



Pontificia Universidad  
Católica del Ecuador | Sede  
Ambato

## **ESCUELA DE PSICOLOGÍA**

**Tema:**

**ESTUDIO COMPARATIVO POR SEXO DE LA DEPENDENCIA EMOCIONAL EN  
ADULTOS EMERGENTES EN AMBATO**

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

**Línea de Investigación:**

**VIDA DIGNA Y SALUD INTEGRAL**

**Autor:**

**Alejandro Guillermo Gavilanes Sánchez**

**Director:**

**Dr. Paúl Marlon Mayorga Lascano**

**Ambato – Ecuador**

**Noviembre 2023**

## DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD Y RESPONSABILIDAD

Yo, **ALEJANDRO GUILLERMO GAVILANES SANCHEZ**, con cédula de ciudadanía **1805224761**, autor del trabajo de graduación intitulado "ESTUDIO COMPARATIVO POR SEXO DE LA DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADULTOS EMERGENTES EN AMBATO" previo a la obtención del título profesional de **LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**, 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 Universidad.

Ambato, noviembre 2023



Alejandro Guillermo Gavilanes Sánchez

CC. 1805224761

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

Tema:

ESTUDIO COMPARATIVO POR SEXO DE LA DEPENDENCIA EMOCIONAL  
EN ADULTOS EMERGENTES EN AMBATO

Línea de investigación:

VIDA DIGNA Y SALUD INTEGRAL

Autor:

Alejandro Guillermo Gavilanes Sánchez

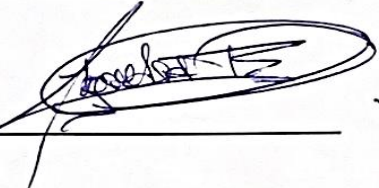
Paúl Marlon Mayorga Lascano, Dr. Mg.

**CALIFICADOR**

f. 


María Alexandra Peñaherrera Ron, Psic. Mg.

**CALIFICADOR**

f. 


Carlos Rodrigo Moreta Herrera, Psic. Cl. Mg.

**CALIFICADOR**

f. 

Vana Hernández Junco, PhD

**DIRECTORA ESCUELA DE PSICOLOGÍA**

f. 

Hugo Rogelio Altamirano Villarroel, Dr.

**SECRETARIO GENERAL PUCESA**

f.  

Pontificia Universidad  
Católica del Ecuador  
SECRETARIA GENERAL  
PROCURADURIA

Ambato – Ecuador

Noviembre 2023

## DEDICATORIA

En primer lugar, a Dios, mi roca eterna y mi guía en cada paso de este camino. A Carmen Elena Gavilanez, mi maestra de vida, mentora y amiga, tu sabiduría y apoyo incondicional han sido fundamentales en el logro de este sueño. Tu dedicación y compromiso con mi crecimiento académico han dejado una huella imborrable en mi vida.

A mi amada novia Carla Castro, tú has sido mi apoyo constante, mi motivación y mi inspiración durante todo este proceso. Tu amor incondicional y tu presencia llena de cariño me han dado la fuerza necesaria para superar cualquier obstáculo. Gracias por estar a mi lado y por creer en mí incluso sí yo dudaba de mis propias capacidades.

A mis padres Lautaro y Alicia, mis pilares fundamentales, su amor, dedicación y sacrificio han sido la base de mi formación académica y personal. Gracias por inculcarme valores, por su constante apoyo y por ser mis modelos a seguir. Sin ustedes, este logro no sería posible. A mis hermanos Carlos y Verónica, mis cómplices de vida, su amor incondicional, complicidad y aliento me han impulsado a alcanzar mis metas. Gracias por estar siempre ahí, animándome y celebrando mis triunfos. Nuestra unión como familia es un tesoro invaluable.

A cada uno de ustedes, Dios, Carmen Elena Gavilanez, Carla Castro, mis padres Lautaro y Alicia, y mis hermanos Carlos y Verónica, les dedico esta tesis con el más profundo agradecimiento y amor. Su presencia en mi vida ha sido una bendición y un regalo precioso que siempre atesoraré. Que esta tesis sea el reflejo de todo el esfuerzo y dedicación que he recibido de cada uno de ustedes. Su influencia en mi vida ha dejado una huella imborrable y ha contribuido en gran medida a mi éxito. Estoy profundamente agradecido por tenerlos en mi vida y por el apoyo constante que me han brindado.

Con amor y gratitud sincera,

Alejandro.

## AGRADECIMIENTO

En primer lugar, quiero expresar mi más profundo agradecimiento a Dios, mi guía y sustento en cada paso de este camino académico. Tu amor incondicional y tu constante dirección han sido la fuerza que me ha impulsado a superar desafíos y alcanzar este logro. A Carmen Elena Gavilanez, mi mentora, te agradezco de corazón por tu dedicación y apoyo incondicional. Tus conocimientos, paciencia y sabios consejos han sido fundamentales para mi crecimiento personal. Gracias por creer en mí.

A mi amada novia Carla Castro, mi compañera incansable y fuente constante de inspiración, no encuentro palabras suficientes para expresar mi gratitud. Tu amor incondicional, paciencia y apoyo inquebrantable han sido la fuerza motriz que me ha llevado a alcanzar esta meta. Gracias por tu comprensión en los momentos de sacrificio y por celebrar cada triunfo a mi lado.

A mis padres Lautaro y Alicia, mis pilares fundamentales, les agradezco de corazón por su inmenso amor, sacrificio y dedicación. Gracias por brindarme una educación sólida, por ser mi ejemplo de constancia y por siempre estar ahí para impulsarme hacia adelante. Su amor y apoyo incondicional han sido mi mayor fortaleza. A mis hermanos Carlos y Verónica, mis cómplices y aliados en la vida, les agradezco por su amor, aliento y complicidad en cada etapa de este camino. Gracias por estar a mi lado, por animarme y por ser mi red de apoyo constante. Nuestra unión como familia es un tesoro que valoro profundamente.

A cada uno de ustedes, mi Dios, Carmen Elena Gavilanez, Carla Castro, Lautaro y Alicia, Carlos y Verónica, les agradezco desde lo más profundo de mi corazón. Su presencia y apoyo han sido esenciales en este logro y en mi crecimiento como persona. Han sido mi refugio en momentos de dificultad y mi razón para seguir adelante. Este logro no solo es mío, sino también de cada uno de ustedes, quienes han contribuido de manera significativa en mi formación y éxito. Les estaré eternamente agradecido por su amor, aliento y confianza en mí.

Con gratitud sincera y amor inmenso,

Alejandro.

## RESUMEN

El objetivo del presente trabajo es comparar la dependencia emocional en función al sexo en parejas de 18 a 29 años en la ciudad de Ambato. Para esto, se emplea una investigación cuantitativa con alcance descriptivo comparativo por sexo y corte transversal de diseño no experimental. El total de participantes es de 60 adultos emergentes, en concreto, 30 parejas heterosexuales con edades comprendidas entre los 18 a 29 años. Los instrumentos usados fueron una ficha sociodemográfica y el Inventario de Dependencia Emocional (IDE). Los resultados obtenidos en relación al sexo y en función al rango de edad demuestran que el nivel total de dependencia emocional en general es moderado correspondiente a  $M=111,51$ ;  $M=117,66$ . En cuanto al análisis inferencial por sexo se hallan diferencias estadísticamente significativas en el factor miedo a la ruptura  $t= 2,81$ ;  $p< ,00$ . Con respecto al análisis inferencial en función de la edad se evidencian diferencias significativas en el factor miedo e intolerancia a la soledad  $t= ,400$ ;  $p< ,04$ ; necesidad de acceso a la pareja  $t= 9,24$ ;  $p< ,01$ ; subordinación y sumisión  $t= ,679$ ;  $p< ,02$ ; y puntaje total de dependencia emocional  $t= ,517$ ;  $p< ,02$ . Con base a los resultados, se concluye que en función al sexo los hombres manifiestan mayor dependencia emocional respecto a las mujeres y en relación con el rango de edad el subgrupo de 18 a 23 años presenta un nivel mayor de dependencia en comparación al subgrupo de 24 a 29 años.

**Palabras clave:** dependencia emocional, sexo, edad, parejas, adultos emergentes.

## ABSTRACT

The aim of this present study is to compare emotional dependency based on gender in couples aged 18 to 29 in the city of Ambato. To achieve this quantitative research with a comparative descriptive scope by gender, and a non-experimental cross-sectional design is employed. The total number of participants consists of 60 emerging adults, exactly 30 heterosexual couples ranging from 18 to 29 years old. The instruments included a sociodemographic questionnaire and the Emotional Dependency Inventory (IDE). The results obtained in relation to gender and age range show that the overall level of emotional dependency is moderate, with  $M = 111.51$  and  $M = 117.66$ . In terms of inferential analysis by gender, statistically significant differences are established in the fear of breakup factor,  $t = 2.81$ ;  $p < 0.00$ . Regarding inferential analysis by age, significant differences are evident in the fear and intolerance of loneliness factor,  $t = 0.400$ ;  $p < 0.04$ ; need for access to the partner,  $t = 9.24$ ;  $p < 0.01$ ; subordination and submission,  $t = 0.679$ ;  $p < 0.02$ ; and the total score of emotional dependency,  $t = 0.517$ ;  $p < 0.02$ . Based on the results, it concludes that with respect to gender, men exhibit greater emotional dependency than women, and respecting age range, the subgroup of 18 to 23 years shows a higher level of dependency compared to the subgroup of 24 to 29 years.

**Keywords:** emotional dependency, gender, age, couples, emerging adults

**INDICE GENERAL DE CONTENIDOS**

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD Y REPONSABILIDAD.....	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.....	5
1.1. Dependencia emocional.....	5
CAPÍTULO II. DISEÑO METODOLÓGICO .....	23
2.1. Paradigma, modalidad y alcance .....	23
2.2. Técnicas e instrumentos de investigación .....	24
2.3. Población y muestra .....	27
2.4. Procedimiento metodológico .....	30
CAPÍTULO III. ANÁLISIS DE RESULTADOS .....	32
3.1. Análisis descriptivo del IDE .....	32
3.2. Análisis inferencial.....	36
CONCLUSIONES.....	41
RECOMENDACIONES .....	43
BIBLIOGRAFIA .....	45
ANEXOS .....	53

**ÍNDICE DE TABLAS**

Tabla 1. Dimensiones del instrumento IDE .....	26
Tabla 2. Baremos del instrumento IDE.....	27
Tabla 3. Análisis de las variables sociodemográficas de los participantes.....	29
Tabla 4. Análisis descriptivo del IDE .....	32
Tabla 5. Análisis comparativo por sexo y el IDE .....	37
Tabla 6. Análisis comparativo en función de la edad y el IDE .....	39

## INTRODUCCIÓN

El presente estudio se inscribe en la línea de investigación vida digna y salud integral. El objetivo principal es comparar la dependencia emocional en función al sexo en parejas adultas emergentes en la ciudad de Ambato. Para ello, es oportuno conceptualizar la dependencia emocional como un fenómeno caracterizado por la excesiva manifestación afectiva de una persona hacia su pareja (Alba, Pérez, Saborit & Díaz, 2021). En este comportamiento se hallan implicados aspectos cognitivos, conductuales, motivacionales y emocionales, los cuales influyen en la adquisición de creencias distorsionadas sobre la afiliación, la independencia y el amor (Santamaría et al, 2015). Con el afán de profundizar en el tema propuesto, de manera posterior, se exponen investigaciones desde el ámbito internacional hacia el contexto local.

Un estudio realizado en España sobre la dependencia emocional y esquemas desadaptativos en una muestra de 1975 estudiantes universitarios colombianos y españoles por Urbiola y otros (2019) demuestra que el nivel de dependencia emocional responde a un factor cultural, pues los estudiantes colombianos puntuaron más en la necesidad de agradar, mientras que los jóvenes españoles lo hicieron en la necesidad de exclusividad. En este estudio, no se hallaron diferencias por sexo, sin embargo se encontró que el apego, la grandiosidad y la subyugación son los esquemas cognitivos que mayormente se asocian a la dependencia. Además, las características más valoradas en pareja por todos los participantes fueron respeto, inteligencia y humor.

Del mismo modo, un estudio en España efectuado por Urbiola, Estévez, Iruarrizaga y Jauregui (2017) sobre la dependencia emocional en jóvenes emergentes y su relación con la sintomatología ansiosa y depresiva demuestra que la dependencia se asocia positivamente con el estado ansioso-depresivo y negativamente con la autoestima. En este estudio, no se hallaron diferencias significativas en función del género, sin embargo, los hombres puntuaron más alto en la necesidad de agradar, de exclusividad y evitar estar solo, en comparación a las femeninas. Estos hallazgos, de acuerdo con los autores marcan un precedente, pues proporciona información sobre la dependencia emocional y sus consecuencias.

Un estudio ejecutado en Perú sobre el nivel de dependencia emocional en estudiantes universitarios por Fernández (2019) demostró que en sentido general existe una prevalencia de niveles normales de dependencia emocional, sin embargo, el 12% de los encuestados puntuaron niveles altos de dependencia. En cuanto al análisis de las dimensiones se encontró que en ambos sexos los niveles de necesidad de acceso a la pareja son altos, pues corresponde al 58%. Lo cual, indica que la interacción con la pareja en la muestra es relevante y extrema por motivos exclusivos de sexualidad y afecto.

De forma similar, un estudio realizado en Perú sobre la dependencia emocional y autoestima en jóvenes universitarios por Marín (2019) demuestra que los participantes con autoestima alta no manifiestan dependencia emocional, además, que la edad es un factor que incrementa los niveles de dependencia. Es decir, a partir de los 18 años hay un mayor incremento en el desarrollo de la dependencia emocional. En cuanto al análisis por sexo los varones reportan índices más altos de manifestación excesiva hacia la pareja, en comparación con la mujer. Esto responde a factores culturales, biológicos y ambientales.

Finalmente, una investigación sobre la dependencia emocional en función al sexo en relaciones de pareja de estudiantes de universidad por Cárdenas y Salazar (2020) demuestra que los varones presentan mayor dependencia emocional en comparación a las mujeres. Sin embargo, en las dimensiones de miedo a la ruptura, prioridad a la pareja y deseos de exclusividad, el nivel es moderado. Por lo que, se induce que la diferencia de las puntuaciones en las muestras evaluadas se presenta debido a la socialización de género en tiempos actuales.

A nivel nacional, la evidencia científica sobre la temática propuesta es escasa, pues se hallan estudios sobre la dependencia emocional en función a otra variable de estudio. Es así que, una investigación en Chimborazo sobre la dependencia emocional y violencia en mujeres por Chafla y Lara (2021) reporta niveles moderados de dependencia en las participantes correspondiente al 79,9%. Se evidenció que las féminas víctimas de violencia tienen mayor prevalencia a desarrollar dependencia. Se observó que los indicadores de miedo a la soledad y a ser abandonada, son los más prevalentes. Finalmente, a nivel local, es decir en la ciudad de Ambato, no se encuentran mayores resultados.

Con base a la evidencia científica descrita, en la actualidad, es habitual evidenciar relaciones de pareja con índices dependencia emocional, lo cual se manifiesta en comportamientos y características que muchas veces suelen ser desapercibidos. En algunos casos, la sintomatología desencadena en trastornos psicológicos, pues el individuo con mayor frecuencia experimenta conductas desadaptativas, pensamientos posesivos, miedo, búsqueda excesiva de afecto, entre otros. Es por ello que, surge el interés de la investigación, donde se propone el siguiente problema científico: ¿Existen diferencias significativas de dependencia emocional en parejas de 18 a 29 años en la ciudad de Ambato en dependencia emocional?

Por lo antes mencionado y con base las investigaciones a nivel internacional y nacional, se plantean las siguientes hipótesis de trabajo: en adultos emergentes, los hombres presentan mayores niveles de dependencia emocional que las mujeres; en los adultos emergentes, el subgrupo de 18 a 23 años, presentan mayores niveles de dependencia emocional que el subgrupo de 24 a 29 años. Por lo tanto, se plantean los siguientes objetivos:

### **Objetivo general**

Comparar la dependencia emocional en función al sexo en parejas de 18 a 29 años en la ciudad de Ambato.

### **Objetivos específicos**

1. Fundamentar bibliográficamente la dependencia emocional en parejas.
2. Evaluar la dependencia emocional en parejas de 18 a 29 años en la ciudad de Ambato.
3. Realizar un análisis comparativo sobre la dependencia emocional, en función del sexo en parejas de 18 a 29 años en la ciudad de Ambato.
4. Realizar un análisis comparativo sobre la dependencia emocional, en función de la edad en adultos emergentes de 18 a 23 y de 24 a 29 años en la ciudad de Ambato.

### **Justificación**

En primera instancia, el presente proyecto investigativo se justifica porque aporta significativamente al campo del conocimiento científico, debido que en Ecuador los

estudios en relación a la temática (D.E) son escasos, en particular un análisis comparativo lo que permita realizar la comparación entre sexos. Desde esta perspectiva, se refiere a que este apunta a una temática nueva y novedosa, lo que va a la par con la mínima revisión bibliográfica de artículos científicos, puesto que mayoritariamente predominan los libros de autores en el área y seguidamente, se identifican potencialidades o dificultades en las categorías que compone a la variable de dependencia emocional, lo que refiere a que es una ventaja estudiarla para que se eviten en relaciones de pareja, sin embargo, un conflicto radica en que los sujetos normalizan dichas conductas.

Por otro lado, la relevancia se fundamenta para los investigadores interesados en el campo de la psicología sistémica, específicamente relaciones de pareja en futuros estudios a través de la fusión de un componente teórico y práctico. Al mismo tiempo, el tema propuesto beneficia directamente a los adultos emergentes que participaron en la fase de aplicación de reactivos psicológicos. De este modo, a través de los resultados obtenidos se identifican potencialidades y debilidades de la muestra evaluada. A su vez, se estima como beneficiarios indirectos a los investigadores y profesionales en el área de la psicología.

Ahora bien, los resultados del estudio se centran como antecedentes para instaurar pautas concretas para el abordaje de las emociones, sentimientos y todo lo relacionado a un vínculo de pareja. Así, este proyecto contribuye con información distinguida acerca de las áreas que conforman a una relación de pareja. Para terminar, el desarrollo de este estudio es viable, porque cuenta con el apoyo de afamados autores en la D.E, lo cual fortalece a lo esperado en la investigación, debido que por esta consideración el recogimiento de información es de gran provecho para vislumbrar como la problemática actúa dentro la sociedad ecuatoriana (Ambato). Finalmente, es de alto impacto y promete generar con sus resultados a la comunidad educativa, científica e investigativa, el desarrollar de proyectos con las mismas variables, pero enfocadas en otro tipo de población, aspectos sociodemográficas y tipo de análisis estadísticos.

## **CAPÍTULO I. ESTADO DEL ARTE Y LA PRÁCTICA**

### **1.1. Dependencia emocional**

#### **Conceptualización**

La dependencia emocional es un constructo asociado a comportamientos compulsivos y por tanto adicciones; debido a que, existen conductas aparentemente inofensivas que llegan afectar la vida cotidiana de las personas (Moral & Sirvent, 2009). Desde esta perspectiva, la dependencia emocional se traduce como un comportamiento adictivo basado en un rol asimétrico; esta conducta se produce por la necesidad extrema que siente una persona hacia su pareja. De acuerdo con Castelló (2005), la dependencia emocional, es un patrón persistente de necesidades emocionales en el cual los sujetos intentan cubrir sus afectos desaptativamente a través de su relación con otras personas. Por consiguiente, se concibe como un rasgo que, a largo plazo genera una disfunción en la personalidad y las relaciones que el sujeto establece.

Desde otra mirada, toda dependencia sentimental supone una conducta afecto-dependiente que involucra conflictos a nivel mental. Es así que, la dependencia emocional para Sirvent y Moral (2007) es un patrón crónico caracterizado por demandas afectivas frustradas, cuyo propósito es satisfacer desesperadamente necesidades interpersonales propias. Por su parte Castello (2012), la describe como un estado de desequilibrio en pareja, donde el dependiente aporta mucho más que el otro. Por lo tanto, los pensamientos giran en torno a la aceptación, el rechazo y el miedo a la ruptura.

Desde un punto de vista de la Psicología Social, la dependencia emocional es vista como una necesidad patológica hacia el otro, consecuente a la inmadurez afectiva del sujeto. En este contexto Yela (2000) refiere que el amor constituye un ámbito relevante a nivel social, puesto que impulsa los comportamientos humanos desde la euforia y felicidad, hasta la ira, frustración, desesperación. Esto conduce a reconocer que en casos de dependencia existen características positivas y negativas. Por ello Izquierdo y Gómez (2013) conciben una labor compleja identificar qué aspectos son gratificantes o perjudiciales si existen niveles de dependencia emocional.

Por último, en la actualidad las aproximaciones conceptuales sobre la dependencia emocional son escasas, sin embargo, se asocian a trastornos mentales, inclusive con rasgos psicopatológicos. Para Riso (2013) ser dependiente de la persona a la cual se ama, es un acto de automutilación psicológica, es una forma de enterrarse viva, pues el sujeto carece de autoestima, autorrespeto e inteligencia emocional. González, Echeburúa y Corral (2008) aluden que es un factor de riesgo puesto que aumenta las conductas violentas. Por ello, en parejas emergentes la forma más habitual de dependencia es la sumisión, desvalorización, humillación, intimidaciones u amenazas.

### **Características de personas con dependencia emocional**

Una vez esclarecidas las bases conceptuales de la dependencia emocional es significativo enunciar los rasgos de los sujetos que la padecen. Cabe destacar que cada caso es independiente, por lo que algunas características son predominantes, mientras que otras no. Sin embargo, mientras más rasgos se manifiesten, mayor probabilidad de un caso de dependencia emocional. A continuación, se detallan cada una de ellas.

Las características de los dependientes emocionales son diversas y multidimensionales, pues se relacionan con un sinnúmero de factores: contextuales, psicológicos, sociales. Castello (2005) agrupa los rasgos en tres áreas relevantes para el ser humano: área de las relaciones de pareja, área de las relaciones con el entorno interpersonal, área de autoestima y estado anímico. En el cuadro 1, se describen las cualidades que acompañan a cada categoría. Lo cierto, es que en casos de dependencia emocional se manifiestan un sinnúmero de comportamientos.

**Cuadro 1.** Características del dependiente emocional

<b>Área</b>	<b>Características</b>
De las relaciones de pareja	Anteponer a la pareja sobre cualquier cosa, antecedentes de relaciones desequilibradas, temor a la ruptura, idealización, sumisión, subordinación.
De las relaciones con el entorno interpersonal	Necesidad excesiva de agradar, déficit de habilidades sociales, deseos de exclusividad hacia otras personas.
De autoestima y estado anímico	Estado de ánimo negativo, intolerancia o miedo a soledad, baja autoestima.

**Fuente:** Castello (2005)

Como se divisa, se muestran las áreas y los rasgos que acompañan a las mismas. No obstante, el área perteneciente a las relaciones de pareja es la más notable y la que mayormente se manifiesta en los dependientes emocionales. Este criterio se apega a la visión dada por Arocena y Ceballos (2017) quienes manifiestan que la proximidad con otros, el rechazo, la atracción, la asociación entre dos sujetos influye en la dinámica de cualquier relación. Por este motivo, los conflictos o el malestar se centran en el ámbito relacional.

Continuamente, los rasgos de los dependientes emocionales varían según el tipo de personalidad, creencias y tipo de apego. Para Moral y Sirvent (2009) las principales características corresponden a: desgaste energético intenso, incapacidad para romper ataduras, posesividad, voracidad de cariño, desajustes afectivos, sentimientos de culpa, miedo al abandono, vacío emocional, hiperdependencia del compromiso, baja autoestima, necesidad constante de contar con la aprobación de los demás. Por consiguiente, el sujeto pone a su relación por encima de todo, por lo que anula la habilidad para tomar decisiones de forma autónoma y valerse por sí mismo.

Por otro lado, las características de los dependientes emocionales se encuentran relacionadas con diferentes términos. Primero, tolerancia, entendido como un estado donde la necesidad afectiva hacia la pareja cada vez es mayor; continuamente, síndrome de abstinencia, el cual se traduce como el malestar físico y psicológico por consecuencia de abandono, la pérdida real o imaginaria de la pareja; finalmente, la pérdida de control, la cual se caracteriza por el control constante y permanente de la relación (Mayor, 2000). Por otro lado, se plantea que en jóvenes universitarias las características más predominantes son creencias

irracionales, problemas de autoestima, sobrevaloración, atención exclusiva de la pareja, postura sumisa y pasiva (Lemos, 2012). Con base a lo expuesto, los rasgos en los dependientes claramente son diversificados e individuales.

### **Causas de la dependencia emocional**

En primera instancia, se considera que la dependencia emocional tiene sus orígenes en la infancia temprana, donde se satisfacen las necesidades afectivas, emocionales y educativas. Desde la noción dada por Young y Klosko (2003) la dependencia se traduce a un esquema de crianza inadecuado que emerge posiblemente por la influencia de padres sobreprotectores autoritarios o progenitores que manifiestan déficit en el cuidado de sus hijos; además por abuso físico y psicológica, ingesta de sustancias y relaciones disfuncionales por parte de los padres. En esta lógica, los cuidadores refuerzan conductas dependientes y desalientan comportamientos basados en la interdependencia.

En este sentido, el establecimiento de un apego inadecuado durante la niñez se considera un aspecto negativo, dado que, es el motivo principal por el cual se desarrolla dependencia emocional. Esto concuerda con el criterio dado por Scantamburlo, Pitchot y Anseau (2013) quienes manifiestan que las experiencias afectivas negativas y el modelo familiar donde se estructura el sujeto, inciden la percepción sobre la vida en pareja y como se manifiesta. Ahora bien, Castello (2005) categoriza las posibles causas en cuatro grandes áreas, las cuales se describen a continuación.

### **Carencias afectivas tempranas**

Las carencias afectivas tempranas constituyen el factor clave que conduce al desarrollo de la dependencia emocional, al ser la pauta más habitual desde el comienzo de la vida. De acuerdo con Castello (2005) esta causa se caracteriza por la ausencia de cariño y frialdad durante los primeros años, pues el infante no se siente aceptado, amado y atendido. Si estos componentes no son instaurados de manera apropiada comienzan a generarse vacíos emocionales, falta de autoestima, aprobación de alguien diferente y búsqueda desesperada de afecto (Alonso, Shaver & Yarnoz, 2002). Esto interfiere en el establecimiento de un apego seguro que, brinda las herramientas para sobrellevar de manera equilibrada una relación.

En este contexto, todos los sujetos en la infancia desarrollan esquemas y patrones que facilitan la interpretación de la realidad. Sin embargo, en su curso existen modificaciones que responden a la experiencia propia del individuo. En ese sentido, la memoria afectiva y las relaciones interpersonales desempeñan un rol fundamental (Pérez, 2011). En la dependencia emocional, personas con apego inseguro son propensas a desarrollar patrones disfuncionales, manipulativos, de impulsividad, y de baja regulación emocional. Esto como consecuencia del contexto y del estilo de crianza. Finalmente, la gravedad de la dependencia varía en relación a las carencias afectivas mencionadas con anterioridad.

### **Sobreprotección devaluada**

En otras palabras, es entendida como la sobreprotección excesiva, sin embargo, no constituye un factor que genere directamente dependencia emocional. Este tipo de sobreprotección no hace referencia al concepto clásico en el cual se ejerce el cuidado extremo del infante, es decir, evitar cualquier peligro al máximo (Castello, 2005). Al contrario, es una tipología donde los padres sobreprotegen al niño, de modo que, se resta autonomía y se transmite inutilidad. Este criterio índice en el desarrollo de patrones de dependencia, puesto que, la percepción adquirida es; no valgo lo suficiente (Bohórquez, 2018). Es así que, los adultos en sus relaciones de pareja buscan constantemente valoración, necesidad que no percibieron por parte de sus cuidadores.

Por ello, se estima que la sobreprotección devaluada, no únicamente es un patrón familiar que resta autonomía e individualidad, sino que excluye valoración y estima. A corto, largo y mediano plazo, esto impide el establecimiento de una adecuada relación con uno mismo y genera la búsqueda constante de personas idealizadas en la adultez, es decir, se intenta ser protegido por otro o se persigue la valoración y afecto carecido durante las experiencias tempranas (Castello, 2005). Por consiguiente, el dependiente emocional percibe falta de confianza, inseguridad, inferioridad, lo que genera dificultades para la toma de decisiones y resolución de conflictos.

### **Hostilidad y malos tratos**

La hostilidad es un término poco definido, incluso ambiguo y en algunos casos confuso. Sin embargo, se encuentra estrechamente relacionado con la cólera, ira y

agresividad. Para Regader (2018) para considerar a este componente como un patrón familiar, requiere ser sistémico; es decir, formar parte activa de la relación entre los progenitores y el infante. Indudablemente, la hostilidad física desencadena dependencia emocional u otros trastornos psicológicos, pues las amenazas, los gritos, insultos, son potenciadores para la aparición comportamientos agresivos y desajustes de la autoestima en etapas posteriores (Moscoso, 2008). De este modo, el dependiente emocional experimenta ira y frustración, además, adopta la tendencia a buscar parejas hostiles.

### **Utilización afectiva egoísta**

Este factor causal se estima como una pauta relacional egoísta. De acuerdo con Castello (2005) es altamente patológica, puesto que, genera desequilibrios psicológicos, en especial la dependencia emocional. Al igual que en las carencias afectivas tempranas, los padres desempeñan un rol fundamental en la construcción amorosa del sujeto. En algunos casos, la figura paterna es ausente, mientras que la figura materna ejerce mayor relevancia; lo cual genera niveles de dependencia pues el vínculo entre el padre y el hijo es desequilibrado. Por este motivo, en la adultez los sujetos manifiestan un nivel de afectividad extrema, pues buscan en sus parejas el afecto carecido.

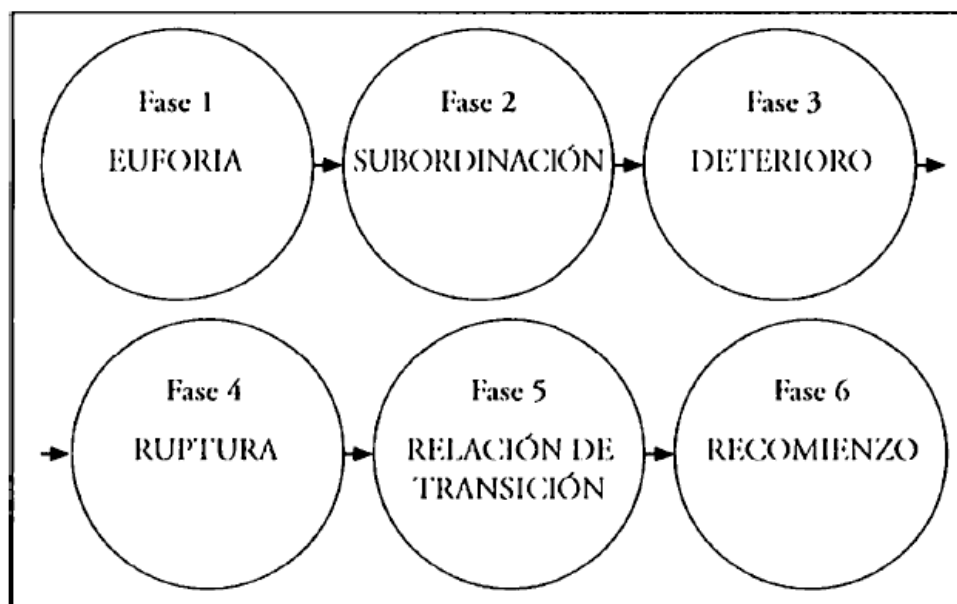
Para finalizar, existen otras causas relacionadas a los dependientes emocionales. Como lo indica Bution y Wechsler (2016) poseer baja autoestima, sentimientos de soledad, personalidad autodestructiva, relacionarse con parejas narcisistas, explotadoras o sumisas, síndrome de abstinencia, carencia de estrategias de afrontamiento. Por otro lado, la presión que ejerce la sociedad incide significativamente, debido que, cada sujeto percibe la realidad acorde a su estrato social o núcleo familiar (Estévez et al., 2018). Por lo tanto, son múltiples los indicadores que influyen en la aparición de la dependencia emocional, por lo que, es imprescindible analizar cada caso en particular.

### **Etapas de la dependencia emocional**

A continuación, se describen las fases de las relaciones de los dependientes emocionales las cuales propone Castello (2005) como las más predominantes y habituales. Cabe destacar que no necesariamente se cumplen los ciclos de manera lineal, lo que refiere que en algunos casos existe estacionamiento en alguna fase o

una regresión a una etapa anterior. Además, en algunas parejas la progresión hasta las fases terminales es rápida. Por lo tanto, cada caso es individual y contiene sus propias variaciones.

**Figura 1.** Fases de la dependencia emocional.



Fuente: Castello (2005)

Como se observa, la dependencia emocional se clasifica en seis fases: euforia, subordinación, deterioro, ruptura, relación de transición y recomienzo. De manera posterior, se describe cada una de ellas, del mismo modo, cada caso es individual por lo que no se manifiesta de forma similar o con la misma intensidad. Cabe destacar que los dependientes emocionales no siempre logran finalizar algunas etapas, pues en algunos casos es interrumpida o no concluida por diversos factores. Esto a corto, mediano y largo plazo, es un factor potenciador que imposibilita que el sujeto utilice sus propios recursos para tomar el control de sus decisiones o buscar apoyo para el entendimiento del problema.

### **Fase 1: Euforia**

La primera fase se caracteriza por la euforia, entendida como una sensación de alegría o bienestar intenso. En el caso de los dependientes emocionales existe una ilusión desmedida hacia una persona, lo cual se extiende en los primeros contactos hasta los periodos iniciales de la relación. De acuerdo con Castello (2005) el dependiente encuentra a una persona que considera idónea, que le va a liberar de

la soledad y sobre todo de su malestar emocional. Ante esto, es preciso mencionar que al inicio de toda relación se manifiesta la euforia, pero en el caso del dependiente emocional se presenta demasiado rápido o lejos.

En este sentido, la interacción con estas personas es cambiante pues a medida que se conocen manifiestan fascinación y admiración al otro. Además, es probable observar conductas de sumisión y entrega excesiva como tributo hacia la pareja. En este momento existe un desequilibrio en la relación, dado que, existe una euforia desmedida que paulatinamente genera rasgos explotadores. Otro escenario característico de esta fase resulta sí una pareja culmina este periodo ante una experiencia negativa con el dependiente, incluso por falta de interés o porque ya no lo encuentra atractivo.

### **Fase 2: Subordinación**

Esta fase se estima la más importante y la que ocupa gran parte de la relación de pareja, además, su duración es breve hasta prolongada. El término subordinación hace referencia a la dependencia o la sujeción hacia un objeto; en otras palabras, denota comportamientos de sumisión que desencadena baja autoestima, dominación y sufrimiento (Aiquipa, 2015). En este contexto, la subordinación se manifiesta en todos los campos de la relación, es decir, desde la planificación de actividades, hasta la anulación de los deseos. Para Castello (2005) este periodo se caracteriza principalmente por el afianzamiento donde el dependiente se percibe inferior, se olvida de sí mismo y se centra mayormente en el objeto que admira e idealiza.

### **Fase 3: Deterioro**

A diferencia de la etapa anterior, la fase de deterioro suele ser larga y también ocupa la mayor parte de la relación. De acuerdo con Castello (2005) en este periodo existe un incremento de la subordinación y dominación, además, de la explotación del objeto donde el dependiente emocional manifiesta mayor sufrimiento. Esto se resume a la dinámica de la relación en la cual muchas veces existe una ruptura y posteriormente una reconciliación. Una de las consecuencias de esta fase es, sí el dependiente ya no disfruta de la relación, pues únicamente sufre. Por ende, la esfera psíquica se deteriora y se presenta mayor deterioro de la autoestima,

hostilidad, ansiedad, depresión, angustia, sentimientos de desprecio, minusvaloración, inclusive trastornos psicopatológicos.

#### **Fase 4: Ruptura y síndrome de abstinencia**

En esta etapa se suelen manifestar tres situaciones. Primero, el objeto culmina la relación, esta acción involucra sentimientos de soledad, ideaciones sobre conectar nuevamente con la pareja, dolor y depresión. Además, síndrome de abstinencia el cual está acompañado de un conjunto de síntomas que afecta al dependiente emocional. Segundo, se presenta un estancamiento en el curso de la relación, pues es vista como algo cotidiano. En este sentido, el dependiente emocional es consciente de los aspectos negativos, sin embargo, no abra una ruptura como tal. Por último, la tercera acción, la cual es menos probable, debido que, implica una ruptura por motivos de fuerza mayor (Castello, 2005). Dichas situaciones influyen significativamente en la forma en la que el dependiente reacciona frente a la ruptura.

Por otro lado, el síndrome de abstinencia del dependiente emocional se caracteriza por los intentos persistentes de regresar con su pareja, además, por la imposibilidad de desprenderse del vínculo lo que genera angustia, ansiedad, melancolía, tristeza, infelicidad, entre otros. En este sentido, existe la necesidad excesiva de hablar, contactar u obtener noticias del objeto. Esto con el afán de esperar la soñada reconciliación, sin embargo, los intentos frecuentes y las esperanzas de retomar la relación prolongan el dolor, el miedo al abandono y la agudización de la psicopatología propia de la fase de ruptura.

#### **Fase 5: Relaciones de transición**

Esta fase se caracteriza por la búsqueda de nuevas relaciones de pareja para atenuar el dolor procedente por la soledad o el síndrome de abstinencia. Esta reacción en el dependiente emocional es un intento por contrarrestar todas las consecuencias que ha dejado se relación. Como lo indica Castello (2005) las relaciones en transición son pasajeras y funcionales y se van a manifestar hasta que el dependiente comience una relación amorosa con una persona significativa para él. Cabe destacar que las relaciones en transición no siguen los mismos patrones que las del dependiente emocional, es decir, no hay necesidad excesiva, sumisión, ni admiración. Por el contrario, se caracterizan por ser frías, sin pasión,

ni abstinencia, existe la posibilidad de que el dependiente no necesariamente se embarque en una relación de transición, sino que se apoye excesivamente en sus amistades.

### **Fase 6: Rekomienzo**

Una vez transcurridas las fases anteriores comienza la etapa de rekomienzo, en donde se termina la relación de pareja y se rompe el vínculo afectivo, pero al mismo tiempo, es el comienzo de la siguiente. Desde la perspectiva dada por Momeñe, Jáuregu y Estevéz (2017), el rekomienzo se basa principalmente en el contacto con una nueva persona, en el cual el dependiente retoma nuevamente el ciclo de la dependencia. Inclusive existe la probabilidad de que el dependiente encuentre en su nueva pareja todas las necesidades afectivas y emocionales, lo cual provoca el olvido inmediato de su pareja anterior.

### **Áreas de la dependencia emocional**

- **Áreas de las relaciones de pareja**

Ahora bien, inmersa en la dependencia emocional se hallan vigentes áreas esenciales en su desarrollo y permanencia. Desde la perspectiva de Lemos y Londoño (2006) éstas refieren a: ansiedad por separación, expresión afectiva, modificación de planes, miedo a la soledad, expresión límite y búsqueda de atención. Cada una de ellas ejerce un rol individual y se caracteriza por diferentes factores, los cuales se convierten en patrones dentro de la relación. Además se manifiestan de acuerdo a los vínculos que se establecen. A continuación, se detalla cada una de ellas de forma minuciosa.

#### **Ansiedad por separación**

Dentro de la ansiedad por separación se funda en la persona un inmenso miedo y altos niveles de intranquilidad frente a un posible rompimiento del lazo afectivo y sentimental. De esta forma, el individuo dependiente lo atribuye como una pérdida sustancial e insustituible. Seguidamente, el sujeto dependiente se engancha mayormente hacia su pareja, donde solamente toma en consideración las cualidades y aspectos positivos, puesto que lo atribuye como su felicidad y tranquilidad absoluta en esa instancia de su vida (Pacheco & Ventura, 2005). Por

ello, constituye una respuesta emocional en la cual el dependiente es incapaz de separarse oportunamente de su pareja.

### **Expresión afectiva**

Las expresiones afectivas son una muestra indudablemente de amor hacia la pareja, pero en este caso para la persona dependiente, la afectividad es vital, lo que indica expresiones constantes en su relación, debido que de esa forma el individuo corrobora su fidelidad, cuidado y respeto, al igual que es un tipo de soporte ante diversas interrogantes sobre dudas de la relación. Finalmente, el autor ejecuta una correlación con dicha conducta, por ejemplo, su necesidad de recibir afecto se vincula con un sujeto adicto a las drogas y su necesidad de consumirla (Castelló, 2005).

### **Modificación de planes**

Seguidamente, para el dependiente su pareja es lo que prima en su vida y cotidianidad, lo cual lo incluye y a todo su círculo de amistad inclusive familiar. Por lo tanto, para la persona dependiente no existe nada más trascendental que compartir planes juntos y en su mayoría abandona su rutina y hábitos por preferir al de su pareja y de esa forma compartir mayor tiempo a su lado. No obstante, el dependiente, también se encuentra en la búsqueda de que su pareja lo imite en dichas conductas, para que de esa forma también se vea involucrado y sean los dos para el uno y viceversa (Hoyos, Arredondo & Echavarría, 2007). De este modo, el individuo busca constantemente satisfacer los deseos de su pareja con el afán de compartir mayor tiempo con ella.

### **Miedo a la soledad**

El miedo a la soledad se evidencia por temor excesivo a no poder ser amado o correspondido por otra persona, lo que se relaciona con el miedo a la incapacidad de formar vínculos afectivos con alguien más, puesto que la persona dependiente necesita que otro le genere seguridad y confianza, para que pueda desenvolverse en todos sus ámbitos (Acate, 2019). En esta lógica, el dependiente emocional percibe la soledad como un mecanismo destructivo, dado que, que no únicamente se siente solo sino que la distancia física u emocional con su pareja conlleva cuadros de ansiedad, angustia, estrés, inclusive depresión.

## **Búsqueda de atención**

Finalmente, se encuentra la búsqueda de atención, donde la persona dependiente manifiesta conductas y comportamientos descomunales y excesivos para llamar la atención de su pareja y vea su preocupación hacia él o ella, debido que de esa forma obtiene exclusividad en todos los sentidos, al igual que desea ser el único punto y foco atencional que mueva su relación (Arocena & Ceballos, 2017). En este sentido, el sujeto dependiente se encuentra en la búsqueda constante de atención de su pareja, para asegurar su permanencia dentro de la relación. Por lo general, se manifiestan comportamientos donde el dependiente se percibe como el centro de vida de su pareja.

- **Áreas de autoestima y estado anímico**

### **Baja autoestima**

Uno de los grandes responsables de la dependencia emocional corresponde a la baja autoestima. Como lo indica Marín (2019), los individuos con dependencia generalmente suelen minimizar cualquier aspecto positivo sobre sí mismos, lo cual conlleva al mantenimiento de sentimientos negativos como: odio, inferioridad, autorechazo, autodesprecio, autocrítica excesiva, entre otros. Dichas sensaciones imposibilitan una adecuada percepción sobre la vida en pareja, pues constantemente el dependiente busca una persona que le brinde sensación de bienestar y le haga sentir mejor. Esto debido a la falta de sentimientos positivos y la carencia de amor propio.

Dentro del mismo contexto, se considera que la baja autoestima y la inseguridad reflejada en los individuos con dependencia emocional son consecuencia de las experiencias tempranas. Este criterio concuerda con la posición dada por More, Tasayco y Soria (2017), quienes exponen que la falta de apego seguro durante la infancia, conduce a que el sujeto busque suplir sus necesidades afectivas en la adultez; debido a los vacíos percibidos de las relaciones de apego por parte de las figuras primarias. En este sentido, las personas se sienten necesitadas, indefensas y vulnerables respecto al área afectiva, por lo tanto, mantienen vínculos insanos con la pareja.

### **Estado de ánimo negativo**

Por lo general, los individuos con dependencia emocional suelen manifestar un estado de ánimo cambiante, donde presentan: negativismo, preocupación, inseguridad, ansiedad y tristeza. De acuerdo con Santamaría et al. (2015) la dependencia emocional acarrea trastornos que comúnmente se manifiestan ante las amenazas de abandono, antes o durante la ruptura, incluso posterior al deterioro de la relación. Las alteraciones más comunes corresponden a cuadros de depresión y ansiedad, donde predominan ideas angustiosas u obsesivas en relación la pérdida de la pareja, la culpabilidad por consecuencia de errores cometidos durante la relación, recuerdos, pensamientos sobre el poco sentido de la vida sin pareja, inclusive ideas suicidas.

Por otro lado, los estados de ánimo cambiantes o las alteraciones psicológicas están condicionadas por la situación en el la cual vive el dependiente. Como alude Hoyos, Arredondo y Echavarría (2007) durante una ruptura existen cuadros de depresión mayor, sin embargo, si la pareja nuevamente afianza el vínculo amoroso los síntomas desaparecen. Otra de los trastornos comórbidos comunes en los dependientes es el trastorno límite de la personalidad, el cual comparte varias características con la dependencia emocional: sensibilidad ante los rechazo, baja autoestima, reacciones de brutales de desesperación, necesidad excesiva de agradar a los demás, tendencia a generar vínculos afectivos con personas que no convienen (Castello, 2012). De todos modos, es oportuno obtener diagnóstico claro, debido a que la sintomatología es semejante.

### **Consecuencias de la dependencia emocional**

La dependencia emocional acarrea un sin número de manifestaciones en la persona, las cuáles repercuten en su estado psíquico y físico. Por este motivo, las consecuencias que se encuentran de por medio son diversas, pero entre las más particulares se resaltan a continuación en el cuadro 2.

**Cuadro 2.** Consecuencias de la dependencia emocional

<b>Ítem</b>	<b>Consecuencia</b>
Insatisfacción e inestabilidad en sus relaciones	Al presentar dependencia emocional las personas se encuentran en un espiral de rupturas y reconciliaciones con su pareja. Se visualizan obstáculos que les impide avanzar en la relación y en su vida.
Disminución de la autoestima	La dependencia emocional, se genera por carencia de autoestima, sin embargo, destruye la autoestima que tiene la persona, convirtiéndola en una persona desconfiada y con poca valoración propia.
Aislamiento y perdida de relaciones sociales	El dependiente emocional, se dedica a su pareja, cancela planes familiares o con amigos si depende de eso para pasar el tiempo junto a su pareja. El dependiente emocional corta su relación con el exterior.
Maltrato físico y psicológico	El dependiente emocional por ser el dominado, en muchas ocasiones el dominante revela conductas hostiles hasta el nivel de llegar a maltratar a otros.
Ansiedad	La idea de ser abandonados por sus parejas o pareja, es algo que está presente en sus pensamientos de manera constante por lo que continuamente siente miedo que eso suceda lo que provoca en estas personas conductas poco adaptativas.
Depresión	Al mantenerse la persona con dependencia emocional en una relación que provoca continua inestabilidad o ante ruptura de la relación. La persona desarrolla, tristeza continua, anhedonia, alteraciones a nivel de su vida persona
Empobrecimiento de la vida personal	La persona dependiente emocional al buscar siempre constante aprobación de su pareja para evitar el abandono, deja la mayoría de sus actividades en un segundo plano.

**Fuente:** Regader (2018)

Como se observa en el cuadro 2, se destacan siete consecuencias que genera la dependencia emocional tanto en el hombre como en la mujer. Asimismo, es importante indicar que cada caso es particular y peculiar, motivo por el cual estos efectos se manifiestan con mayor o menor frecuencia en la persona. Con base en lo expuesto, Chafra-Quise y Lara-Machado (2021) en su investigación concluyen que es trascendental discernir la repercusión de todo lo que engloba la dependencia en la vida del individuo, al igual que la intervención específica es la mejor arma, para que de esa manera se rompan patrones y en el futuro no regresen a dicha relación o simplemente den inicio a un nuevo vínculo centrado en las mismas características y situaciones que se asemejen esta.

### **Intervención en dependencia emocional**

Para finalizar, la intervención en el campo de la psicología, es considerada como un proceso trascendental dentro del área, debido que esta permite el desarrollo del paciente en función a la demanda (Peñaguirre, Centeno & Martínez, 2014). Por consiguiente, en este caso se aborda la dependencia emocional, donde diversos autores plantean mecanismos específicos para intervenir, en su mayoría se apegan al enfoque cognitivo conductual, el cual se centra en las conductas-

comportamientos de las personas y en su moldeamiento. De acuerdo con Izquierdo y Gómez (2013) a continuación se presentan estrategias en base a terapias de tercera generación.

**Cuadro 3.** Intervención psicológica

<b>Estrategias</b>	<b>Postulado</b>
Análisis funcional y programas de reforzamiento	Esta estrategia busca disminuir comportamientos por la alteración de antecedentes suscitados, para evitar refuerzos, por ejemplo: la búsqueda intensa de atención, donde se busca romper la contingencia que se genera entre el comportamiento de la persona y sus consecuencias. Así, reforzar conductas opuestas a las inadecuadas en la persona con D.E.
Entrenamiento en habilidades	Dentro de dicho entrenamiento, es preciso no olvidar las habilidades a nivel interpersonal, afrontamiento emocional, estresantes, cognitivo, conductuales, autocontrol, autocuidado y autoconcepto en la persona con D.E.
Exposición y prevención de respuesta	Reducen la reactividad a través de procedimientos de estimulación y exposición; esta consiste en que la persona se exponga repetidamente a estímulos (pensamientos, emociones, sensaciones) en ausencia de conductas (que impliquen acceder a la pareja, llamar su atención u obtener verbalizaciones y expresiones emocionales) con la consiguiente extinción de las respuestas condicionadas.
Terapia de aceptación y compromiso	La TAC se funda en la inflexibilidad del comportamiento del sujeto, debido que su función primordial es controlar principalmente los pensamientos, y las circunstancias que los generan, a través de comprobación del amor de la pareja, de búsqueda o de atención.
Terapias conductuales de pareja	Esta se centra en la intervención de tres ejes discutibles: 1) discusión de situaciones generales y específicas en torno a los comportamientos típicos de la dependencia; 2) situaciones en las que han surgido dificultades relacionadas con la dependencia y han sido resueltas con éxito; 3) situaciones que se podrían llamar positivas.

**Fuente:** Izquierdo y Gómez (2013)

Cómo es notorio en el cuadro, se resaltan cinco estrategias, donde se trabajan a nivel personal situaciones específicas y particulares de la dependencia emocional. Con base en lo expuesto, Aiquipa (2015) manifiesta que el apoyo de la psicología positiva, el mindfulness, puesto que se centran en los estímulos y su control frente a la abstinencia de la persona dependiente emocional. Sin embargo, para que se potencien adecuadamente, es necesario trabajar con la autoestima, asertividad, solución de problemas, mediación de conflictos, comunicación, entre otros aspectos que favorezcan a la capacidad de afrontamiento.

Por consiguiente, el trabajo también concierne a la tolerancia de la frustración, el malestar y miedo de la persona a culminar con su relación de pareja. Ahora bien, ante lo citado, se incluyen técnicas de exposición ante los estímulos desencadenantes, entre los principales: pensamientos intrusivos, recuerdos de la

relación y los más fundamentales el apareamiento de nuevos estímulos que se vinculen con la pareja (Cubas, Espinoza & Terrones, 2004). Así, las estrategias de intervención dentro del ámbito buscan que el dependiente emocional encuentre recursos y mecanismos que le permitan mantener relaciones saludables.

Para cerrar, se encuentran las siguientes fases de trabajo para la D.E basadas en el modelo de intervención diseñado por Mora y Raich (2005), para lo cual la persona tiene que considerar cada eje, debido que es esencial que sean sobrellevados de forma ordenada y precisa lo que revela a una:

- 1) identificación de los pensamientos automáticos negativos; 2) corrección de los pensamientos automáticos mediante debate; 3) elaboración de un pensamiento alternativo más adaptativo; 4) fomentar una autopercepción más positiva o autoaceptación; 5) planificación de actividades agradables; 6) identificación de creencias profundas 7) corrección de las creencias profundas mediante debate y 8) elaboración de creencias profundas alternativas más adaptativas. (p.5)

Como es evidente, son ocho los puntos a trabajar, desde la identificación hasta la reestructuración del pensamiento de la persona con dependencia emocional. Por lo tanto, es vital que vaya de la mano de un profesional en el campo, al igual que en su proceso terapéutico, para que haga consciente las creencias arraigadas y pensamientos automáticos para el reemplazo de conductas adaptativas, al igual que el curso, estructura y forma de su pensamiento fundado en la actualidad.

### **Personalidad en el desarrollo de la dependencia emocional**

Los rasgos de personalidad constituyen una serie de características individuales e irremplazables en cada sujeto, algunas de ellas son innatas, pero otras son adquiridas. De acuerdo con Sinisterra, Cruz y Gantiva (2009), la personalidad se concibe como el conjunto de cualidades y atributos personales del individuo que, influyen en la expresión de conductas y comportamientos a lo largo del tiempo. Algunas de estas tendencias conductuales se ajustan y se adaptan a las características del ambiente, por lo que, forman parte de la supervivencia y la interacción social.

El desarrollo de la personalidad emerge desde la infancia, donde factores ambientales, familiares y educativos influye en la integración de la misma. Como lo indica Martínez, Salgado y Anaya (2014), la dinámica familiar, en especial, el rol del padre y la madre, resulta fundamental para la configuración de la personalidad del infante, pues son quienes establecen el tipo de apego y el vínculo afectivo que, a largo plazo impactan en las relaciones interpersonales. En este sentido, sí se producen carencias afectivas durante los primeros años de vida, se generan vacíos emocionales que se reflejan en la adultez.

Ahora bien, la personalidad y la dependencia emocional son componentes que guardan una estrecha relación. Desde la posición dada por Gutiérrez (2016), la dependencia emocional no es motivo de sufrimiento, desadaptación o insatisfacción, sin embargo, existen características o rasgos dominantes en los sujetos que generan altas demandas afectivas y predisponen el apareamiento de patrones de necesidad amorosa extrema. En este sentido, en algunos casos el carácter de la pareja o del dependiente comprenden un componente significativo, puesto que, las variaciones de la personalidad inciden en la manifestación de conductas atípicas como: agresiones, infidelidades, humillaciones, burlas, violencia, entre otros.

En la misma línea de pensamiento, el accionar del dependiente emocional varía según el carácter de su pareja, debido que, en algunas ocasiones existen trastornos de personalidad. Según Alba, Pérez y Saborit (2021), es común evidenciar el trastorno narcisista, paranoide y límite de la personalidad, lo cual propicia la aparición de cuadros de violencia física y psíquica. En esta lógica el dependiente emocional, por un lado, se encuentra en la búsqueda continua de agradar a su pareja, mantener contacto constante, pero por otro, la expresión de conductas agresivas, impulsivas, egocéntricas e inflexibles, influyen mayormente en su inestabilidad emocional.

En la actualidad existen investigaciones que reportan como los rasgos de personalidad inciden en la manifestación de la dependencia emocional. Esto se refleja claramente en el estudio de Anicama (2016) donde se ha demostrado la autoestima alta es crucial para que los niveles de dependencia sean bajos; al mismo tiempo, los rasgos de personalidad asociados a la ansiedad inciden

negativamente en las relaciones de pareja, pues existe mayor prevalencia a expresar sentimientos negativos, por ejemplo, el miedo constante a perder a la persona amada, o miedo constante a la soledad. Por ello se concluye, que el carácter y el temperamento inciden en los niveles de dependencia emocional que un sujeto expresa en la relación amorosa.

### **Efecto del género en el curso y desarrollo de la dependencia emocional**

En las sociedades contemporáneas cada vez más surgen nuevas dependencias sentimentales, las cuales se ven influidas por diversas variables, una de ellas es el género. En la investigación ejecutada por Villa y Sirvent (2009), se identificó que la dependencia afectiva y el género son dos constructos que se interrelacionan, pues los resultados demostraron que los varones son más buscadores de sensaciones hiperestimuladoras y fuertes, mientras que, las mujeres emplean más mecanismos de negociación y no afrontamiento. En otras palabras, la percepción, las creencias y el género del individuo son determinantes dentro de la vida amorosa.

Del mismo modo, en la actualidad uno de los factores cruciales en los casos de dependencia emocional son los estereotipos de género. Como lo indica Luzon y Ramos (2010), los roles de género desempeñan un rol fundamental en el sexismo que se desarrolla en cada sujeto, es decir, aquellas actitudes, comportamientos, creencias culturales e instituciones que reflejan evaluaciones negativas de los individuos respecto a su género. Esto conlleva que existan roles masculinos y femeninos estereotipados, lo cual a largo plazo, desencadenan diferencias en los niveles de dependencia emocional (Saldivar et al, 2015). Esto por la manifestación de roles tradicionales o patrones de conducta adquiridos durante la infancia, para ejemplificarlo, el hombre es la autoridad, mientras que, la mujer se dedica al cuidado del hogar. Así, la dependencia emocional ha sido estudiada en función al género, pues en algunos casos contribuye al desarrollo de la misma.

## **CAPÍTULO II. DISEÑO METODOLÓGICO**

El presente trabajo se aborda a través de la metodología de la investigación. Por este motivo, a continuación, se conceptualizan criterios vinculados al paradigma, modalidad, alcance, corte. Asimismo, se presentan las técnicas e instrumentos de evaluación, al igual que información concerniente población, muestra y muestreo. A modo de cierre, se puntualiza el procedimiento metodológico.

### **2.1. Paradigma, modalidad y alcance**

En primer lugar, el paradigma positivista es el que centró la investigación. Por esta razón Santos (2010) expresa que “se conoce también como cuantitativo, racionalista o empírico-analítico. Ha demostrado su efectividad en el desarrollo de la ciencia por la amplitud y diversidad de los resultados que ha aportado” (p.4). Por consiguiente, el autor señala que este se centra en la predicción, el control y comprobación teórica, con la finalidad de esclarecer cualquier tipo de fenómenos del contexto. Por ello, la finalidad del presente estudio se basa en la obtención de información descriptiva y numérica en un medio real, el cuál es examinado.

Continuamente, es un estudio con modalidad cuantitativa. Desde este punto de vista, Ortega (2018) precursor en el campo lo interpreta como el método que trabaja variables numéricas, procesos estadísticos, con el objetivo de aprobar o rechazar una hipótesis. Además, dentro de lo cuantitativo se hallan diversos indicadores, como los instrumentos de evaluación, la base de datos numéricos obtenidos a través de las respuestas de los participantes, al igual que cada uno de los pasos estructurados que yacen en el proceso investigativo, lo que refiere indudablemente a lo cuantitativo.

El alcance de la investigación refiere al descriptivo. De acuerdo con el postulado de Cazau (2006) manifiesta que como su propio nombre lo explica, este busca describir, conceptualizar, recoger disímiles cualidades y particularidades de los procesos, los participantes y todo tipo de fenómeno que se encuentre inmerso en la investigación. En este caso, lo expuesto se vincula con el afán de fusionar la realidad con la indagación de información, puesto que posteriormente se detalla y explica lo citado anteriormente dentro de la hipótesis.

Por consiguiente, el diseño se adjudica al no experimental. Así, este es considerado de acuerdo con Hernández, Fernández y Baptista (2014) hace referencia a “estudios que se realizan sin la manipulación deliberada de variables y en los que sólo se observan los fenómenos en su ambiente natural para analizarlos” (p.185). Por ese motivo, en la investigación no ha existido ningún tipo de manipulación hacia la variable de estudio, debido que el fenómeno se ha observado dentro de su contexto y forma real, para la examinación y estudio del mismo.

Con base en lo expuesto, la investigación refiere a una comparación. Por ello, Ato, López y Benavente (2013) expresan que esta tipología de estudios pretender relacionar la variable entre grupos o a nivel individual, a través de cada una de sus diferencias. Asimismo, los autores resaltan que dentro de lo comparativo su objetivo principal puntúa en generalidades empíricas, para así lograr la comprobación de la hipótesis, como en este caso se requiere conocer desemejanzas entre el sexo acerca de la dependencia emocional.

Para terminar, el corte con el que cuenta se denomina transversal. De acuerdo con lo que postula Rodríguez y Mendivelso (2018) indica que “los diseños de corte transversales son útiles para evaluar la carga de la enfermedad (descriptiva) y para la generación de hipótesis requieren ser probadas con diseños más rigurosos (analítico)” (p.6). Entonces, se entiende que dentro de este el aspecto del tiempo y momentos en específicos son ejes significativos, por lo que la evaluación a los participantes se fijó en un lapso definido por el investigador de acuerdo a cada una de sus necesidades.

## **2.2. Técnicas e instrumentos de investigación**

En cuanto a los apartados expuesto, en el estudio se hizo uso de la observación estructural y encuesta como técnicas de investigación. Además, la ficha sociodemográfica como herramienta de recolección de datos puntuales y específicos de los participantes, al igual que con el apoyo de instrumentos psicológicos enfocados en la medición de la variable expuesta.

### **Técnicas**

Para la medición de la variable de estudio en la presente investigación fue conveniente utilizar técnicas que permitan adquirir datos comprobados y verídicos

para comprobar o refutar las hipótesis planteadas. De este modo, se ejecutó; observación científica y encuesta. A continuación, se describe cada una de ellas:

### **Observación científica**

La observación científica o también considerada observación estructural, desde el postulado de Santiesteban Naranjo (2014) indica que esta “consiste en la percepción directa del objeto de investigación; la observación investigativa es el instrumento universal del científico; esta permite conocer la realidad mediante la percepción directa de los objetos y fenómenos” (p.161). De este modo, es evidente que de por medio se encuentra una exploración natural del contexto, puesto que de esa manera facilita un mayor reconocimiento de forma sistematizada dentro del proceso de investigación.

### **Encuesta**

Ahora bien, la encuesta es uno de los métodos de recolección más utilizado dentro de un proceso de recolección de información. Con base en lo expuesto, esta es considerada como una técnica científica, la cual se direcciona particularmente a diversos tipos de preguntas, ya sean abiertas o cerradas, mismas que se dirigen a una población específica, al igual que una de sus características principales refiere a una estructura ordenada, clara y concisa, con el objetivo de obtener transparencia en los resultados y datos (Guevara, Urdánigo & Garcés, 2022). Así, a través de este recurso se obtiene una noción más clara de los niveles de dependencia emocional en la muestra evaluada.

### **Instrumentos**

Para la medición de la variable contemplada dentro del estudio se aplicó como herramienta la Ficha Ad Hoc Sociodemográfica, con el propósito de obtener información personal, familiar de cada participante. En cuanto, a los instrumentos de evaluación para el levantamiento de información se utilizó el Inventario de Dependencia Emocional (IDE), el cual valora los niveles de dependencia en población adulta de 18 años en adelante, A continuación, se detallan cada una de ellas:

## Ficha sociodemográfica

La función con la que cumple la ficha sociodemográfica radica en recolectar información a nivel personal, familiar de cada uno de los participantes, puesto que de esta forma permite conocer a profundidad particularidades. Concomitantemente, frente a la investigación esta refiere a 9 ítems, donde se mantenía una estructura de preguntas abiertas y cerradas, debido que de forma adicional la ficha Ad Hoc recoge datos significativos, como: sexo, edad estado civil, identificación étnica, núcleo, familiar, aspectos académicos, sociales y laborales, entre otros que se desglosan de los mismos, especialmente interrogantes enfocadas en la pareja, puesto que la dependencia emocional permite indagar mayormente en cada una de estas.

## Inventario de Dependencia Emocional (IDE)

El inventario de Dependencia Emocional IDE (Alquippa, 2012) es un instrumento que tiene como objetivo valorar los niveles de dependencia emocional en población adulta de 18 años en adelante. Está compuesto por 49 ítems, donde existen cinco alternativas de respuesta, las cuales se presentan en formato Likert: 1: rara vez o nunca es mi caso; 2: pocas veces es mi caso; 3: regularmente es mi caso; 4: muchas veces es mi caso; 5: muy frecuente o siempre es mi caso. Se encuentra conformado por siete factores o dimensiones, mismos que se detallan posteriormente en la tabla 1.

**Tabla 1.** Dimensiones del instrumento IDE

Dimensiones	Ítems	Total de reactivos
F1: Miedo a la ruptura	5, 9, 14, 15, 17, 22,26, 27, 28	9
F2: Miedo e intolerancia a la soledad	4, 6, 13, 18, 19, 21,24, 25, 29, 31, 46	11
F3: Prioridad de la pareja	30, 32, 33, 35, 37,40, 43, 46	8
F4: Necesidad de acceso a la pareja	10, 11, 12, 23, 34,48	6
F5: Deseos de exclusividad	16, 36, 41, 42, 49	5
F6: Subordinación y sumisión	1, 2, 3, 7, 8	5
F7: Deseos de control y dominio	20, 38, 39, 44, 47	5
<b>Escala total</b>		<b>49 ítems</b>

Fuente: Alquippa (2012)

En cuanto a las características psicométricas el reactivo ha mostrado altos niveles confiabilidad, pues obtiene un Alfa de Cronbach de 0.96. En relación con los resultados de fiabilidad obtenidos en la presente investigación, posee un Alfa de

Cronbach de 0.93. Por otro lado, la puntuación del instrumento se obtiene a partir de baremos percentiles que incluye tanto la puntuación total, como para cada factor. Estos se presentan en cuatro niveles: bajo o normal, significativo, moderado y alto. En la tabla 2, se describen las categorías diagnósticas y su puntaje correspondiente. Finalmente, este reactivo se administra de forma individual o colectiva y su tiempo de aplicación oscila entre los 20 a 25 minutos.

**Tabla 2.** Baremos del instrumento IDE

<b>Categoría diagnóstica</b>	<b>Puntaje</b>
Alto	125-196
Moderado	106-124
Significativo	85-105
Bajo – Normal	49-84

**Fuente:** Aiquipa (2012)

### **2.3. Población y muestra**

#### **Población**

La población hace referencia a un conjunto de objetos, personas, casos u elementos de los cuales se desea conocer algo a través de la investigación. De acuerdo con López (2004) este conjunto de casos es viable y definido, además forma parte del proceso de selección de la muestra. Así, se define con mayor determinación un grupo poblacional para analizar ciertas características o las variables que sean de interés para el investigador. Por lo tanto, en este estudio, la población corresponde a adultos emergentes, en edades comprendidas entre 18 a 29 años de edad y que pertenezcan propiamente a la ciudad de Ambato, provincia de Tungurahua.

#### **Muestra y muestreo**

Con base a los intereses y características definidas para este estudio se empleó un muestreo no probabilístico por conveniencia. Desde el punto de vista de Hernández-Sampieri y Mendoza (2018) este método de selección de sujetos admite la posibilidad de analizar temáticas con profundidad, además que, los participantes son considerados intencionalmente, dado que, poseen propiedades específicas que se apegan a los intereses de investigación. En este caso, se trabaja adultos emergentes, donde se consideran criterios de inclusión y exclusión para obtener una muestra más definida.

Dentro de los criterios de inclusión se tomó en cuenta a adultos emergentes, en edades comprendidas entre 18 a 29 años de edad, que sean parejas sean heterosexuales, y que su lugar de residencia sea la ciudad de Ambato. En lo que respecta a los criterios de exclusión no se consideran a participantes, cuyo rango de edad sea mayor o menor a la categoría establecida para la investigación y residir permanentemente en otra localidad, parejas no heterosexuales. Con base a estas consideraciones, el total de participantes corresponde a 60 adultos emergentes, es decir, 30 parejas heterosexuales.

### **Caracterización de la muestra**

En esta sección, se muestran los resultados obtenidos de acuerdo al análisis de las variables sociodemográficas consideradas en la investigación, con el afán de conocer las características individuales y familiares de los participantes. Como se expuso con anterioridad la muestra se encuentra conformada por 60 adultos emergentes, es así que, de los datos recolectados se encuentra: edad, sexo, estado civil, nivel educativo, tiempo de relación y pareja actual. A continuación, en la tabla 3, se detallan las variables descritas, esta lectura se realiza en función a su clasificación, es decir, cualitativas y cuantitativas a partir de la media ( $M$ ) y la desviación estándar ( $DT$ ), frecuencias ( $f$ ) y porcentajes (%).

**Tabla 3.** Análisis de las variables sociodemográficas de los participantes

<b>Variables</b>	<b>Media (M)</b>	<b>Desviación (DT)</b>
<b>Edad</b>	23,36	2,78
	<b>Frecuencias</b>	<b>Porcentajes</b>
<b>Sexo</b>		
Masculino	30	50%
Femenino	30	50%
<b>Estado civil</b>		
Soltero	54	90%
Casado	6	10%
<b>Nivel educativo</b>		
Superior	60	100%
<b>Pareja actual</b>		
Si	60	100%
No	0	
<b>Tiempo de relación</b>		
1 a 15 meses	32	53,3%
16 a 30 meses	8	13,3%
31 a 45 meses	12	20%
46 a 60 meses	6	10%
61 o más meses	2	3,3%
<b>¿Creció con ambos padres?</b>		
Sí	39	65%
No	21	35%
<b>En caso de que no haya sido así ¿con quién se crió?</b>		
Madre	12	57,1%
Padre	1	4,8%
Abuelos	8	38,1%

Nota: 60 observaciones

En función del análisis de las variables sociodemográficas individuales, se encontró que la edad de los participantes se encuentra en una media de  $M=23,36$  con una desviación estándar  $Dt=2,78$ . Respecto al sexo, existe una igual concentración muestral tanto para el género masculino, como para el femenino, correspondiente al 50%. En relación con el estado civil, se determina que en su mayoría los participantes son solteros pues se registra el 90%, mientras que el 10% son casados. Seguidamente, con base al nivel educativo, se determina que el 100% de los adultos jóvenes cursan estudios superiores.

Seguidamente, se determina que de forma general los participantes mantienen pareja actual, lo cual se representa con 100%. En función al tiempo de relación, se registra que el 53,3% conservan una relación de 1 a 5 meses; el 13,3% de 16 a 30 meses; el 20% de 31 a 45 meses; el 10% de 46 a 60 meses; mientras que, el 3,3% entre 61 meses o más meses. Por último, en cuanto a las variables familiares, se determina que el 65% de los evaluados creció con sus padres, por el contrario, el

35% no lo hizo. En caso de que la respuesta fue no, se planteó a los encuestados identificar con quien se crio, se encontró que el 57,7% creció con su madre; el 4.8% con su padre; mientras que el 38,1% con sus abuelos.

#### **2.4. Procedimiento metodológico**

El desarrollo del presente proyecto inicio en primer lugar, con la elaboración del plan de titulación, en el cual se formuló el tema, y se identificó la situación problemática. Una vez definidos dichos aspectos se presentó el plan al consejo de la escuela de psicología para su respectiva revisión, y posteriormente su aprobación. Obtenida la aprobación se procedió a realizar una búsqueda bibliográfica exhaustiva sobre la temática en disímiles recursos: libros, artículos de científicos, congresos, tesis de grado, postgrado y trabajos relacionados. De este modo, se sustrajo información verídica y pertinente para la construcción de la introducción, los antecedentes investigativos y el estado del arte de la práctica.

Continuamente, se procedió a elaborar y fundamentar teóricamente el marco metodológico, el cual incluye aspectos relacionados a la población de interés, las técnicas e instrumentos de investigación, además los criterios de inclusión y exclusión para la selección de los participantes. Una vez definido el reactivo psicológico para la fase evaluación, se estableció el contacto con los participantes. La evaluación se ejecutó de manera presencial, con un tiempo de 20 a 25 minutos y en una sola sesión. Al concluir el levantamiento de información través del instrumento psicológico definido se procedió a tabular y codificar los datos en el programa estadístico SPSS versión 25.

En primer lugar, se digitalizó los datos correspondientes a las variables sociodemográficos de los participantes, posteriormente los datos del reactivo aplicado. Una vez concluida la fase de tabulación se procedió a realizar el análisis descriptivo para la fase de resultados, para ello se emplearon medidas de tendencia central como la media aritmética ( $M$ ), desviación estándar ( $Ds$ ), asimetría ( $As$ ), y curtosis ( $Cu$ ). Para el análisis inferencial, es decir, el estudio comparativo se utilizó como estadígrafo la prueba  $t$  of student para determinar diferencias estadísticas entre grupos. Así, se procedió a realizar la interpretación y discusión de datos obtenidos, donde se comprobó la hipótesis planteada para el presente estudio.

Finalmente, se redactaron las conclusiones y recomendaciones en función de los objetivos planteados en este estudio.

### CAPÍTULO III. ANÁLISIS DE RESULTADOS

En esta sección, se ejecuta en análisis de resultados a través del levantamiento de información obtenida a partir del instrumento psicológico (IDE) para la valoración de la dependencia emocional en los participantes. La información recolectada, en primera instancia, fue codificada y tabulada en la herramienta estadística SPSS, para posteriormente efectuar análisis descriptivos e inferenciales sobre la variable de estudio.

#### 3.1. Análisis descriptivo del IDE

A continuación, en la tabla 4, se muestran los resultados descriptivos de las dimensiones y el puntaje total evaluado por el Inventario de Dependencia Emocional (IDE). Para este estudio se muestra la media aritmética (*M*), desviación estándar (*Dt*), asimetría (*As*), y curtosis (*Cu*).

**Tabla 4.** Análisis descriptivo del IDE

Variables	<i>M</i>	<i>DT</i>	<i>As</i>	<i>Cu</i>
F1. Miedo a la ruptura	15,95	6,06	,789	-,439
F2. Miedo e intolerancia a la soledad	25,53	7,37	,201	-,441
F3. Prioridad a la pareja	15,40	5,57	,952	,813
F4. Necesidad de acceso a la pareja	18,70	5,09	,041	-,551
F5. Deseos de exclusividad	12,51	3,77	,071	-,454
F6. Subordinación y sumisión	13,48	3,44	,157	-,600
F7. Deseos de control y dominio	9,93	3,36	,761	,116
Total Dependencia emocional	111,51	26,67	-,073	-,728

**Nota:** M: Media aritmética; Dt: Desviación Estándar; As: Asimetría; Cu: Curtosis

Los datos fueron obtenidos a partir de la evaluación a 60 participantes

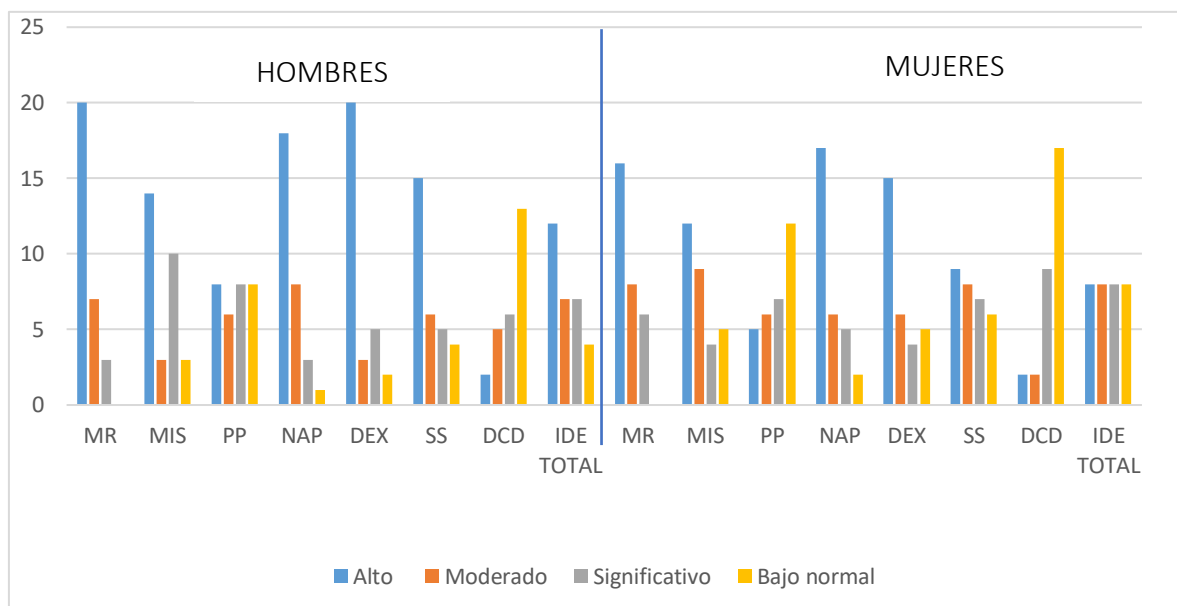
Con base a los resultados obtenidos se encontró que, en el factor miedo a la ruptura  $M= 15,95$ ;  $Dt= 6,06$ ;  $As= ,789$ ; y  $Cu= -439$ , lo cual indica que solo la idea de que la relación se disuelva es de tipo moderado. Continuamente, se analiza el factor miedo e intolerancia a la soledad con  $M= 25,53$ ;  $Dt= 7,37$ ;  $As= ,201$ ; y  $Cu= -441$ , lo cual se traduce como nivel moderado en la necesidad de acceso constante a la pareja. Respecto al factor prioridad a la pareja  $M= 15,40$ ;  $Dt= 5,57$ ;  $As= ,952$ ; y  $Cu= -813$ , lo que indica nivel significativo en considerar a la pareja como el sentido de vida y atención. En cuanto al factor de necesidad de acceso a la pareja valores de  $M= 18,70$ ;  $Dt= 5,09$ ;  $As= ,041$ ; y  $Cu= -551$ , lo que demuestra nivel alto en la expresión de necesidad psicológica extrema hacia la pareja.

Seguidamente, en el análisis del factor correspondiente a deseos de exclusividad valores de  $M= 12,51$ ;  $Dt= 3,77$ ;  $As= ,071$ ; y  $Cu= -454$ , lo cual indica nivel moderado en el desligue progresivo del grupo social para dedicarse por completo a la pareja. El factor subordinación y sumisión se obtuvo valores de  $M= 13,48$ ;  $Dt= 3,44$ ;  $As= ,157$ ; y  $Cu= -600$ , estos datos revelan nivel moderado en la necesidad de dominar al otro. En lo que respecta al factor deseos de control y dominio  $M= 9,93$ ;  $Dt= 3,36$ ;  $As= ,761$ ; y  $Cu= -116$ , lo que indica nivel bajo o normal. Por último, en la puntuación global de inventario se encontró  $M= 111,51$ ;  $Dt= 26,67$ ;  $As= -,073$ ; y  $Cu= -728$ , lo cual indica nivel moderado de dependencia emocional.

Estos resultados se relacionan parcialmente con el estudio de Rojas (2022) centrado en el análisis de la dependencia emocional en adultos jóvenes. Los resultados demostraron que tanto hombres, como mujeres manifiestan nivel de dependencia moderado y severo; esto conlleva un sinnúmero de causas relacionadas a la presión académica, las demandas afectivas insatisfechas en la niñez, el nivel educativo, las experiencias tempranas de los sujetos, el abuso infantil, entre otros factores. Por este motivo, el autor recomienda profundizar en la dependencia significativa hacia la pareja, con el afán de implementar programas de salud emocional y asistencia profesional a los casos de dependencia severa.

### **Análisis categórico del IDE**

A continuación, se detallan los valores obtenidos en función al sexo con el grado de dependencia emocional de los participantes evaluados. Así, en el gráfico 1, se exponen las categorías diagnósticas para las dimensiones del IDE, así como su puntuación total. Este estudio se realiza mediante las frecuencias ( $f$ ) y los valores porcentuales (%).

**Gráfico 1.** Análisis categórico del IDE por sexo

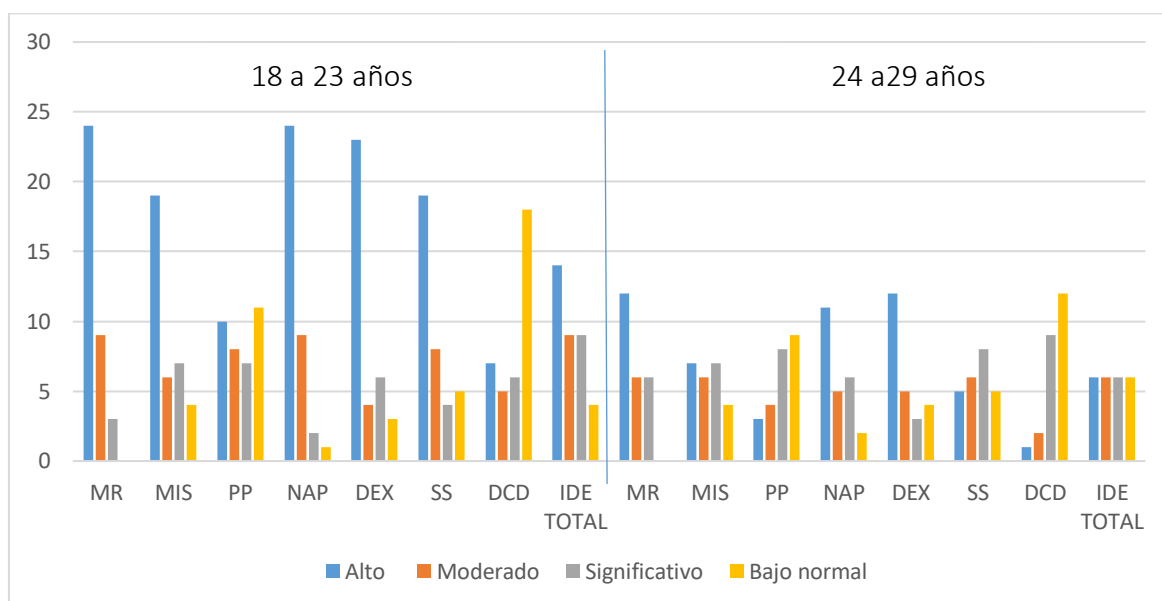
**Nota:** MR= Miedo a la ruptura; MIS= Miedo e intolerancia a la soledad; PP= Prioridad a la pareja; NAP= Necesidad de acceso a la pareja; DEX= Deseos de exclusividad; SS= Subordinación y sumisión; DCD= Deseos de control y dominio; IDE= Dependencia emocional total.

Como se divisa, existe una gran porción de puntuaciones altas para hombres en los factores de miedo a la ruptura, miedo e intolerancia a la soledad, deseos de exclusividad, subordinación y sumisión, y el puntaje total de dependencia emocional. De manera similar, se vislumbra una distribución menor en cuanto al nivel alto en mujeres, sin embargo, en los factores prioridad a la pareja, deseos de control y dominio se reporta nivel bajo o normal. Por consiguiente, se infiere que el nivel de dependencia emocional es mayor en grado pequeño para varones, en comparación con las femeninas.

Estos datos se asemejan al estudio de Cárdenas y Salazar (2020) en el cual se constata que existe una diferencia significativa en las puntuaciones obtenidas de dependencia emocional entre hombres y mujeres, donde los varones manifiestan un puntaje más elevado, pero en grado pequeño, en comparación a las féminas. Esta diferencia encontrada a favor del género masculino se explica en el modo de la socialización de género en tiempos actuales, dado que, las transformaciones a nivel de identidad de género dan a apertura nuevos planteamientos sobre los roles asumidos en una relación de pareja.

A continuación, se detallan los valores obtenidos en función al rango de edad con el grado de dependencia emocional de los participantes evaluados. Así, en el gráfico 2, se exponen las categorías diagnósticas para las dimensiones del IDE, así como su puntuación total. Este estudio se realiza mediante las frecuencias ( $f$ ) y los valores porcentuales (%).

**Gráfico 2.** Análisis categórico del IDE y la edad



**Nota:** MR= Miedo a la ruptura; MIS= Miedo e intolerancia a la soledad; PP= Prioridad a la pareja; NAP= Necesidad de acceso a la pareja; DEX= Deseos de exclusividad; SS= Subordinación y sumisión; DCD= Deseos de control y dominio; IDE= Dependencia emocional total.

Como se vislumbra, los resultados de las variables evaluadas indican que existe una gran proporción de participantes entre 18 a 23 años de edad con puntuaciones muy altas en los factores de la dependencia emocional, así como en la puntuación global. Cabe destacar que el factor deseos de control y dominio reporta un nivel bajo o normal. Por el contrario, en los evaluados con 24 a 29 años de edad se obtiene en menor rango puntuaciones altas y bajas entre los factores valorados; en cuanto a la puntuación global se hallan puntajes parejos. Por lo tanto, los adultos jóvenes entre 18 a 23 años de edad presentan mayor dependencia emocional, en comparación a los adultos entre los 24 a 29 años de edad.

Estos resultados se corroboran parcialmente con el estudio de Salvatierra (2021) centrado en el análisis de la dependencia emocional en parejas adultas jóvenes y su relación con la autoestima. En este sentido, en primer lugar, los hallazgos

reportan que la dependencia emocional guarda una estrecha relación con la edad, es decir, a mayor edad, mayor dependencia emocional. Además, la edad y la dependencia disminuyen o aumentan a la par. Por otro lado, se encontró que, los sujetos cuya edad oscila entre los 18 a 25 años de edad, tienen mayor tendencia a desarrollar dependencia emocional con un 30.86%, en comparación a los jóvenes en edades entre 26 a 35 años con un 23.8%.

Del mismo modo, en el estudio Tello (2016) se encontró que los sujetos mayores de 18 años experimentan un mayor incremento de dependencia emocional; esto se relaciona con las carencias afectivas percibidas en etapas anteriores, además, del refuerzo de esquemas desadaptativos adquiridos del propio contexto. Por otro lado, las experiencias tempranas desagradables generan disfuncionalidad que no únicamente se generaliza con la pareja, sino con todas las relaciones interpersonales. Por lo tanto, la edad constituye una variable significativa en el aumento o disminución de los niveles de dependencia emocional.

### **3.2. Análisis inferencial**

En el siguiente apartado, se muestra el análisis inferencial comparativo por sexo y por edad de los resultados obtenidos a partir de la evaluación realizada con el instrumento psicológico IDE.

- **Análisis comparativo por sexo y del IDE**

De manera posterior, en la tabla 5, se sintetizan los resultados obtenidos a partir del Inventario de Dependencia Emocional por sexo. Este estudio se efectúa mediante la media ( $M$ ), desviación estándar ( $Dt$ ) por cada grupo. Al mismo tiempo, se muestra el contraste de las variables, donde se emplea el estadístico Levene ( $F$ ) para evaluar la igualdad de las varianzas. Una vez verificado el supuesto de homocedasticidad, se emplea la prueba t of student ( $t$ ) la cual evalúa la distribución de medias en dos grupos independientes.

**Tabla 5.** Análisis comparativo por sexo y el IDE

Variables	Hombres		Mujeres		F	Contraste	
	M	Dt	M	Ds		t	Sig
F1. Miedo a la ruptura	18,03	6,59	13,86	4,73	5,476	2,812	,00
F2. Miedo e intolerancia a la soledad	25,30	7,25	25,76	7,60	,006	,243	,80
F3. Prioridad a la pareja	15,93	4,91	14,86	6,20	,653	,738	,46
F4. Necesidad de acceso a la pareja	19,03	5,07	18,36	5,16	,009	,504	,61
F5. Deseos de exclusividad	13,26	3,52	11,76	3,91	,472	1,55	,12
F6. Subordinación y sumisión	14,06	3,34	12,90	3,49	,009	1,55	,19
F7. Deseos de control y dominio	10,66	3,55	9,20	3,05	1,346	1,32	,09
Total Dependencia Emocional	116,30	27,39	106,73	25,49	,459	1,400	,16

**Nota:** Hombres n= 30; Mujeres n=30; M: media aritmética; Dt: desviación estándar; F: prueba de Levene; t: T de student; Sig: significancia; D: Cohen

En relación con el análisis comparativo de la dependencia emocional por sexo, se observa principalmente que la media del sexo masculino en el factor miedo a la ruptura es estadísticamente diferente ( $t=2,81$ ;  $p<,05$ ;  $d=0.72$ ) y superior a la media sexo femenino. De acuerdo con Cohen, el tamaño del efecto en las muestras es moderado. Por otro lado, se observa que la media de los hombres en el puntaje global del test es superior al de las mujeres, sin embargo, no se evidencia una diferencia significativa entre los grupos ( $t=1,40$ ;  $p<,16$ ;  $d=0.36$ ). En este caso, el tamaño del efecto se considera pequeño.

Al mismo tiempo, se observa una media superior en los varones en el factor deseos de exclusividad, en comparación a las mujeres, no obstante, no se encuentra una diferencia estadísticamente significativa en la categoría evaluada ( $t=1,55$ ;  $p<,12$ ;  $d=0.60$ ). En este caso, el tamaño del efecto se considera moderado. De forma similar, se divisa puntuaciones diferentes en el factor subordinación y dominio, pues la media es superior en hombres, sin embargo, no se evidencia una diferencia estadísticamente significativa ( $t=1,55$ ;  $p<,19$ ;  $d=0.33$ ). Es así que, el tamaño del efecto entre las muestras se considera pequeño.

Estos resultados se asemejan con una investigación sobre la dependencia emocional en las relaciones de noviazgo en adultos españoles por Valle y Moral (2018) donde los resultados demuestran que los varones puntúan más alto en comparación con las mujeres en los niveles de dependencia emocional. Así, se reportaron diferencias significativas respecto al género, inclusive al historial de parejas. Adicionalmente, se encontró que el 23% de los participantes manifiestan una intensa DE. En este sentido, Moral y Sirvent (2009) postulan que los varones

tienen una tendencia a buscar sensaciones fuertes en sus relaciones, mientras que las mujeres dependientes manifiestan mecanismos negación y poco afrontamiento.

De la misma manera, en el estudio de Urbiola y Estévez (2015) se encontró que los participantes de género masculino, puntúan más alto en dependencia emocional que las mujeres. Asimismo, la diferencia encontrada en las puntuaciones de dependencia a favor de los hombres se encontró en la investigación de Laca y Mejía (2017) donde se hallaron diferencias estadísticamente significativas en los factores ansiedad por separación, expresión límite y búsqueda de atención. En esta lógica, los varones obtienen medias superiores en dichas categorías, mientras que las mujeres puntúan más bajo. Esta mayor tendencia en varones responde al factor cultural, donde los mismos adoptan un rol de representación social, caracterizado por la búsqueda de atención constante de la pareja.

Otro estudio donde se reportan diferencias significativas respecto al género en dependencia emocional corresponde a Cárdenas y Salazar (2020) en el cual los varones manifiestan puntuaciones más elevadas en dependencia emocional, en comparación con las mujeres. Del mismo modo, se expone que la dependencia en hombres se explica por los roles de género asumidos en la actualidad, así como, el nivel educativo, las interacciones sociales, las experiencias tempranas, el contexto y la cultura. Delval (2008) sostiene que las féminas poseen mayor ventaja en relación a los varones, debido que, por cuestiones de desarrollo presentan mayores niveles de madurez. Lo cual se refleja en mejor autonomía individual, toma de decisiones e interdependencia.

Con base al análisis de los resultados, se concluye que se rechaza la hipótesis nula y se acepta parcialmente la hipótesis alternativa. Por consiguiente, se comprueba la presencia de diferencias significativas en la dependencia emocional respecto al sexo. Esto se evidencia principalmente el factor miedo a la ruptura, con una diferencia estadísticamente significativa; además, se evidencian medias superiores en los varones en las categorías evaluadas. Por lo tanto, los hombres presentan mayor dependencia emocional, en comparación con las mujeres.

- **Análisis comparativo en función de la edad y el IDE**

A continuación, en la tabla 6, se analizan los resultados obtenidos a partir del Inventario de Dependencia Emocional por subgrupo en función a la edad. Este estudio se efectúa mediante la media (*M*), desviación estándar (*Dt*) por cada grupo. Al mismo tiempo, se muestra el contraste de las variables, donde se emplea el estadístico Levene (*F*) para evaluar la igualdad de las varianzas. Una vez verificado el supuesto de homocedasticidad, se emplea la prueba *t* of student (*t*) la cual evalúa la distribución de medias en dos grupos independientes.

**Tabla 6.** Análisis comparativo en función de la edad y el IDE

Variables	18 a 23 años		24 a 29 años		F	Contraste	
	M	Dt	M	Dt		t	Sig
F1. Miedo a la ruptura	16,58	6,56	15,00	5,22	4,22	,044	,32
F2. Miedo e intolerancia a la soledad	27,08	7,38	23,20	6,84	,719	,400	,04
F3. Prioridad a la pareja	16,33	5,99	14,00	4,65	2,28	,137	,11
F4. Necesidad de acceso a la pareja	19,97	4,94	16,79	4,79	,009	,924	,01
F5. Deseos de exclusividad	12,91	3,87	11,91	3,61	,995	,323	,31
F6. Subordinación y sumisión	14,30	3,32	12,25	3,30	,174	,679	,02
F7. Deseos de control y dominio	10,47	3,67	9,12	2,72	3,54	,065	,13
Total Dependencia Emocional	117,66	26,66	102,29	24,38	,425	,517	,02

**Nota:** M: media aritmética; Dt: desviación estándar; F: prueba de Levene; t: T de student; Sig: significancia; D: Cohen

En relación con el análisis comparativo en función de la edad y la dependencia emocional se divisa que la media del factor miedo e intolerancia a la soledad en el primer grupo es significativamente diferente ( $t= ,400$ ;  $p< ,04$ ;  $d= 0.54$ ) respecto a la media del segundo. El tamaño del efecto entre las muestras es moderado. Asimismo, se aprecia una diferencia estadística significativa en el factor de necesidad de acceso a la pareja en relación con los grupos evaluados ( $t= 9,24$ ;  $p< ,01$ ;  $d= 0.65$ ), en este sentido, la media del segundo grupo es inferior respecto al primer grupo. Del mismo modo, en este caso el tamaño del efecto es moderado.

Al mismo tiempo, se encontró diferencias estadísticamente significativas en el factor correspondiente a subordinación y sumisión ( $t= ,679$ ;  $p< ,02$ ;  $d= 0.61$ ) en el cual la media del primer grupo es superior respecto al segundo grupo. El tamaño del efecto entre las muestras es moderado. Finalmente, se evidencia una diferencia estadísticamente significativa en el puntaje total de la dependencia emocional en los grupos por edad ( $t= ,517$ ;  $p< ,02$ ;  $d= 0.60$ ), donde le media de participantes entre

18 a 23 años es superior con respecto al grupo de personas entre 24 a 29 años de edad. El tamaño del efecto es moderado.

En función con los resultados obtenidos, en la investigación desarrollada por Tello (2016) se determina que la edad se relaciona con la dependencia emocional, puesto que, los resultados demuestran diferencias estadísticamente significativas en la subescala modificación de planes y expresión límite. En este sentido, el subgrupo de 16 a 18 años, manifiesta mayores niveles de dependencia, en comparación con el subgrupo de 19 a 25. Asimismo, en el estudio de Salvatierra (2021) se demostró que una correlación positiva entre la edad y la dependencia emocional. Como lo indica De la Villa, Sirvent, Ovejero y Cuetos (2018) la dependencia guarda una estrecha relación con el desarrollo evolutivo del sujeto, que a su vez se encuentra influenciado por factores cognitivos, motivacionales, comportamentales y emocionales.

Finalmente, con base al análisis de los resultados, se rechaza la hipótesis nula y se acepta parcialmente la hipótesis alternativa. Por consiguiente, se comprueba la presencia de diferencias significativas en la dependencia emocional en función de la edad. Esto se evidencia principalmente en el factor miedo e intolerancia a la soledad, necesidad de acceso a la pareja, subordinación y sumisión, y en el puntaje global de la dependencia emocional. Por lo tanto, se concluye que el subgrupo de 18 a 23 años, presentan mayores niveles de dependencia emocional que el subgrupo de 24 a 29 años.

## CONCLUSIONES

- A través de la revisión bibliográfica realizada, se ha evidenciado que la dependencia emocional surge como resultado de diversas causas, como experiencias pasadas traumáticas, baja autoestima, miedo al abandono y patrones de apego inseguro. La dependencia emocional en las parejas tiene consecuencias negativas tanto para el individuo como para la relación en sí. Las personas que experimentan dependencia emocional tienden a basar su sentido de valor y bienestar en la atención y aprobación de su pareja, lo que lleva a una pérdida de autonomía y una falta de satisfacción personal. Es importante destacar que la dependencia emocional no es una característica inherentemente negativa, debido que, los sujetos necesitan cierta dosis de conexión y apoyo emocional sus relaciones. Sin embargo, sí esta dependencia se vuelve excesiva y unilateral, obstaculiza el crecimiento individual y la salud de la pareja.
- Por medio de la evaluación de la dependencia emocional en parejas de la ciudad de Ambato, se obtuvo  $M=111.51$ , esto indica un nivel moderado de dependencia emocional. En el Inventario de Dependencia Emocional, el puntaje de la escala total varía de 49 a 196, donde existen cuatro categorías diagnósticas que son: bajo o normal, significativo, moderado y alto. Existen siete dimensiones dentro del IDE, aquí se obtuvo una diferente media en cada una de ellas: miedo a la ruptura ( $M=15.95$ ), miedo e intolerancia a la soledad ( $M=25.53$ ), prioridad a la pareja ( $M=15.40$ ), necesidad de acceso a la pareja ( $M=18.70$ ), deseos de exclusividad ( $M=12.51$ ), subordinación y sumisión ( $M=13.48$ ) y deseos de control y dominio ( $M=9.93$ ).
- Con relación al análisis comparativo por sexo, se comprueba la presencia de diferencias significativas en la dependencia emocional respecto al sexo. Esto se evidencia principalmente en el factor miedo a la ruptura, con una diferencia estadística significativa  $t= 2,81$ ;  $p < ,00$ .; además, se evidencian medias superiores en los varones en las categorías evaluadas. Por lo tanto, los hombres presentan mayor dependencia emocional en comparación con las mujeres.

- Con relación al análisis comparativo por edad, se comprueba la presencia de diferencias significativas en la dependencia emocional en función de la edad. Esto se evidencia principalmente en el factor miedo e intolerancia a la soledad  $t= ,400$ ;  $p< ,04$ ; necesidad de acceso a la pareja  $t= 9,24$ ;  $p< ,01$ ; subordinación y sumisión  $t= ,679$ ;  $p< ,02$ ; y puntaje total de dependencia emocional  $t= ,517$ ;  $p< ,02$ . Por lo tanto, se concluye que el subgrupo de 18 a 23 años, presentan mayores niveles de dependencia emocional que el subgrupo de 24 a 29.

## RECOMENDACIONES

- Es fundamental comprender las causas subyacentes de esta dependencia y buscar estrategias de intervención adecuadas para fomentar una mayor autonomía emocional y promover relaciones más saludables y equilibradas. El conocimiento obtenido a través de la fundamentación bibliográfica proporciona una base sólida para abordar este tema y trabajar en el desarrollo de intervenciones terapéuticas eficaces para aquellos que experimentan dependencia emocional en sus relaciones de pareja.
- Con base a los resultados obtenidos de la evaluación de la dependencia emocional en parejas de la ciudad de Ambato, donde se identificó un nivel moderado de dependencia emocional, es importante proporcionar recomendaciones que puedan ayudar a promover relaciones más saludables y equilibradas como: fomentar la autonomía emocional, promover la comunicación abierta y honesta, establecer límites saludables, trabajar en el crecimiento personal y buscar apoyo terapéutico si es necesario.
- Es importante considerar estas diferencias al abordar la dependencia emocional en parejas: comunicación abierta, y terapia de pareja; una comunicación abierta y sin prejuicios es esencial para abordar la dependencia emocional en parejas. Tanto hombres como mujeres tienen que sentirse seguros y alentados a expresar sus emociones, necesidades y preocupaciones. Evitar estigmatizar la dependencia emocional en los hombres y fomentar la expresión emocional saludable es beneficioso. Y la terapia de pareja donde la dependencia emocional en hombres sea significativa, es una herramienta útil, así un terapeuta especializado ayuda a explorar las causas subyacentes de la dependencia emocional y proporcionar estrategias para fortalecer la autonomía emocional y equilibrar la dinámica de la relación.
- Es importante considerar estas diferencias al abordar la dependencia emocional en diferentes grupos de edad: promover la madurez emocional y el desarrollo personal para el subgrupo de 18 a 23 años que mostró mayores niveles de dependencia emocional, es importante fomentar la madurez emocional y el desarrollo personal. Esto incluye actividades que promuevan

la autoexploración, el autoconocimiento y el crecimiento individual. Brindar recursos y apoyo para que los jóvenes desarrollen una identidad y una autoestima sólidas ayudan a reducir la dependencia emocional. Educación sobre relaciones saludables, tanto para el subgrupo de 18 a 23 años como para el de 24 a 29 años, es importante brindar educación sobre relaciones saludables y equilibradas. En este sentido, incluir información sobre la importancia de la comunicación abierta, el respeto mutuo, los límites saludables y la autonomía emocional, y también proporcionar recursos y talleres que aborden estas temáticas ayudan a los individuos a desarrollar relaciones más saludables y a reducir la dependencia emocional.

- Además, para investigaciones futuras es recomendable ampliar la muestra de estudio con el afán de conocer de manera más específica el comportamiento de la dependencia emocional en población ecuatoriana, en especial de adultos jóvenes.

## BIBLIOGRAFIA

- Acate, L. P. A. (2019). Dependencia emocional y violencia en las relaciones de pareja en estudiantes de institutos de Trujillo. *Revista de Investigación de Estudiantes de Psicología "JANG"*, 8(1), 1-21. <https://doi.org/10.18050/jang.18i1.2090>
- Aiquipa Tello, J. J. (2015). Dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja. *Revista de Psicología*, 33(2), 411-437. Recuperado de [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=s0254-92472015000200007](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=s0254-92472015000200007)
- Alba, G., Pérez, A., Saborit, S., & Díaz G. (2021). La dependencia emocional: un problema de la psicología y otras ciencias humanísticas. *Edumecentro*, 13(2), 269-286. Recuperado de <https://www.medigraphic.com/pdfs/edumecentro/ed-2021/ed212r.pdf>
- Alonso, I., Shaver, R., & Arnos, S. (2002). Insecure attachment, gender roles, and interpersonal dependency in the Basque Country. *Personal relationships*, 9(4), 479-490. <https://doi.org/10.1111/1475-6811.00030>
- Anicama, J. (2016). La evaluación de la dependencia emocional: La escala ACCA en estudiantes universitarios. *Acta psicológica peruana*, 1(1), 83-106. Recuperado de <http://201.234.119.250/index.php/ACPP/article/view/47>
- Arocena, F. A. L., & Ceballos, J. C. M. (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>
- Ato, M., López, J., y Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*, 29(3), 1038-1059. Doi: 10.6018/analesps.29.3.178511

- Bohorquez, A. (2018). La sobreprotección parental en los menores: el límite entre la autonomía y la dependencia. (*Tesis de pregrado, Facultad de Psicología, Universidad de Sevilla*). Recuperado de <https://idus.us.es/handle/11441/80646>
- Budión, C., & Wechsler, M. (2016). Dependência emocional: una revisión sistemática da literatura. *Estudios Interdisciplinarios en Psicología*, 7(1), 77-101. Recuperado de <https://bit.ly/3YUpalg>
- Cárdenas, D., & Salazar, S. (2020). Dependencia emocional: un estudio comparativo según el sexo en relaciones de estudiantes de una universidad privada en Lima. (*Tesis de grado, Facultad de Humanidades, Universidad San Ignacio de Loyola*). Recuperado de <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/673525ce-200d-4de4-b5ee-56b27757a57d/content>
- Castelló, J. (2005). *Dependencia emocional: características y tratamiento*. Madrid, España. Recuperado de <https://bit.ly/3TjMUy0>
- Cazau, P. (2006). *Introducción a la Investigación en Ciencias Sociales*. Buenos Aires: RundiNuskín.
- Chafla, N., & Lara, R. (2021). Dependencia emocional y violencia en mujeres atendidas en la Fundación Nosotras con Equidad, de Riobamba. *Revista Médica Electrónica*, 43(5), 1328-1344. Epub 31 de octubre de 2021. Recuperado de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1684-18242021000501328&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1684-18242021000501328&lng=es&tlng=es).
- Cisneros, A., Guevara, A., Urdánigo, J., y Garcés, J. (2022). Técnicas e Instrumentos para la Recolección de Datos que apoyan a la Investigación Científica en tiempo de Pandemia *Revista científica dominio de las ciencias* 8(1), 1165-1185. Recuperado de <https://bit.ly/3rmVqiO>

Cubas, D., Espinoza, G., Galli, A. y Terrones, M. (2004). Intervención cognitivo-conductual en un grupo de pacientes mujeres con dependencia afectiva. *Revista de Psiquiatría y Salud Mental Hermilio Valdizán*, 5 (2), 81-90. Recuperado de <https://bit.ly/40SUjqx>

Delval, J. (2008). *El Desarrollo humano*. Madrid: Siglo XXI.

Estévez, A., Chávez, D., Momeñe, J., Olave, L., Vázquez, D., & Iruarrizaga, I. (2018). El papel de la dependencia emocional en la relación entre el apego y la conducta impulsiva. *Anales de Psicología*, 34(3), 438-445. Recuperado de <https://doi.org/10.6018/analesps.34.3.313681>

Fernández, C., Baptista, P., y Hernández, R. (2014). Metodología de la Investigación. Recuperado de <https://bit.ly/3Krejld>

Fernández, D. C. N. (2019). Nivel de dependencia emocional en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana. *Revista Peruana de Psicología y Trabajo Social*, 7(2), 57-70. Recuperado de <http://revistas.uigv.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/658/580>

Fonseca, I. X. Q., Gutiérrez, M. G. G., Riaño, A. M. J., Hernandez, M. L. M., & Andrade, N. A. O. (2021). Autoestima y dependencia emocional en relaciones de pareja de estudiantes universitarios. *Educación Y Salud Boletín Científico Instituto De Ciencias De La Salud Universidad Autónoma Del Estado De Hidalgo*, 9(18), 91-98.

González, I., Echeburúa, E., & Corral, P. D. (2008). Variables significativas en las relaciones violentas en parejas jóvenes: una revisión. *Psicología conductual*, 16(2), 207-225. Recuperado de <https://bit.ly/3yFhCrM>

Gutiérrez, L. C. (2016). Dependencia emocional: un nuevo reto para la patología dual en el trastorno límite de personalidad. *Revista de Patología Dual*, 3(1), 3.

- Hoyos, M. L., Arredondo, N. H. L., & Echavarría, J. A. Z. (2007). Distorsiones cognitivas en personas con dependencia emocional. *Informes psicológicos*, 9, 55-69. <https://revistas.upb.edu.co/index.php/informespsicologicos/article/view/783>
- Izquierdo, A., & Gómez, A. (2013). Dependencia afectiva: abordaje desde una perspectiva contextual. *Psychologia. Avances de la disciplina*, 7(1), 81-91. Recuperado de <https://bit.ly/3JBYp0j>
- Laca, F. & Mejía, 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>
- Lemos Hoyos, M. (2012). Perfil cognitivo de la dependencia emocional en estudiantes universitarios en Medellín, Colombia. *Universitas Psychologica*. 11(2), 2012. Recuperado de <https://elibro.puce.elogim.com/es/ereader/puce/23026?page=3>.
- Luzon, E. J. M., & Ramos, M. M. E. (2012). *Cómo prevenir la violencia de género en la educación*. Madrid: UNED
- Lemos, M., y Londoño, N. (2006). Construcción y validación del cuestionario de dependencia emocional en la población colombiana. *Acta Colombiana de Psicología*, 9(2), 127-140. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/798/79890212.pdf>
- Marín, A. (2019). Dependencia emocional y autoestima: relación y características en una población de jóvenes limeños. *Revista de Investigación y Casos en Salud*, 4(2), 85-91. Recuperado de <https://doi.org/10.35626/casus.2.2019.176>

- Martínez-Priego, C., Salgado, D., & Anaya-Hamue, M. E. (2014). Desarrollo de la personalidad y virtudes sociales: relaciones en el contexto educativo familiar. *Educación y Educadores*, 17(3), 447-467. <https://doi.org/10.5294/edu.2014.17.3.3>
- Mayor, I. (2000). *¿Por qué siempre nos enamoramos de quien no debemos?*. España: Ediciones Librería Argentina. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=174082>
- Momeñe, J., Jáuregu, P., & Estévez, A. (2017). El papel predictor del abuso psicológico y la regulación emocional en la dependencia emocional. *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*, 25(1). Recuperado de [https://www.researchgate.net/publication/317023470\\_El\\_papel\\_predictor\\_del\\_abuso\\_psicologico\\_y\\_la\\_regulacion\\_emocional\\_en\\_la\\_dependencia\\_emocional](https://www.researchgate.net/publication/317023470_El_papel_predictor_del_abuso_psicologico_y_la_regulacion_emocional_en_la_dependencia_emocional)
- Moral, M., y Sirvent, C. (2009). Dependencia Afectiva y Género: Perfil Sintomático Diferencial en Dependientes Afectivos Españoles. *Interamerican Journal of Psychology*, 43(2), 230-240. Recuperado de <http://www.psicorip.org/Resumos/PerP/RIP/RIP041a5/RIP04325.pdf>
- More, L. C., Tasayco, C. P., & Soria, J. R. (2017). Apego, autoestima y dependencia emocional en estudiantes universitarios de Lima Este. *Revista de Investigación Apuntes Científicos Estudiantiles de Psicología*, 1(1), 1-16. Recuperado de [https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/r\\_psicologia/articloe/view/933](https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/r_psicologia/articloe/view/933)
- Moscoso, M. (2008). La hostilidad: Sus efectos en la salud y medición psicométrica en Latinoamérica. *Persona*, (11), 75-90. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/1471/147117608005.pdf>
- Ortega, A. (2018). Enfoques de investigación. *ResearchGate*, 1-35. Recuperado de: <https://bit.ly/3rrpVUS>

- Pacheco, B., & Ventura, T. (2009). Trastorno de ansiedad por separación. *Revista chilena de pediatría*, 80(2), 109-119. <http://dx.doi.org/10.4067/S0370-41062009000200002>
- Peñaguirre E., Centeno, V., y Martínez, J. (2014). Una alternativa para la intervención psicológica en un mundo diferente. *Revista Internacional de Psicología del Desarrollo y de la Educación*, 5 (1), 29-33. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349851788004>
- Pérez, K. (2011). Efectos de la dependencia emocional en la autoestima de mujeres de veinticinco a cincuenta y cinco años de edad que tienen una relación de pareja. (*Tesis de Grado, Facultad de Ciencias Psicológicas, Universidad Central del Ecuador*). Recuperado de <https://bit.ly/3Luggrh>
- Regader, B. (2018). *Dependencia emocional: la adicción patológica a tu pareja sentimental*. Recuperado de <https://n9.cl/k2xv> [fecha de Consulta 23 de febrero de 2021]
- Riso, W. (2013). *Guía práctica para vencer la dependencia emocional: 13 pasos para amar con independencia y libertad (1era ed.)*. Phronesis Sas. Recuperado de <https://bit.ly/3mRevKC>
- Rodríguez, M., y Mendivelso, F. (2018). Diseño de investigación de Corte Transversal. *Revista Médica Sanitas*, 21(3), 141-146. Doi:10.26852/01234250.20
- Rojas, J. (2022). Dependencia emocional en estudiantes universitarios en aislamiento social obligatorio por Covid-19. *Revista San Gregorio*, 1(52), 115-125. Recuperado de <file:///C:/Users/Usuario/Downloads/Dialnet-DependenciaEmocionalEnEstudiantesUniversitariosEnA-8839103.pdf>
- Saldívar Garduño, A., Díaz Loving, R., Reyes Ruíz, N. E., Armenta Hurtarte, López Rosales, F., Moreno López, M., Domínguez Guedea, M. (2015). Roles de

Género y Diversidad: Validación de una Escala en Varios Contextos Culturales. *Acta de Investigación Psicológica*, 5(3), 2124-2147. [https://doi.org/10.1016/S2007-4719\(16\)30005-9](https://doi.org/10.1016/S2007-4719(16)30005-9)

Salvatierra Sánchez, Y. (2021). Dependencia emocional en las parejas sentimentales de edad adulta y su relación con la autoestima.

Santamaría, J., Merino, L., Montero, E., Cano, M., Fernández, T., Cubero, P., & González, V. (2015). Perfil psicopatológico de pacientes con Dependencia Emocional. *Cuadernos de medicina psicosomática y psiquiatría de enlace*, (116), 36-46. Recuperado de <http://irep.ntu.ac.uk/id/eprint/32649/>

Santiesteban Naranjo, E. (2014). *Metodología de la investigación científica*. Las Tunas: Editorial Académica Universitaria (Edacun). Recuperado de: <https://bit.ly/3LYjgcE>

Santos, Y. (2010). ¿Cómo se pueden aplicar los distintos paradigmas de la investigación científica a la cultura física y el deporte? *Revista electrónica Ciencia e innovación tecnológica en el deporte*, 11, 1-9. Recuperado de: <https://bit.ly/3O6eH1R>

Scantamburlo, G., Pitchot, W., & Anseau, M. (2013). Affective dependency. *Revue Medicale de Liege*, 68(5-6), 340-347. Recuperado de <https://europepmc.org/article/med/23888587>

Sinisterra, M. M., Cruz, J. P., & Gantiva, C. (2009). Teorías de la personalidad. Un análisis histórico del concepto y su medición. *Psychologia. Avances de la disciplina*, 3(2), 81-107. <https://www.redalyc.org/pdf/2972/297225531007.pdf>

Sirvent, C., & Moral, M. V. (2007). La dependencia sentimental o afectiva. *Anales de Psiquiatría* 23 (3), 92-93. Recuperado de <https://bit.ly/42bIOfa>

- Tello J. Autoestima y dependencia emocional en los adolescentes de tercero de bachillerato de la unidad educativa Salcedo [Tesis de licenciatura]. Ambato: Universidad Técnica de Ambato; 2016
- Urbiola, I., Estévez, A., Iruarrizaga, I., & Jauregui, P. (2017). Dependencia emocional en jóvenes: relación con la sintomatología ansiosa y depresiva, autoestima y diferencias de género. *Ansiedad y estrés*, 23(1), 6-11. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2016.11.003>
- Urbiola, I., Estévez, A., Jauregui, P., Pérez, M., Arredondo, L., & Momeñe, J. (2019). Dependencia emocional y esquemas desadaptativos tempranos: estudio comparativo entre España y Colombia en relaciones de noviazgo. *Ansiedad y estrés*, 25(2), 97-104. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2019.10.001>
- Valle, L., & Moral Jiménez, M. D. L. V. (2018). Dependencia emocional y estilo de apego adulto en las relaciones de noviazgo en jóvenes españoles. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 9.
- Yela, C. (2001). El amor desde la psicología social: ni tan libres, ni tan racionales. *Psicothema*, 13(2), 335-336. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2006902>

## ANEXOS

### Anexo 1 (Carta de Asentimiento):

Fecha:

Yo: .....; con CI N° : .....; doy mi asentimiento voluntario para participar en este estudio, entendiendo que mi participación es completamente voluntaria y que puedo retirarme en cualquier momento sin ninguna consecuencia o perjuicio. Acepto que mi información personal y los datos recopilados durante el estudio se mantendrán en estricta confidencialidad y solo se utilizarán para fines de investigación.

Entiendo que mi participación en el estudio implicará completar cuestionarios relacionados con la dependencia emocional. Acepto que los datos recopilados durante el estudio se analizarán y se utilizarán con fines estadísticos y científicos. También reconozco que cualquier información o resultados obtenidos como parte de este estudio podrían ser publicados o presentados en conferencias o revistas científicas. Sin embargo, se me asegura que cualquier divulgación de los resultados se realizará de forma anónima y que mi identidad personal se mantendrá en confidencialidad.

Por último, declaro que estoy dentro del rango de edad requerida para participar y que entiendo plenamente los detalles del estudio y sus implicaciones. Confirmando que no tengo ninguna limitación física o de salud que pueda afectar mi participación en este estudio. Agradezco su atención a este asunto y espero tener la oportunidad de contribuir a la investigación en esta área.

Quedo a su disposición para cualquier pregunta o aclaración adicional afín al estudio.

Atentamente,

\_\_\_\_\_  
Nombre:

CI:

## Anexo 1 (Inventario de Dependencia Emocional):

### Inventario de Dependencia Emocional (IDE).

Nombre y Apellidos: \_\_\_\_\_

Estado Civil: \_\_\_\_\_ Pareja Actual: Si \_\_\_ No \_\_\_ Tiempo de Relación: \_\_\_\_\_

Nivel Educativo: \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_

¿Creció usted con ambos padres?: Si \_\_\_ No \_\_\_

- En caso de que no haya sido así, marque con quién se crió: Madre \_\_\_ Padre \_\_\_ Otros: \_\_\_\_\_

Lea cada frase y decida si las oraciones que aparecen a continuación describen cómo generalmente se siente, piensa o actúa en su relación de pareja, anotando sus respuestas con una "X" en el casillero que corresponda.

Si actualmente no tiene pareja, piense en su(s) relación(es) anterior(es) y conteste en función a ello.

- |                                     |                                    |
|-------------------------------------|------------------------------------|
| 1. <b>Rara Vez o Nunca.</b>         | 4. <b>Muchas Veces.</b>            |
| 2. <b>Pocas Veces.</b>              | 5. <b>Muy Frecuente o Siempre.</b> |
| 3. <b>Regularmente/Normalmente.</b> |                                    |

N.º	Reactivos.	1 Nunca.	2 Poco.	3 Normal.	4 Mucho.	5 Siempre.
1	Me asombro de mí mismo/a por todo lo que he hecho por retener a mi pareja.					
2	Tengo que dar a mi pareja todo mi cariño para que me quiera.					
3	Me entrego demasiado a mi pareja.					
4	Me angustia mucho una posible ruptura con mi pareja.					
5	Necesito hacer cualquier cosa para que mi pareja no se aleje de mi lado.					
6	Si no está mi pareja, me siento intranquilo/a.					
7	Mucho de mi tiempo libre quiero dedicarlo a mi pareja.					
8	Durante mucho tiempo he vivido para mi pareja.					
9	Me digo y redigo: "¡se acabó!" pero luego a necesitar tanto de mi pareja que voy detrás de él/ella.					
10	La mayor parte del día pienso en mi pareja.					
11	Mi pareja se ha convertido en una "parte" mía.					
12	A pesar de las discusiones que tenemos, no puedo estar sin mi pareja.					
13	Es insoportable la soledad que se siente cuando se rompe con una pareja.					
14	Reconozco que sufro con mi pareja, pero estaría peor sin ella.					
15	Tolero algunas ofensas de mi pareja para que nuestra relación no termine.					
16	Si por mi fuera quisiera vivir siempre con mi pareja.					
17	Aguanto cualquier cosa para evitar una ruptura con mi pareja.					
18	No sé qué haría si mi pareja me dejara.					
19	No soportaría que mi relación de pareja fracasara.					
20	Me importa poco que digan que mi relación de pareja es dañina, no quiero perderla.					
21	He pensado: "¿Qué sería de mí si un día mi pareja me dejara?".					
22	Estoy dispuesto/a a hacer lo que fuera para evitar el abandono de mi pareja.					
23	Me siento feliz cuando pienso en mi pareja.					
24	Vivo mi relación de pareja con cierto temor a que termine.					
25	Me asusta la sola idea de perder a mi pareja.					

N.º	Reactivos.	1	2	3	4	5
		Nunca.	Poco.	Normal.	Mucho.	Siempre.
26	Creo que puedo aguantar cualquier cosa para que mi relación de pareja no se rompa.					
27	Para que mi pareja no termine conmigo, he hecho lo imposible.					
28	Mi pareja se va a dar cuenta de lo que valgo, por eso tolero su mal carácter.					
29	Necesito tener presente a mi pareja para poder sentirme bien.					
30	Descuido algunas de mis responsabilidades laborales y/o académicas por estar con mi pareja.					
31	No estoy preparado/a para el dolor que implica terminar una relación de pareja.					
32	Me olvido de mi familia, de mis amigos y de mí cuando estoy con mi pareja.					
33	Me cuesta concretarme en otra cosa que no sea mi pareja.					
34	Tanto el último pensamiento al acostarme como el primero al levantarme es sobre mi pareja.					
35	Me olvido del "mundo" cuando estoy con mi pareja.					
36	Primero está mi pareja, después los demás.					
37	He relegado algunos de mis intereses personales para satisfacer a mi pareja.					
38	Debo ser el centro de atención en la vida de mi pareja.					
39	Me cuesta aceptar que mi pareja quiera pasar tiempo solo/a.					
40	Suelo postergar algunos de mis objetivos y metas personales por dedicarme a mi pareja.					
41	Si por mi fuera, me gustaría vivir en una isla con mi pareja.					
42	Yo soy solo para mi pareja.					
43	Mis familiares y amigos me dicen que he descuidado mi persona por dedicarme a mi pareja.					
44	Quiero gustar a mi pareja lo más que pueda.					
45	Me aislo de las personas cuando estoy con mi pareja.					
46	No soporto la idea de estar mucho tiempo sin mi pareja.					
47	Siento fastidio cuando mi pareja disfruta la vida sin mí.					
48	No puedo dejar de ver a mi pareja.					
49	Vivo para mi pareja.					

***Por favor, asegúrese de haber contestado todas las frases.***

***Muchas gracias por su sinceridad y colaboración.***