
Búsqueda de Atención	4,80	2,62	-0,06	Rango Bajo

Fuente: elaboración propia

El análisis estadístico de los factores de dependencia emocional en el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) de Lemos y Londoño muestran que, en todas las subescalas evaluadas, los participantes presentan calificaciones dentro de un rango bajo. Esto sugiere que la muestra analizada no presenta niveles significativos de dependencia emocional en ninguna de las subescalas.

Dentro de los valores destacados, la subescala con la media más alta es “*Ansiedad por Separación*” con un resultado 16,14, lo que indica que, aunque en un nivel bajo, es la dimensión donde los participantes muestran una mayor tendencia a experimentar angustia ante la posibilidad de perder o alejarse de una figura significativa. Además, la curtosis en esta subescala es considerablemente alta (13,65), lo que sugiere que los datos están más concentrados alrededor de la media, lo que podría indicar poca variabilidad en las respuestas de los participantes en esta subescala.

Por otro lado, la subescala con la media más baja es “*Expresión Límite*” con 4,65 de resultado, lo que indica que los participantes tienden a mostrar pocas conductas impulsivas o extremas en sus relaciones interpersonales. La desviación estándar en esta subescala es de 2,73, lo que indica que hay una variabilidad moderada en las respuestas, aunque no excesiva. En términos de curtosis esta subescala presenta un valor de 7,37, lo que sugiere una distribución más concentrada que la normal, aunque no tan marcada como en la ansiedad por separación. En contraste, la subescala con la curtosis más baja es “*Búsqueda de Atención*” con -0,06, lo que sugiere que los datos en esta subescala están distribuidos de manera más uniforme y menos concentrada alrededor de la media.

En cuanto a la subescala de “*Miedo a la Soledad*”, la media obtenida es de 6,44, lo que indica que la mayoría de los participantes no presentan un temor elevado a estar solos. Sin embargo, su desviación estándar indica una variabilidad relativamente amplia en las respuestas, lo que sugiere que dentro de la muestra existen diferencias individuales en la manera en que los participantes experimentan este miedo. Algo similar sucede con “*Modificación de Planes*”, cuya media de 8,41 indica que la mayoría de los estudiantes universitarios no suelen cambiar sus planes de manera excesiva por influencia de su pareja, aunque la desviación estándar de 4,78 muestra que algunos individuos pueden presentar mayor tendencia a hacerlo, que otros.

En general, los resultados sugieren que los participantes de este estudio presentan bajo nivel de dependencia emocional en todas las subescalas evaluadas. No obstante, las diferencias en las medias y la variabilidad de los datos pueden indicar

que algunas personas dentro de la muestra tienen ciertos rasgos más marcados de dependencia emocional, en especial en lo relacionado con la ansiedad de separación. Además los valores de curtosis elevados en algunas subescalas reflejan que las respuestas tienden a estar más agrupadas alrededor de las medias, lo que podría indicar que la mayoría de estudiantes universitarios comparten patrones similares en cuanto a la dependencia emocional.

De acuerdo con Brito y Gonzáles (2016, en una investigación realizada en Perú con 300 participantes universitarios de la Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo, se utilizó el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) de Lemos y Londoño, el cual encontró que el 52% de los participantes presento un medio de dependencia emocional, por lo que sugiere que más de la mitad de estudiantes tienden a experimentar algún grado de subordinación afectiva en sus relaciones.

Además, se observaron diferencias significativas entre los géneros. Las mujeres, en promedio puntuaron más alto en dependencia emocional que los hombres, evidenciando una mayor propensión a necesitar aprobación y apoyo emocional contante en sus relaciones interpersonales. En cuanto a los niveles extremos, el 20% de los estudiantes universitarios presentaron niveles altos de dependencia emocional, lo cual sugiere una predisposición a relaciones de pareja macadas por asimetrías de poder y dificultad para establecer límites emocionales. Por otro, lado, el 28% presento niveles bajos, lo que indica una mayor independencia emocional y capacidad para gestionar las relaciones de manera autónoma.

Estrategias de Afrontamiento (CSI-SF)

Los resultados de la variable estrategias de afrontamiento, están distribuidos en la población de estudiantes universitarios de la ciudad de Ambato. Las variables cuantitativas, se expresan en medidas de media, desviación estándar, curtosis y una breve interpretación de los mismos.

En la evaluación de la fiabilidad interna del instrumento utilizado en el presente estudio, el coeficiente alfa de Cronbach obtenido fue de 0,72 lo que indica una fiabilidad aceptable según los criterios establecidos por George y Mallery (2003), quienes sugieren valores entre 0,7 y 0,8 son adecuados para investigaciones

exploratorias. Adicionalmente, el análisis estadístico mostró un nivel de significancia de $p=0,05$ lo que propone que los resultados son estadísticamente significativos.

Tabla 11. Inventario Breve de Estrategias de Afrontamiento (CSI-SF)

Dimensiones	Media	Desviación Estándar	Curtosis	Interpretación
Emoción focalizada en Compromiso	12,35	2,82	0,36	Rango Medio
Problema focalizada en Compromiso	12,97	2,85	0,35	Rango Medio
Problema focalizada en Desvinculación	10,69	2,83	0,21	Rango Medio
Emoción focalizado en Desvinculación	12,50	3,18	-0,08	Rango Medio

Fuente: elaboración propia

El análisis estadístico del Inventario Breve de Estrategias de Afrontamiento (CSI-SF) indican que los estudiantes universitarios utilizan estrategias de afrontamiento dentro del rango medio en todas las dimensiones evaluadas. La estrategia con la media más alta es *“Problema focalizado en Compromiso”* con 12,97 de resultado, lo que sugiere que, cuando enfrentan situaciones difíciles, los participantes tienden a resolver los problemas activamente y con responsabilidad. Este valor cercano a la media de *“Emoción focalizada en Compromiso”* (12,35), indica que también recurren a la regulación emocional como una estrategia de afrontamiento. La similitud en estas medidas sugiere que los individuos pueden combinar ambas estrategias, lo que resulta que, no solo buscan resolver los problemas, sino que también intentan manejar sus emociones de manera adaptativa durante el proceso.

En cuanto a la dispersión de los datos, la desviación estándar de estas dos dimensiones es bastante similar (2,85 PFE y 2,82 EFE) muestran que la distribución de los datos no presenta una concentración excesiva en la media ni una dispersión demasiado amplia, lo que sugiere que la mayoría de los participantes tienen niveles relativamente parecidos de estas estrategias de afrontamiento. Esto puede interpretarse como un indicador de que estas formas de afrontar los problemas son comunes dentro del grupo evaluado.

Por otro lado, las estrategias de afrontamiento relacionadas con la desvinculación muestran medias ligeramente menores. La dimensión *“Emoción focalizada en Desvinculación”* tiene una media de 12,50 y una desviación estándar de 3,18,

indicando que, algunos individuos pueden utilizar esta estrategia con mayor frecuencia, en general, la mayoría la usa en un nivel moderado. Este tipo de afrontamiento implica distanciarse emocionalmente del problema, lo que en ciertos casos puede ser útil, pero también podría dificultar la gestión efectiva de las dificultades si se usa en exceso. Su valor de curtosis (-0,08) es el más bajo de todas las dimensiones, lo que sugiere una distribución más uniforme de las respuestas y mayor dispersión en la manera en que los estudiantes utilizan esta estrategia.

La dimensión con la media más baja es "*Problema focalizado en Desvinculación*" (10,69), lo que afirma que los participantes recurren en menor medida a evitar o minimizar los problemas en lugar de enfrentarlos directamente. Sin embargo, su desviación estándar es de 2,83 como resultado, siendo bastante similar a las otras dimensiones, lo que demuestra que hay diferencias individuales en su aplicación. Su curtosis de 0,21, sugiere que los datos no están extremadamente concentrados en la media, pero tampoco presentan una gran dispersión.

Finalmente, los resultados reflejan que los estudiantes universitarios tienden a preferir estrategias de afrontamiento más comprometidas, tanto emocionales como prácticas, en lugar de estrategias que impliquen desvinculación del problema o de sus emociones asociadas.

De acuerdo con el estudio de González-Fernández et al. (2020), realizado en España con 150 estudiantes universitarios, se utilizó el Inventario Breve de Estrategias de Afrontamiento (CSI-SF) para analizar cómo los estudiantes manejaban el estrés académico. Los resultados mostraron que las estrategias centradas en la emoción, como la búsqueda de apoyo social y la reinterpretación positiva, fueron las más empleadas, especialmente por mujeres, quienes tendieron a recurrir más a la expresión emocional abierta y a compartir sus preocupaciones con amigos o familiares.

3.2. Análisis correlacional de la dependencia emocional y las estrategias de afrontamiento

En el análisis de la relación entre las variables de dependencia emocional y estrategias de afrontamiento, se emplean los coeficientes de compensación de Spearman (ρ). Este estadístico es fundamental cuando se analizan datos que no cumplen con los supuestos de normalidad, mide la asociación entre dos variables ordinales o cuando la relación entre ellas no es necesariamente lineal. De acuerdo con lo señalado por los autores Hernández, Fernández y Baptista (2024) y Rowntree (1987), los valores del coeficiente pueden interpretarse de la siguiente manera: entre 0,10 y 0,49 se considera una correlación débil, entre 0,50 y 0,74 una correlación moderada, entre 0,75 y 0,89 una correlación fuerte, ya a partir de 0,90 una correlación muy fuerte. Estos criterios se aplican a correlaciones negativas, indicando una relación inversa entre las variables analizadas.

Tabla 12. Análisis Correlacional Dependencia Emocional y Estrategias de Afrontamiento

	AP S	EAP	MP	MS	EL	BA	EFE (C)	PFE (C)	PFD (D)	EFD (D)
APS	C.	1,0	,809*	,767*	,600*	,591*	,743*			
	C	0	*	*	*	*	*	0,00	-0,05	0,01
	S.									
EAP	B	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,97	0,34	0,92
	C.		,673*	,548*	,496*	,692*				
	C	1,00	*	*	*	*	0,01	-0,04	0,01	0,04
MP	S.									
	B		0,00	0,00	0,00	0,00	0,80	0,41	0,93	0,42
	C.			,515*	,550*	,637*				
MS	C		1,00	*	*	*	0,02	-0,04	-0,03	0,00
	S.									
	B			0,00	0,00	0,00	0,74	0,45	0,53	0,94
EL	C.				,541*	,485*				
	C			1,00	*	*	-0,03	-0,08	-0,04	0,00
	S.									
BA	B				0,00	0,00	0,54	0,14	0,49	0,96
	C.					1,00	0,01	-0,03	0,01	0,00
	C						0,82	0,60	0,82	1,00
EFE (C)	S.									
	C						1,00	,374**	,286**	,124*
	B							0,00	0,00	0,02

PFE (C)	C.	1,00	-0,01	,181**
	C			
	S.		0,84	0,00
	B			
PFD (D)	C.		1,00	,214**
	C			
	S.			0,00
	B			
EFD (D)	C.			1,00
	C			
	S.			
	B			

C.C: Coeficiente de correlación **S.B:** Significancia Bilateral

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

* La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Fuente: elaboración propia

El análisis correlacional entre las subescalas de dependencia emocional y las dimensiones de estrategias de afrontamiento, muestran que existe una ausencia generalizada de correlaciones significativas entre ambas variables. Los resultados indican que la dependencia emocional no está directamente vinculadas con los tipos de estrategias de afrontamiento empleadas por los estudiantes.

En primer lugar, en la dimensión de afrontamiento basada en la *Emoción focalizada en Compromiso* (EFE-C), no se encontraron correlaciones significativas con ninguna de las seis subescalas de dependencia emocional. Los valores de significancia bilateral obtenidos para APS (0,97), EAP (0,80), MP (0,74), MS (0,34), EL (0,54), BA (0,82) se encuentran por encima del umbral de significancia estadística, lo que indica que no existe una relación clara entre la dependencia emocional y esta estrategia de afrontamiento. Esto sugiere que los niveles de dependencia emocional no influyen en la tendencia de los estudiantes a emplear estrategias de afrontamiento de compromiso ante situaciones estresantes.

Asimismo, en la dimensión de afrontamiento basada en el *Problema focalizada en Compromiso* (PFE-C), tampoco se hallaron correlaciones estadísticamente significativas con las subescalas de dependencia emocional. Los valores de significancia bilateral para APS (0,34), EAP (0,41), MP (0,45), MS (0,18), EL (0,14), BA (0,60) confirman esta falta de asociación. Este resultado indica que los niveles de dependencia emocional no determinan la predisposición de los estudiantes universitarios a enfrentar problemas de manera activa y comprometida.

Por otro lado, en la dimensión de afrontamiento basada en el *Problema focalizada en Desvinculación* (PFD-D), los coeficientes de correlación tampoco reflejan una relación significativa con las subescalas de dependencia emocional. Las significancias obtenida para APS (0,92), EAP (0,93), MP (0,53), MS (0,95), EL (0,49), BA (0,82) evidencian la independencia entre las dos variables, lo que sugiere que el grado de dependencia emocional de un estudiante no está relacionado con su tendencia a adoptar estrategias de afrontamiento que impliquen desvincularse del problema.

Finalmente, en la dimensión basada en la Emoción focalizada en Desvinculación (EFD-D), los valores de significancia bilateral también reflejan ausencia de una correlación significativa con las subescalas de dependencia emocional y los resultados obtenidos para APS (0,83), EAP (0,42), MP (0,94), MS (0,62), EL (0,96), BA (1,00) refuerzan la idea de que la dependencia emocional no influye en el uso de estrategias de afrontamiento que impliquen distanciamiento o evasión.

Los hallazgos sugieren que la dependencia emocional no guarda una relación estadísticamente significativa con las estrategias de afrontamiento analizadas. Esto implica que los niveles de dependencia emocional en los estudiantes universitarios no predicen el tipo de afrontamiento que utilizan ante situaciones adversas. La falta de correlaciones significativas entre ambas variables resalta la necesidad de explorar otros factores psicológicos o contextuales que puedan influir en la forma en que los estudiantes manejan el estrés y las dificultades emocionales.

3.3. Comprobación de hipótesis

De acuerdo a los análisis realizados en el acápite anterior, los resultados de las pruebas de normalidad de los datos de estudio permiten el uso de pruebas no paramétricas, como es la Prueba de Spearman, para evaluar la relación entre dos variables ordinales o no normalmente distribuidas.

La hipótesis de esta investigación es:

- **Hipótesis Nula (H_0):** "Existe una correlación significativa entre los factores de Dependencia Emocional (DE) y las Estrategias de Afrontamiento (EA) en la población estudiada."
- **Hipótesis Alternativa (H_1):** "No Existe una correlación significativa entre los factores de Dependencia Emocional (DE) y las Estrategias de Afrontamiento (EA) en la población estudiada."

El análisis correlacional de la dependencia emocional y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios permitió evaluar la relación entre ambas variables mediante la prueba de correlación de Spearman, dado que los datos no siguen una distribución normal.

Los resultados obtenidos en el análisis muestran que no existe correlaciones significativas entre las subescalas de dependencia emocional y las dimensiones de estrategias de afrontamiento. Aunque dentro de cada variable se evidencian relaciones consistentes entre sus propios factores, no se hallaron asociaciones entre dependencia emocional y las estrategias de afrontamiento. Los coeficientes de correlación obtenidos para las diferentes combinaciones de estas variables presentan valores bajos y no alcanzan niveles de significancia adecuados ($p > 0.005$ en la mayoría de los casos), lo que indica la ausencia de una relación directa entre ambas.

Dado que la hipótesis nula (H_0) planteaba la existencia de una correlación significativa entre la dependencia emocional y las estrategias de afrontamiento en la población estudiada, y los resultados obtenidos no respaldan esta afirmación, se procede a rechazar la hipótesis nula y a aceptar la hipótesis alternativa (H_1). Esto significa que, en la muestra analizada la dependencia emocional no está significativamente relacionada con las estrategias de afrontamiento utilizadas por los estudiantes universitarios.

Los resultados sugieren que la manera en que los estudiantes afrontan situaciones de estrés o conflicto no está determinada por sus niveles de dependencia

emocional. Es posible que otros factores, como la personalidad, el contexto social o el apoyo emocional, jueguen un papel más relevante en la elección de estrategias de afrontamiento. Este resultado abre la puerta a futuras investigaciones que profundicen en los elementos que pueden influir en la regulación emocional y en la gestión de afrontamiento en estudiantes universitarios.

CONCLUSIONES

- El análisis teórico efectuado determinó que la dependencia emocional y las estrategias de afrontamiento son constructos íntimamente relacionados con el desarrollo psicosocial de los alumnos universitarios, lo que pone de manifiesto la relevancia de su investigación conjunta para entender las dinámicas relacionales en este grupo de personas.
- La evaluación efectuada demostró que los estudiantes universitarios presentan niveles bajos de dependencia emocional en todas las subescalas. Es decir, no se evidencian puntuaciones levadas en aspectos como ansiedad por separación, miedo a la soledad, o búsqueda de atención, lo que sugiere que, en general los estudiantes no presentan una dependencia emocional extrema en sus relaciones interpersonales. En cuanto a las estrategias de afrontamiento, los resultados reflejan que los participantes utilizan estrategias dentro del rango medio en todas sus dimensiones evaluadas, tanto en aquellas enfocadas en la emoción como en el problema, y tanto en compromiso como en desvinculación. Se conoce que los estudiantes no presentan una tendencia clara hacia un tipo de afrontamiento particular, sino una combinación de estrategias que pueden variar según la situación.
- El estudio de correlación estadística puso de evidencia que los resultados obtenidos indican que no se encontraron correlaciones estadísticas significativas entre las subescalas de dependencia emocional y las dimensiones de estrategias de afrontamiento. La ausencia de relaciones significativas sugiere que, en la población estudiada, la forma en que los estudiantes enfrentan las situaciones no está directamente influenciada por su nivel de dependencia emocional. Esto puede deberse a otros factores como personalidad, el contexto social, las experiencias previas, lo que desempeñaría un papel determinante en la elección de estrategias de afrontamiento.

RECOMENDACIONES

- Implementar un programa de atención psicológica individual en el departamento de bienestar estudiantil, enfocado específicamente en estudiantes que presentan niveles moderados de ansiedad por separación y expresión afectiva, utilizando técnicas cognitivo-conductuales para el desarrollo de la autonomía emocional y el manejo de la ansiedad.
- Diseñar un protocolo de intervención psicológica breve específicamente diseñado para fortalecer las estrategias de afrontamiento centradas en el problema, dado que los resultados muestran que los estudiantes con mayor dependencia emocional tienden a no utilizar estas estrategias de manera efectiva. Este protocolo debería incluir técnicas de resolución de problemas, toma de decisiones y autorregulación emocional.
- Desarrollar una guía práctica para docentes y tutores académicos que les permita identificar señales tempranas de dependencia emocional en estudiantes universitarios, considerando los indicadores encontrados en esta investigación como los niveles moderados de búsqueda de atención y expresión afectiva, facilitando así la derivación oportuna a servicios de apoyo psicológico.
- Realizar estudios adicionales que validen el Inventario Breve de Estrategias de Afrontamiento en su versión abreviada (CSI-SF) en poblaciones latinoamericanas, especialmente en contextos ecuatorianos. Esto incluiría pruebas psicométricas para verificar su validez y confiabilidad, así como adaptaciones culturales necesarias para garantizar que las respuestas reflejen las características y dinámicas propias de la región.

BIBLIOGRAFÍA

Aguiló, J. (2007). Positivismo y postpositivismo: dos paradigmas jurídicos en pocas palabras. Recuperado de: <https://rua.ua.es/dspace/handle/10045/13160>

Alarcón, G. A. A., & Cueva, M. A. C. (2023). Impulsividad y dependencia emocional en estudiantes universitarios: Impulsivity and Emotional Dependence in University Students. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(2), Article 2. Recuperado de: <https://doi.org/10.56712/latam.v4i2.758>

Álvarez, L. P. B., & Viera, A. T. (2023). Dependencia emocional y estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios: Emotional Dependence and Coping Strategies in University Students. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1), Article 1. Recuperado de: <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.302>

Asociación Española de Pediatría. (2008). Trastorno de Ansiedad de Separación en la Infancia (TASI). *Revista de Psiquiatría Infanto-Juvenil*, 9.

Asociación Estadounidense de Psiquiatría. (1994). Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (4.^a ed.).

Arocena, F., & Ceballos, J. (2017). Dependencia emocional, consciencia del presente y estilos de comunicación en situaciones de conflicto con la pareja. *Enseñanza e investigación en psicología*, 22(1), 66-75. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/292/29251161006.pdf>

Bados, A. (2015). Trastorno de ansiedad por separación. Rechazo escolar y fobia escolar. Barcelona: Universidad de Barcelona. Recuperado de: <https://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/65645/1/T%20ansiedad%20separaci%C3%B3n%20Rechazo%20escolar.pdf>

- Barroso, O. (2014). El apego adulto: La relación de los estilos de apego desarrollados en la infancia en la elección y dinámicas de pareja. *Revista Digital de Medicina Psicosomática y Psicoterapia*, 4(1), 25.
- Becerril, E., & Álvarez, L. (2012). La teoría del apego en las diferentes etapas de la vida [Tesis de Grado, Universidad de Cantabria]. Recuperado de: <https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/865/BecerrilRodriguezE.pdf?sequ>
- Beraun, H. R. B., & Poma, E. P. P. (2020). La dependencia emocional como factor de riesgo en la violencia familiar, un problema de salud pública. *Revista Peruana de Ciencias de la Salud*, 2(4), Article 4. Recuperado de: <https://doi.org/10.37711/rpcs.2020.2.4.226>
- Brito, MA, & González, L. (2016). Estandarización del Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) en estudiantes universitarios de la Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo. *Tesis de licenciatura*, Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo. (repositorio .upagu .edu .pe)
- Biggs, A., Brough, P., & Drummond, S. (2017). Lazarus and Folkman's Psychological Stress and Coping Theory. ResearchGate. Recuperado de: [doi:https://doi.org/10.1002/9781118993811.ch21](https://doi.org/10.1002/9781118993811.ch21)
- Bonilla Álvarez, L. (2023). Dependencia emocional y estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios. Universidad Técnica de Ambato. Recuperado de: <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/38583/1/Bonilla%20Alvarez%20Lisbett%20Patricia.pdf>
- Bonilla, L., & Tobar Viera, A. (2023). Dependencia emocional y estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias*, 4(1), 869-881. Recuperado de: [doi:https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.302](https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.302)

- Bowlby, J. (1989). Aplicaciones clínicas de una teoría del apego. *Ibérica. Paidós*. Recuperado de: https://www.academia.edu/download/59240889/Bowlby_John_-_Una_Base_Segura20190513-68999-ddpydg.pdf
- Caicedo, E., & Zalazar, M. (2018). Entrevistas cognitivas: revisión, directrices de uso y aplicación en investigaciones psicológicas. Recuperado de: <https://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/210620>
- Cañete, R., Guilhem, D., & Brito, K. (2012). Consentimiento informado: algunas consideraciones actuales. *Acta bioethica*, 18(1), 121-127. Recuperado de: <https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S1726-569X2012000100011>
- Carver, C., Scheier, M., & Weintraub, J. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 267–283. Recuperado de: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.267>
- Castelló Blasco, J. (2005). Dependencia emocional: Características y tratamiento (1. reimpr). Madrid: Alianza Ed. Recuperado de: <https://ie42003cgalbarracin.edu.pe/biblioteca/LIBR-NIV312062023223108.pdf>
- Chicaiza, J. (2024). Análisis de propiedades psicométricas del cuestionario de dependencia emocional (cde) en universitarios ecuatorianos (Bachelor's thesis, Universidad Técnica de Ambato/Facultad de Ciencias de la Salud/Carrera de Psicología Clínica). Recuperado de: <https://repositorio.uta.edu.ec/server/api/core/bitstreams/e0ecd409-1031-4745-8cb7-c2af0c46a524/content>
- Cobo García, M. (2020). Teoría del apego: Cómo se forma el adulto emocional [Universidad de Cantabria]. Recuperado de: <https://repositorio.unican.es/xmlui/handle/10902/19899>

Connor-Smith, J., & Flachsbart, C. (2007). Relations between personality and coping: A meta-analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 93(6). Recuperado de: <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/0022-3514.93.6.1080>

Cresswell, J. (2013). Qualitative inquiry & research design: Choosing among five approaches. Recuperado de: https://repositorio.ciem.ucr.ac.cr/bitstream/123456789/501/1/Qualitative%20inquiry%20%26%20research%20design.%20design%20_%20Choosing%20among%20five%20approaches.%20%281%29.pdf

De la Torre, R. (2023). Realizar investigación educativa desde un paradigma postpositivista. *Investigación Educativa Duranguense*, 14(22), 85-90.

De la Villa-Moral, M., Sirvent, C., Ovejero, A., Cuetos, G. (2018). Dependencia emocional en las relaciones de pareja como Síndrome de Artemisa: Modelo explicativo. *Terapia psicológica*, 36(3), 156-166. Recuperado de: <https://doi.org/10.4067/S0718-48082018000300156>

Estrada Isaza, L. C. (2019). Dependencia Emocional y Estrategias de Afrontamiento en un Grupo de 60 Estudiantes de Psicología de la Institución Universitaria de Envigado [Institución Universitaria de Envigado]. Recuperado de: https://bibliotecadigital.iue.edu.co/bitstream/20.500.12717/225/1/iue_rep_pr_e_psi_estrada_2019_dependencia_emocional.pdf

Fernández, A. & Vela, L. (2021). Los paradigmas y las metodologías usadas en el proceso de investigación: una breve revisión. Recuperado de: <https://rua.ua.es/dspace/handle/10045/119978>

Fierro, M. A. (2019). Amor carnal, amor platónico en el Banquete. *Estudios de Filosofía*, (59), 183-212. Recuperado de: http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0121-36282019000100183&script=sci_arttext

Freud, A. (1946). El yo y los mecanismos de defensa. Paidós.

Galarza, C. (2020). Los alcances de una investigación. *CienciAmérica: Revista de divulgación científica de la Universidad Tecnológica Indoamérica*, 9(3), 1-6. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7746475>

González-Fernández, S., Fernández-González, L., & Rodríguez-Pérez, C. (2020). Estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios: Un estudio descriptivo. *Revista de Psicología Educativa*, 26(2), 123-130. Recuperado de: <https://doi.org/10.5093/psed2020a12>

Guzmán, C. O., & Caballero, C. T. (2012). La definición de factores sociales en el marco de las investigaciones actuales. *Santiago*, (128), 336-350. Recuperado de: <https://santiago.uo.edu.cu/index.php/stgo/article/download/164/159>

Hernández Quispe, E. del C. (2021). Dependencia emocional y estrategias de afrontamiento en mujeres víctimas de violencia que acuden a la DEMUNA de Monsefú. Repositorio Institucional - UCV. Recuperado de: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/74682>

Hernández, O. (2021). Aproximación a los distintos tipos de muestreo no probabilístico que existen. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 37(3). Recuperado de: http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-21252021000300002&script=sci_arttext

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). Metodología de la investigación (Vol. 6, pp. 102-256). México: McGraw-Hill.

Universidad Señor de Sipán. Recuperado de: <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/6889/Izquierdo%20Mart%c3%adnez%20Miluska%20Alejandra.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Lama, P., & Lama, A. (2022). Los instrumentos de la investigación científica. *Horizonte de la Ciencia*, 12(22), 189-202. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/journal/5709/570969250014/570969250014.pdf>
- Lemos, M., & Londoño, N. (2006). Construcción y validación del cuestionario de dependencia emocional en población colombiana. *Acta colombiana de psicología*, 9(2), 127-140. Recuperado de: http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=s0123-91552006000200012&script=sci_arttext
- Lemos, M., & Londoño, N. H. (2020). Guía para la calificación del cuestionario de dependencia emocional (CDE). Recuperado de: <https://repository.eafit.edu.co/server/api/core/bitstreams/f3068cfc-2f3f-40a3-9f5c-ba5223c45cf9/content>
- López, V., Vargas, E., & Zúñiga, G. (2023). Validación de la escala de Dependencia Emocional (ACCA) para población universitaria colombiana. [Tesis de Maestría, Universidad de San Buenaventura]. Recuperado de: <https://bibliotecadigital.usb.edu.co/server/api/core/bitstreams/62fe702c-5b9d-4154-ad24-99ac52c3c854/content>
- Macías, M., Orozco, C., Valle, M., & Zambrano, J. (2013). Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. *Psicología desde el caribe*, Vol. 30. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/213/21328600007.pdf>
- Mediana Plaza, C. (2022). Dependencia emocional y su relación con las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios de Latacunga . Obtenido de Universidad Católica del Ecuador. Recuperado de: <https://repositorio.puce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/d9006ca0-bddf-4501-990a-08a345a3a44c/content>

- Momeñe, J., Jáuregui, P., & Estévez, A. (2017). El papel predictor del abuso psicológico y la regulación emocional en la dependencia emocional. *Researchgate*, 5(1), 78.
- Núñez Alvarado, P. G. (2016). La Dependencia Emocional y su relación con la Funcionalidad Familiar [bachelorThesis, Universidad Técnica de Ambato-Facultad de Ciencias de la Salud-Carrera Psicología Clínica]. Recuperado de: <https://repositorio.uta.edu.ec:8443/jspui/handle/123456789/24146>
- Núñez, M. (2019). Dependencia afectivo emocional y dimensiones de personalidad en estudiantes universitarios, 2018. [Tesis de grado, Señor de Sipán]. Recuperado de: <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/5837/Nu%C3%B1ez%20Gines%20Manuel%20Alejandro.pdf?sequence=1>
- Organización Mundial de la Salud. Violencia contra la mujer—OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud. Recuperado de: <https://www.paho.org/es/temas/violencia-contramujer>
- Orosa, F. J. E., Pinto, I. F., & Sales, P. P. (2008). Cuestionarios psicológicos e investigación en Internet: Una revisión de la literatura. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 24(1), 150-157. Recuperado de: <https://revistas.um.es/analesps/article/view/32871>
- Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *Int. J. Morphol*, 35(1), 227-232. Recuperado de: https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0717-95022017000100037&script=sci_arttext&tIng=pt

- Palate, K., & Zumbana, L. (2023). Dependencia emocional y depresión en estudiantes universitarios: Emotional Dependence and Depression in University Students. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(2), 2352-2366. Recuperado de: <https://doi.org/10.56712/latam.v4i2.762>
- Peñaherrera Ron, M. (2019). Estrategias de afrontamiento y calidad de vida: Análisis comparativo entre pacientes oncológicos y sus cuidadores en el Hospital Solca Ambato. Pontificia Universidad Católica del Ecuador. Recuperado de: <https://repositorio.puce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/1d73d548-9f1b-4879-bf56-be9feb76703e/content>
- Pérez, F. (2005). La entrevista como técnica de investigación social. Fundamentos teóricos, técnicos y metodológicos. *Extramuros*, 8(22), 187-210. Recuperado de: https://www.academia.edu/download/43994110/La_entrevista_como_tecnica_de_investigacion_social_Fundamentos_teoricos.pdf
- Petrikovich, L. (2020). Estrategias de Afrontamiento y Malestar Psicológico Inespecífico en Adultos Mayores. Universidad Católica Argentina “Santa María de los Buenos Aires”, 22 - 36. Recuperado de: <https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/12396/1/estrategias-afrontamiento-malestar.pdf>
- Quispe, T. Y., & Villalta, L. Z. B. (2020). Epistemología e investigación cuantitativa. *Igobernanza*, 3(12), 107-120. Recuperado de: <https://igobernanza.org/index.php/IGOB/article/view/88>
- Ramos, G. E. H., Muñoz, J. V. I., Ponce, V. M. V., & Cataño, C. R. (2020). Dependencia emocional y su relación con la violencia en parejas. Una aproximación descriptiva a la revisión de literatura. *Desafíos*, 11(2), Article 2. Recuperado de: <https://doi.org/10.37711/desafios.2020.11.2.211>

- Redrován, M. (2020). Dependencia emocional y funcionalidad familiar en estudiantes universitarios de segundo y cuarto ciclo de la carrera de Orientación Familiar (Artículo académico, Universidad de Cuenca). Universidad de Cuenca, Cuenca- Ecuador. Recuperado de: <https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/33802/1/Trabajo%20de%20Titulacion.pdf>
- Reyes, A. (2023). Estilos de crianza en adolescentes con dependencia emocional (Tesis de Grado, Universidad Nacional de Loja). Universidad Nacional de Loja, Loja-Ecuador. Recuperado de: https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/28533/1/AnahiYussibeth_ReyesJaramillo.pdf
- Rodríguez, E. B., & Trigueros, L. Á. (2012). La Teoría del Apego en las Diferentes Etapas de la Vida [Universidad de Cantabria]. Recuperado de: <https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/865/BecerrilRodriguezE.pdf?sequ>
- Rodríguez, M., & Mendivelso, F. (2018). Diseño de investigación de corte transversal. *Revista médica sanitas*, 21(3), 141-147. Recuperado de: <https://revistas.unisanitas.edu.co/index.php/RMS/article/view/368>
- Romero, A., Zapata, R., & García, A. (2014). Percepción de la eficacia de las estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en jóvenes tenistas de competición. *LIMINALES. Escritos sobre psicología y sociedad / Universidad Central de Chile*, Vol 1, 125-154. Recuperado de: <file:///C:/Users/Usuario/Downloads/245-Texto%20del%20art%C3%ADculo-466-1-10-20190404.pdf>
- Salan Barrera, J. L., & Betancourt, R. (2021). Dependencia emocional en relaciones de parejas adultas: Aproximación a las investigaciones en el Ecuador [bachelorThesis, Ambato: Universidad Tecnológica Indoamérica]. Recuperado de: <https://repositorio.uti.edu.ec//handle/123456789/2609>

- Serrano, M. (2023). Niveles de dependencia emocional y estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios. Recuperado de Universidad Católica De Pereira: <https://repositorio.ucp.edu.co/server/api/core/bitstreams/0a710c40-ff65-4bcc-82c9-00e5187ac32b/content>
- Skinner, E., Edgar, K., Altman, J., & Sherwood, H. (2003). Searching for the structure of coping: A review and critique of category systems for classifying ways of coping. *Psychological Bulletin*, 216–269. Recuperado de: [doi:https://doi.org/10.1037/0033-2909.129.2.216](https://doi.org/10.1037/0033-2909.129.2.216)
- Solís Manrique, C., & Vidal, A. (2006). Estilos de afrontamiento en adolescentes. *Revista de psiquiatría y salud mental Hermilio Valdizan*, 33-39. Recuperado de: http://www.hhv.gob.pe/wp-content/uploads/Revista/2006/I/3-ESTILOS_Y ESTRATEGIAS_DE_AFRONTAMIENTO.pdf
- Tello Yancha, P. A., & Céspedes, D. (2023). Dependencia emocional y su relación con la resiliencia en estudiantes universitarios [bachelorThesis, Universidad Técnica de Ambato/ Facultad de Ciencias de Salud /Carrera de Psicología Clínica]. Recuperado de: <https://repositorio.uta.edu.ec:8443/jspui/handle/123456789/38067>
- Tello, J. J. A. (2015). Dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja. Recuperado de: <https://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/13050>
- Tite Malusin, V., & Cuadrado, V. (2023). Estrategias de afrontamiento en niños con y sin riesgo social: Estudio comparativo. *Universidad Nacional Autónoma de Huanta*, Vol. 6. Recuperado de: <https://www.revistas.unah.edu.pe/index.php/puriq/article/view/555/827>

- Tous, J., Espinoza, I. M., Lucas-Mangas, S., Valdivieso-León, L., & Gómez-Romero, M. (2022). CSI-SF: Propiedades psicométricas de la versión española del inventario breve de estrategias de afrontamiento. *Anales de Psicología*, 38(1), 85-92. Recuperado de: https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S0212-97282022000100010&script=sci_arttext
- Tuesta, L. (2018). Evidencias de Validez del Cuestionario de Dependencia Emocional en Universitarios de la Ciudad de Tarapoto (Tesis de Grado, Universidad Cesar Vallejo). Universidad Cesar Vallejo, Piura (Perú). Recuperado de: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/24801/tuesta_sl.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Uguña Urgiles, J. P., & Vega Cabrera, M. S. (2023). Prevalencia de Dependencia Emocional en Estudiantes Universitarios [Universidad del Azuay]. Recuperado de: <https://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/12738/1/18265.pdf>
- Urbiola, I., Estévez, A., Iruarrizaga, I., Momeñe, J., Jáuregui, P., & Bilbao, M. (2019). Dependencia emocional en el noviazgo: Papel mediador entre la autoestima y la violencia psicológica en jóvenes. Recuperado de: https://www.aesed.com/upload/files/v44n1_art1.pdf
- Vásquez, C., Crespo, M., & Ring, J. (2000). Estrategias de afrontamiento. (B. Masson, Ed.) *Medición Clínica en Psiquiatría y Psicología*. Recuperado de: <https://centrodocumentacion.psicosocial.net/wp-content/uploads/2004/01/c-vazquez-estrategias-de-afrontamiento.pdf>
- Vera Martínez, D. S. (2019). Dependencia emocional en estudiantes de una universidad privada—Chiclayo. Repositorio Institucional - USS. Recuperado de: <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/6652>

Viñas, F., González, M., García, Y., Malo, S., & Casas, F. (2015). Los estilos y estrategias de afrontamiento y su relación con el bienestar personal en una muestra de adolescentes. *Anales de psicología*. Recuperado de: https://scielo.isciii.es/pdf/ap/v31n1/psico_adolescencia2.pdf

Zárate-Depraect, N. E., Flores-Flores, P., Martínez-Aguirre, E. G., Alvarado-Félix, E., Jimenez-Ramirez, C. R., Zárate-Depraect, N. E., ... Jimenez-Ramirez, C. R. (2022). Dependencia emocional en estudiantes de Medicina. *Revista Médica Herediana*, 33(2), 128-132. Recuperado de: <https://doi.org/10.20453/rmh.v33i2.4246>

ANEXOS

Anexo 1: Carta de Consentimiento informado

Carta de Consentimiento Informado

Por medio de la presente, se solicita su autorización para incluirlo como participante en la investigación acerca de la “**DEPENDENCIA EMOCIONAL Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS**”. La presente investigación se llevará a cabo en la ciudad de Ambato durante el año 2024.

El objetivo de esta investigación consiste en determinar la relación entre la dependencia emocional y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios de la ciudad de Ambato. En esta carta pedimos a usted su consentimiento para participar en esta investigación, así como para usar la información obtenida de su participación con fines científicos. En el caso de su aceptación Ud. Tendrá que rellenar fichas de evaluación sociodemográfica e instrumentos de medición entorno a las temáticas señaladas. La colaboración en este estudio no le quitara mucho de su tiempo. *Su participación será anónima, y su nombre no aparecerá en ningún momento, ni en los instrumentos, ni en los informes de la investigación que se redactarán.* Las encuestas llevarán un código desde el inicio que reemplazará sus nombres. Los datos producidos por los instrumentos serán trasladados a una base de datos, y será usada para realizar diversos análisis que permitan responder a las preguntas formuladas en el proyecto de investigación. Con los análisis realizados se desarrollará el Trabajo de Investigación de Pre-grado. Le garantizamos la absoluta confidencialidad de la información.

Acepto.

Anexo 2: Ficha Sociodemográfica

FICHA SOCIO-DEMOGRÁFICA

Lea detenidamente cada una de las indicaciones y complete la información requerida y marque la respuesta que corresponda.

Información General.

1.- Edad: _____

2.- Género.-

*Masculino:*_____ *Femenino:* _____ *Otro:*_____

3.- Sexo:

*Hombre:*_____ *Mujer:* _____

4.- Zona en la que vive:

*Rural:*_____ *Urbano:* _____

5.- Ciudad en la que vive.-

*Ambato:*_____ *Riobamba:*_____ *Quito:*_____

—

—

—

*Baños:*_____ *Latacunga:*_____ *Otra:*_____

—

—

—

6.- Estado Civil.-

*Solter@*_____

*Divorciad@*_____

*Casad@*_____

*Viud@*_____

7.- Universidad a la que pertenece.-

*PUCESA*_____

*INDOAMÉRICA*_____

*UTA*_____

*UNIANDES*_____

8.- Carrera

Psicología Clínica

Arquitectura

Psicología General

Diseño Industrial

Medicina

Ingeniería Civil

Enfermería

Negocios Internacionales

Administración de Empresas

Sistemas de Información

Jurisprudencia

9.- En qué semestre se encuentra

Primer Semestre

Segundo Semestre

Tercer Semestre

Cuarto Semestre

Quinto Semestre

Sexto Semestre

Séptimo Semestre

Octavo Semestre

Noveno Semestre

Décimo Semestre

Anexo 3: Cuestionario de Dependencia Emocional**CUESTIONARIO DE DEPENDENCIA EMOCIONA (CDE)**

Lea cada frase y decida que también lo(a) describe. En caso de no estar seguro(a), base su respuesta en lo que usted siente, no en lo que usted piense que es correcto. Elija el puntaje más alto de 1 a 6 que mejor lo(a) describa según la siguiente escala:

- 1.- No me describe para nada
- 2.- Casi no me describe
- 3.- Me describe un poco
- 4.- Me describe moderadamente
- 5.- Casi me describe por completo
- 6.- Me describo exactamente

PREGUNTA 1: Me siento desamparado cuando estoy solo.

- 1.- No me describe para nada
- 2.- Casi no me describe
- 3.- Me describe un poco
- 4.- Me describe moderadamente
- 5.- Casi me describe por completo
- 6.- Me describo exactamente

PREGUNTA 2: Me preocupa la idea de ser abandonado por mi pareja.

- 1.- No me describe para nada
- 2.- Casi no me describe
- 3.- Me describe un poco
- 4.- Me describe moderadamente

5.- Casi me describe por completo

6.- Me describo exactamente

PREGUNTA 3: Para atraer a mi pareja busco deslumbrarla o divertirla.

1.- No me describe para nada

2.- Casi no me describe

3.- Me describe un poco

4.- Me describe moderadamente

5.- Casi me describe por completo

6.- Me describo exactamente

PREGUNTA 4: Hago todo lo posible por ser el centro de atención en la vida de mi pareja.

1.- No me describe para nada

2.- Casi no me describe

3.- Me describe un poco

4.- Me describe moderadamente

5.- Casi me describe por completo

6.- Me describo exactamente

PREGUNTA 5: Necesito constantemente expresiones de afecto de mi pareja.

1.- No me describe para nada

2.- Casi no me describe

3.- Me describe un poco

4.- Me describe moderadamente

5.- Casi me describe por completo

6.- Me describo exactamente

PREGUNTA 6: Si mi pareja no llama o no aparece a la hora acordada me angustia pensar que está enojada conmigo.

- 1.- No me describe para nada
- 2.- Casi no me describe
- 3.- Me describe un poco
- 4.- Me describe moderadamente
- 5.- Casi me describe por completo
- 6.- Me describo exactamente

PREGUNTA 7: Cuando mi pareja debe ausentarse por algunos días me siento angustiado.

- 1.- No me describe para nada
- 2.- Casi no me describe
- 3.- Me describe un poco
- 4.- Me describe moderadamente
- 5.- Casi me describe por completo
- 6.- Me describo exactamente

PREGUNTA 8: Cuando discuto con mi pareja me preocupa que deje de quererme.

- 1.- No me describe para nada
- 2.- Casi no me describe
- 3.- Me describe un poco
- 4.- Me describe moderadamente
- 5.- Casi me describe por completo
- 6.- Me describo exactamente

PREGUNTA 9: He amenazado con hacerme daño para que mi pareja no me deje.

- 1.- No me describe para nada
- 2.- Casi no me describe
- 3.- Me describe un poco
- 4.- Me describe moderadamente
- 5.- Casi me describe por completo
- 6.- Me describo exactamente

PREGUNTA 10: Soy alguien necesitado y débil.

- 1.- No me describe para nada
- 2.- Casi no me describe
- 3.- Me describe un poco
- 4.- Me describe moderadamente
- 5.- Casi me describe por completo
- 6.- Me describo exactamente

PREGUNTA 11: Necesito demasiado que mi pareja sea expresiva conmigo.

- 1.- No me describe para nada
- 2.- Casi no me describe
- 3.- Me describe un poco
- 4.- Me describe moderadamente
- 5.- Casi me describe por completo
- 6.- Me describo exactamente

PREGUNTA 12: Necesito tener a una persona para quien yo sea más especial que los demás.

- 1.- No me describe para nada
- 2.- Casi no me describe
- 3.- Me describe un poco
- 4.- Me describe moderadamente
- 5.- Casi me describe por completo
- 6.- Me describo exactamente

PREGUNTA 13: Cuando tengo una discusión con mi pareja me siento vacío.

- 1.- No me describe para nada
- 2.- Casi no me describe
- 3.- Me describe un poco
- 4.- Me describe moderadamente
- 5.- Casi me describe por completo
- 6.- Me describo exactamente

PREGUNTA 14: Me siento muy mal si mi pareja no me expresa constantemente el afecto.

- 1.- No me describe para nada
- 2.- Casi no me describe
- 3.- Me describe un poco
- 4.- Me describe moderadamente
- 5.- Casi me describe por completo
- 6.- Me describo exactamente

PREGUNTA 15: Siento temor a que mi pareja me abandone.

- 1.- No me describe para nada
- 2.- Casi no me describe

- 3.- Me describe un poco
- 4.- Me describe moderadamente
- 5.- Casi me describe por completo
- 6.- Me describo exactamente

PREGUNTA 16: Si mi pareja me propone un programa deo todas las actividades que tenga para estar con ella o él.

- 1.- No me describe para nada
- 2.- Casi no me describe
- 3.- Me describe un poco
- 4.- Me describe moderadamente
- 5.- Casi me describe por completo
- 6.- Me describo exactamente

PREGUNTA 17: Si desconozco donde está mi pareja me siento intranquil@.

- 1.- No me describe para nada
- 2.- Casi no me describe
- 3.- Me describe un poco
- 4.- Me describe moderadamente
- 5.- Casi me describe por completo
- 6.- Me describo exactamente

PREGUNTA 18: Siento una fuerte sensación de vacío cuando estoy sol@.

- 1.- No me describe para nada
- 2.- Casi no me describe
- 3.- Me describe un poco
- 4.- Me describe moderadamente

5.- Casi me describe por completo

6.- Me describo exactamente

PREGUNTA 19: No tolero la soledad.

1.- No me describe para nada

2.- Casi no me describe

3.- Me describe un poco

4.- Me describe moderadamente

5.- Casi me describe por completo

6.- Me describo exactamente

PREGUNTA 20: Soy capaz de hacer cosas temerarias, hasta arriesgar mi vida, por conservar el amor del otro.

1.- No me describe para nada

2.- Casi no me describe

3.- Me describe un poco

4.- Me describe moderadamente

5.- Casi me describe por completo

6.- Me describo exactamente

PREGUNTA 21: Si tengo planes y mi pareja aparece los cambios sólo por estar con ella o él.

1.- No me describe para nada

2.- Casi no me describe

3.- Me describe un poco

4.- Me describe moderadamente

5.- Casi me describe por completo

6.- Me describo exactamente

PREGUNTA 22: Me alejo demasiado de mis amigos cuando tengo una relación de pareja.

1.- No me describe para nada

2.- Casi no me describe

3.- Me describe un poco

4.- Me describe moderadamente

5.- Casi me describe por completo

6.- Me describo exactamente

PREGUNTA 23: Me divierto solo cuando estoy con mi pareja.

1.- No me describe para nada

2.- Casi no me describe

3.- Me describe un poco

4.- Me describe moderadamente

5.- Casi me describe por completo

6.- Me describo exactamente

Anexo 4: Inventarios Breve de Estrategias de Afrontamiento CSI-SF**CSI-SF VERSIÓN ESPAÑOLA (INVENTARIO BREVE DE ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO)**

Lea cada frase y decida que también lo(a) describe. En caso de no estar seguro(a), base su respuesta en lo que usted siente, no en lo que usted piense que es correcto. Elija el puntaje más alto de 1 a 5 que mejor lo(a) describa según la siguiente escala:

- 1.- Nunca
- 2.- Raramente
- 3.- A Veces
- 4.- A Menudo
- 5.- Casi Siempre

PREGUNTA 1: Hago un plan de acción y lo sigo.

- 1.- Nunca
- 2.- Raramente
- 3.- A Veces
- 4.- A Menudo
- 5.- Casi Siempre

PREGUNTA 2: Busco el forro de plata o intento mirar el lado brillante de las cosas.

- 1.- Nunca
- 2.- Raramente
- 3.- A Veces
- 4.- A Menudo
- 5.- Casi Siempre

PREGUNTA 3: Intento pasar el tiempo a sola.

- 1.- Nunca
- 2.- Raramente
- 3.- A Veces
- 4.- A Menudo
- 5.- Casi Siempre

PREGUNTA 4: Espero que el problema se solucione solo.

- 1.- Nunca
- 2.- Raramente
- 3.- A Veces
- 4.- A Menudo
- 5.- Casi Siempre

PREGUNTA 5: Intento dejar fuera mis emociones.

- 1.- Nunca
- 2.- Raramente
- 3.- A Veces
- 4.- A Menudo
- 5.- Casi Siempre

PREGUNTA 6: Intento hablar con una amistad o familia.

- 1.- Nunca
- 2.- Raramente
- 3.- A Veces
- 4.- A Menudo
- 5.- Casi Siempre

PREGUNTA 7: Trato de poner el problema fuera de mi mente.

- 1.- Nunca
- 2.- Raramente
- 3.- A Veces
- 4.- A Menudo
- 5.- Casi Siempre

PREGUNTA 8: Abordo el problema.

- 1.- Nunca
- 2.- Raramente
- 3.- A Veces
- 4.- A Menudo
- 5.- Casi Siempre

PREGUNTA 9: Doy un paso atrás de la situación e intento poner las cosas en perspectiva.

- 1.- Nunca
- 2.- Raramente
- 3.- A Veces
- 4.- A Menudo
- 5.- Casi Siempre

PREGUNTA 10: Tiendo a culparme a mí mismo o a mí misma.

- 1.- Nunca
- 2.- Raramente
- 3.- A Veces
- 4.- A Menudo

5.- Casi Siempre

PREGUNTA 11: Dejo salir mis sentimientos para reducir el estrés.

1.- Nunca

2.- Raramente

3.- A Veces

4.- A Menudo

5.- Casi Siempre

PREGUNTA 12: Espero un milagro.

1.- Nunca

2.- Raramente

3.- A Veces

4.- A Menudo

5.- Casi Siempre

PREGUNTA 13: Le pido ayuda o consejo a una amistad cercana o familiar que respeto.

1.- Nunca

2.- Raramente

3.- A Veces

4.- A Menudo

5.- Casi Siempre

PREGUNTA 14: Trato de no pensar en el problema.

1.- Nunca

2.- Raramente

3.- A Veces

4.- A Menudo

5.- Casi Siempre

PREGUNTA 15: Tiendo a criticarme.

1.- Nunca

2.- Raramente

3.- A Veces

4.- A Menudo

5.- Casi Siempre

PREGUNTA 16: Mantengo mis pensamientos y sentimientos para mí mismo o a mí misma.

1.- Nunca

2.- Raramente

3.- A Veces

4.- A Menudo

5.- Casi Siempre