

**UNIVERSIDAD PRIVADA ANTONIO GUILLERMO URRELO**



**Facultad de Psicología**

**RELACION ENTRE DEPENDENCIA EMOCIONAL Y  
AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE CEBA DE LA CIUDAD  
DE CAJAMARCA**

**Tesis presentada en cumplimiento parcial de los requerimientos para el  
Título Profesional de Licenciados en Psicología**

**Autores:**

**Carlos Omar Cortegana Gutiérrez**

**Gaby Icenia Inciso Chávez**

**Asesor:**

**Mg. Ps. Gianina Calderón Pérez**

**Cajamarca-Perú**

**OCTUBRE 2019**

**UNIVERSIDAD PRIVADA ANTONIO GUILLERMO URRELO**



**Facultad de Psicología**

**RELACION ENTRE DEPENDENCIA EMOCIONAL Y  
AUTOESTIMA EN ESTUDIANTES DE CEBA DE LA CIUDAD  
DE CAJAMARCA**

**Tesis presentada en cumplimiento parcial de los requerimientos para el  
Título Profesional de Licenciados en Psicología**

**Autores:**

**Carlos Omar Cortegana Gutiérrez**

**Gaby Icenia Inciso Chávez**

**Asesor:**

**Mg. Ps. Gianina Calderón Pérez**

**Cajamarca-Perú**

**OCTUBRE 2019**

**COPYRIGHT © 2019 by**  
**CARLOS OMAR CORTEGANA GUTIÉRREZ**  
**GABY INCISO CHÁVEZ**  
Todos los derechos reservados

**UNIVERSIDAD PRIVADA ANTONIO GUILLERMO URRELO  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

**APROBACIÓN DE TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO  
PROFESIONAL DE LICENCIADOS EN PSICOLOGÍA**

**Relación entre Dependencia Emocional y Autoestima en  
Estudiantes de Ceba de la Ciudad de Cajamarca**

**Presidente:** \_\_\_\_\_

**Secretario:** \_\_\_\_\_

**Vocal:** \_\_\_\_\_

**Asesor:** \_\_\_\_\_

**A:**

A Dios por permitirnos llegar a hasta este día y habernos brindado la fuerza necesaria de lograr esta meta. Nuestros familiares por su apoyo en los momentos de felicidad y tristeza. Nuestros Docentes por compartir sus conocimientos con nosotros y ser unos verdaderos guías, son ejemplo de paciencia para lograr el aprendizaje día a día.

## **AGRADECIMIENTO**

- A la Mg. Ps. Gianina Calderón Pérez, por sus acertadas observaciones en el marco teórico del presente informe.
- Al CEBA, por el apoyo con sus alumnos para la aplicación de nuestros instrumentos.
- A la Coordinación de Internado de la Facultad de Psicología de la UPAGU, por el apoyo con el recurso humano.

## RESUMEN

El objetivo principal de este estudio fue determinar la relación entre dependencia emocional y la variable autoestima, en estudiantes de un CEBA de la ciudad de Cajamarca; para ello, el enfoque que tiene esta investigación es de tipo cuantitativa aplicada con diseño no experimental de corte transversal- tipo descriptivo - correlacional, ya que su fin fue medir la correlación entre las dos variables: Dependencia emocional y autoestima. La población se conformó por 63 estudiantes de CEBA que limiten entre las edades de 18 a 35 años, de ambos sexos. Los instrumentos que se utilizaran fueron el Cuestionario de Dependencia Emocional de 23 ítems y la Escala de Autoestima de Rosenberg de 10 ítems. En el análisis de datos se usó el coeficiente de correlación de producto momento de Pearson, por ser una correlación de variables paramétricas. Los resultados determinaron que no existe una correlación significativa, puesto que la significancia es de 0,828 ( $p > 0,05$ ) entre las variables dependencia emocional y la autoestima en los estudiantes del CEBA; así también se observó que el nivel de dependencia emocional de los estudiantes evaluados es alto; mientras que el nivel de autoestima de dicha población en su mayoría es bajo. Los resultados encontrados indican que no existe correlación significativa entre ambas variables ( $p > 0,05$ ).

**Palabras clave:** *Dependencia emocional, autoestima.*

## **ABSTRACT**

The main objective of this research is to study the relationship between emotional dependence and self-esteem, in students of a CEBA institute in Cajamarca; the research focus will be quantitative applied with non-experimental cross-sectional design - correlational descriptive type, since its purpose will be to measure the relationship between the study variables. The population will be constituted by students of CEBA that limit between the ages of 18 to 35 years old, of both sexes. The instruments that will be used are: the Emotional Dependence Questionnaire and the Rosenberg Self-Esteem Scale. Then the collected data will be analyzed in a SPSS statistical software matrix version 23 with the Pearson correlation coefficient as appropriate, to determine the existence of a relationship between both variables. The results will determine if there is a relationship between Emotional Dependence and Self-esteem in students.

The results found indicate that there is no significant correlation between both variables ( $p > 0.05$ ).

# ÍNDICE

DEDICATORIA .....	v
AGRADECIMIENTO.....	vi
RESUMEN.....	vii
ABSTRACT .....	viii
ÍNDICE .....	ix
LISTAS DE TABLAS .....	xii
LISTAS DE GRAFICOS Y FIGURAS.....	xiii
INTRODUCCION .....	1
CAPITULO I_ EL PROBLEMA DE INVESTIGACION .....	4
1.1. Planteamiento del Problema .....	5
1.2. Enunciado Del Problema .....	9
1.3. Objetivos de la Investigación.....	9
1.3.1. Objetivo General .....	9
1.3.2. Objetivos específicos.....	9
1.4. Justificación .....	10
CAPITULO II_ MARCO TEORICO .....	12
2.1. Antecedentes de investigación.....	13

2.1.1. Internacionales .....	13
2.1.2. Nacionales .....	14
2.1.3. Locales .....	15
2.2. Bases Teóricas.....	16
2.2.1. Concepto de Dependencia Emocional .....	16
2.2.2. Autoestima.....	25
2.2.3. Dependencia y autoestima.....	28
2.2.4. Autoestima según sexo .....	29
2.3. Definición de Términos Básicos.....	29
2.4. Hipótesis de Investigación.....	29
2.5. Operacionalización de las Variables de Investigación.....	29
<b>CAPITULO III_ MÉTODO DE INVESTIGACIÓN.....</b>	<b>31</b>
3.1. Tipo de investigación.....	32
3.2. Diseño de Investigación.....	32
3.3. Población, Muestra y Unidad de Análisis.....	33
3.3.1. Población.....	33
3.3.2. Muestra.....	34
3.3.3. Unidad de análisis .....	34

3.4. Instrumento de Recolección de Datos .....	35
3.5. Análisis de Datos .....	37
3.6. Consideraciones Éticas .....	38
<b>CAPITULO IV. ANALISIS Y DISCUSION DE RESULTADOS .....</b>	<b>39</b>
4.1. Análisis de Resultados.....	40
4.1.1. Nivel de dependencia emocional en estudiantes de un CEBA de la ciudad de Cajamarca.....	41
4.1.2. Identificar los niveles de autoestima de estudiantes de un CEBA. ....	42
4.1.3. Identificar la relación entre dependencia emocional y autoestima según sexo en estudiantes de un CEBA de la ciudad de Cajamarca. ....	43
4.1.4. Determinar si existen diferencias significativas de los niveles de autoestima y dependencia emocional según sexo. ....	44
4.2. Discusión .....	46
<b>CAPITULO V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES .....</b>	<b>51</b>
5.1. Conclusiones.....	52
5.2. Recomendaciones .....	53
<b>REFERENCIAS .....</b>	<b>55</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>61</b>

## LISTAS DE TABLAS

Tabla 1:	Operacionalización de variable. ....	30
Tabla 2:	Distribución de la muestra según datos sociodemográficos. ...	34
Tabla 3:	Pruebas de normalidad de las puntuaciones de las escalas. ....	38
Tabla 4:	Correlación entre dependencia emocional y autoestima. ....	40
Tabla 5:	Correlación entre Autoestima y las dimensiones de la dependencia emocional. ....	41
Tabla 6:	Correlaciones entre las variables según el sexo. ....	44
Tabla 7:	Distribución de los niveles de las variables Dependencia emocional y Autoestima según sexo. ....	45
Tabla 8:	Prueba de muestras independientes según el sexo para hallar diferencias significativas. ....	45

## LISTAS DE GRAFICOS Y FIGURAS

**Figura 1:** Niveles de Dependencia Emocional

**Figura 2:** Niveles de Autoestima

Figura 1:	Nivel de dependencia emocional en estudiantes CEBA. ....	42
Figura 2:	Nivel de autoestima en estudiantes CEBA. ....	42

## INTRODUCCION

La dependencia emocional, es un tema de mucho interés ya que constituye un eje principal en las relaciones adecuadas de parejas. Últimamente vemos en noticias incidentes respecto a no terminar o construir relaciones sanas, dando cavidad a conductas posesivas por parte de uno de los integrantes de esta relación. La deficiencia en la construcción, desarrollo y término de una relación amorosa ha dado lugar a terribles conductas agresivas y destructivas, incluso a feminicidios o crímenes aberrantes. Por lo tanto, se debe considerar el tema y promover sanas relaciones amorosas como salud pública.

En la presente investigación se tuvo como principal objetivo hallar la relación entre la variable dependencia emocional y la variable autoestima en estudiantes de un CEBA de la ciudad de Cajamarca. El interés fue descubrir datos e influencias concretas entre las dos variables de la población estudiantil. Para tal estudio participaron 63 estudiantes de CEBA de la ciudad de Cajamarca. De los cuales 31 sujetos corresponden al sexo femenino y 32 al sexo masculino, que tienen o experimentaron una relación amorosa.

Para tal investigación, partimos de la motivación de considerar el tema como un tema de preocupación en salud pública y además, que el estudio pueda contribuir como precedente para próximas investigaciones en nuestra localidad ya que hay aun poca información respecto del tema.

La presente investigación está organizada en cinco capítulos, las cuales haremos una breve explicación de los mismos, como continuación se detalla:

En el capítulo I, se presenta los lineamientos del problema, los objetivos que pretendemos alcanzar y la justificación de la investigación. Resaltamos aquí la preocupación de tratar el tema como un tema de salud pública, pues los incidentes, agresiones y actitudes incluso violentas hacia la mujer, por no retomar o proseguir con una relación o soportar por ellas mismas actitudes de desvalorización, afectan consecuentemente a su autoestima. Los objetivos se enfocan en determinar la relación entre la dependencia emocional y la autoestima, así como la influencia de la misma.

En el capítulo II, se tratan los antecedentes, fundamentos teóricos-científicos, en los que se describen investigaciones internacionales y nacionales relacionadas a nuestras variables de estudio; los cuales nos ayudan a dar credibilidad al estudio y donde se detallan las variables Dependencia Emocional, sus dimensiones o rasgos y características propias de un sujeto que es identificado como tal; y donde también se hace la descripción de la influencia de autoestima y su afectación, teniendo los niveles o tipos y valoración propiamente de una adecuada autoestima.

En el capítulo III, se describe el tipo y diseño metodológico para el desarrollo de la investigación, así como los instrumentos, la población, muestra y unidad de análisis; finalizando con el procesamiento de datos.

En el capítulo IV, se describen los resultados encontrados, luego se discuten los mismos, los cuales responden a los objetivos e hipótesis planteados; así mismo, se resumen los datos hallados a modo de conclusiones gráficas, y se

plantean ciertas recomendaciones que puedan servir para próximas investigaciones interesados en el tema Dependencia Emocional y autoestima.

Finalmente, en el capítulo V, se describen las conclusiones y recomendaciones del tema de estudio.

# **CAPITULO I**

## **EL PROBLEMA DE INVESTIGACION**

## **1.1. Planteamiento del Problema**

La Dependencia Emocional ha entrado en controversia en estos años (González-Bueso, et al. 2018), este cruce de opiniones ha originado un debate en torno a considerarla como un trastorno real y por ende introducirlo en los manuales de diagnóstico; por lo que se podría decir que en la actualidad es más difícil que las personas mantengan relaciones sentimentales sanas. Rodríguez (s.f.), considera que la dependencia emocional desinhibe a la persona de su propio yo al igual que las drogas, ya que en toda relación amorosa positiva provoca en los circuitos cerebrales una similar sensación de placer que experimentamos al consumir las drogas sintéticas. El sentirse querido, deseado, mimado y preocupado por otro ser, implica una función básica, social; pero el deseo a veces se transforma en una sensación de experiencia dolorosa, apática y destructiva llevando a transformarla en sentimientos negativos y patológicos.

Vargas e Ibañez (2008) al hablar del ser humano como un ser social, conforme la persona va creciendo, va adquiriendo independencia física y emocional; así, al iniciar la búsqueda de pareja; no siempre es de esa forma. La satisfacción emocional en la familia, se genera debido a un estilo de interacción con las personas amadas; este estilo se va llevando y expresando con las demás personas; sobre todo con la pareja. El concepto dependencia emocional, ayuda a comprender como se construyen las relaciones significativas hacia los otros. Las relaciones de pareja, por tanto, expresa una relación significativa que se establece en los seres humanos, haciéndola un vínculo muy fuerte, luego de la familia de origen (García e Ilabaca, 2013). En la pareja se abre a una vinculación muy fuerte,

que perderla es perder la seguridad; además de que la probabilidad de pérdida de la relación, despierta en algún miembro o en los dos que la conforman, ansiedad, pena, tristeza o rabia (García e Ilabaca, 2013).

Reconsiderando la probable ruptura en las relaciones de pareja, las personas manifiestan un comportamiento con distintas estrategias de afrontamiento que les brinde bienestar físico y psicológico (Niño y Abaunza, 2015). La “dependencia emocional”, a la cual se la define como un comportamiento repetitivo crónico de constantes demandas de afectividad insatisfechas que van a llevar al sujeto a buscar con intensidad satisfacerlas mediante algún tipo de relación interpersonal estrecha. Mientras que, Bornstein (citado por Niño y Abaunza, 2015, p. 3), considera a la dependencia emocional como “una necesidad de protección y apoyo, en donde la confianza existente en la relación es un elemento esencial que influye en la autoestima, identidad y funcionamiento general de la otra persona”. Así el dependiente emocional basa su bienestar personal en los sentimientos de su pareja.

La problemática de la dependencia emocional según Massa, Pat, Keb, Canto, y Chan (2011) es un detonante de agresión de la pareja. El informe de violencia contra la mujer en América Latina y el Caribe realizado en 12 países por la Organización Panamericana de la salud-OPS en 2013, se encontró que un gran porcentaje de mujeres, algunas casadas o en unión, informaron haber sufrido alguna violencia física o sexual de parte de un compañero íntimo. Por otro lado, el Fondo de Desarrollo de las Naciones Unidas para la Mujer-UNIFEM (Anna, 2009), menciona que seis de cada diez mujeres del mundo sufren violencia física

o sexual a lo largo de su vida. Por lo que, ante tal problemática, es apropiado reflexionar sobre el tema psicológico que hace a las mujeres que sufran consecuencias de daño físico y emocional en su relación de pareja, tratando de comprender el por qué se insiste ante tal sometimiento de situación maltratadora y no se da cabida a una sana ruptura del vínculo formado en la pareja.

Márquez (2005), al responderse, por qué algunas personas, después de haber terminado su relación de pareja, no pueden separarse totalmente. Refiere que se deben a características como la dependencia emocional, inestabilidad, incertidumbre y ambivalencia entre el miedo a la frustración; es decir el miedo al compromiso y al abandono o miedo a la soledad.

Loinaz, Echeburúa y Ullate (2012) consideran que hay que tener en cuenta la alta relación entre baja autoestima y conductas violentas; pues al no fomentar una autoestima adecuada, los conflictos violentos siempre serán continuos en la vida, sobre todo en las parejas y familias. Así pues, considerando que la dependencia emocional involucra aspectos cognitivos, afectivos, motivacionales y de comportamiento (Lemos, Jaller, Gonzáles, Díaz y De la Ossa, 2012). Y que, además, la dependencia emocional es un factor de riesgo para víctimas de violencia en la pareja (González y Leal, 2016). Esto puede incidir de manera grave, pues el Mapa de Violencia Familiar, a Nivel Departamental, según la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar - ENDES 2000-2008, dentro de los resultados demuestra que, en el Perú, la violencia familiar se da en sus diversas formas por lo que está arraigada en todo el territorio, con ciertas diferencias a nivel departamental (Miljanovich, et al. 2010). En definitiva, es importante

determinar la incidencia de la dependencia emocional en los sujetos y su grado de afectación en su autoestima. Esto debido a que la violencia familiar esta también asociada a factores culturales ancestrales, como mitos y creencias que se tramiten de generación en generación; machismo, especialmente en los agresores, y pasividad de la mujer, según Miljanovich et al. (2010). Desde la perspectiva evolutiva, la autoestima está ligada a las experiencias sociales y el desarrollo social temprano en el curso de la vida.

Para Villa, García, Cuetos y Sirvent (2017), en la vinculación de la autoestima, en la variable violencia y en la variable dependencia emocional de las relaciones de pareja; el nivel bajo de autoestima, se ha visto vinculada en algunos casos como un efecto de la violencia en las relaciones de noviazgo. Además, de convertirse en una dificultad más para abandonar las relaciones, pues se termina por justificar al agresor.

Por lo expuesto y la experiencia contada de parte de estudiantes de Centros de Educación Básica Alternativa (CEBA), surgió la motivación y curiosidad que se expone en el presente trabajo de investigación, en la que se evidencia diversas situaciones; donde las relaciones de pareja se ven afectadas, por apegos innecesarios, tolerando incluso comportamientos violentos en la relación de pareja. Estas situaciones nos llevaron a la reflexión sobre qué es lo que motiva al estudiante en su relación de pareja y a sostener o mantenerse en su relación. Por otro lado, sabiendo que la autoestima es un factor importante de satisfacción y autonomía personal, se abordó la interrogante en la presente investigación.

## **1.2. Enunciado Del Problema**

¿Existe relación entre dependencia emocional y autoestima en estudiantes de un CEBA de la ciudad de Cajamarca?

## **1.3. Objetivos de la Investigación**

### 1.3.1. Objetivo General

Determinar la relación entre la dependencia emocional y autoestima en estudiantes de un CEBA de la ciudad de Cajamarca.

### 1.3.2. Objetivos específicos

- Identificar la relación entre las dimensiones de dependencia emocional y autoestima en estudiantes de un CEBA de la ciudad de Cajamarca.
- Identificar los niveles de dependencia emocional en estudiantes de un CEBA de la ciudad de Cajamarca.
- Identificar los niveles de autoestima de estudiantes de un CEBA de la ciudad de Cajamarca.

#### **1.4. Justificación**

La investigación realizada tiene que ver con las relaciones interpersonales en el ámbito de afectividad. La dependencia emocional y autoestima abarcan a todo ser humano y perdura a lo largo de la vida. En la actualidad percibimos un gran problema de relaciones amorosas en las parejas, a tal punto que recaen en posicionarse obsesivamente de la persona amada. Se llega incluso a creerse dueño de la relación; esto ha conllevado a forzar la permanencia en la misma. Se ha llegado a afectar a las familias que se ven inmersas en problemas de violencia y homicidios.

Según los aportes teóricos, la dependencia emocional tiene que ver con necesidades afectivas insatisfechas, por lo que uno de los miembros de la relación de pareja trata de hacer sentir su presencia afectiva de distintas maneras con tal de prevenir cualquier ruptura amorosa. Por ello, la presente investigación brindará mayor conocimiento actual sobre el tema dependencia emocional y autoestima. Puesto que aún no es muy relevante en la población cajamarquina a pesar de estar muy inmersa en las relaciones de pareja.

Por último, a nivel social nos sirvió, porque deseábamos beneficiar a la población investigada de dicha institución, haciendo una abordaje terapéutico dándoles talleres de promoción, que se realizaron en el ámbito educativo; con la finalidad de reducir los factores investigados: problemas relacionados a la autoestima, poca tolerancia a la soledad, necesidad afectiva por parte de otra persona, etc. De este modo podemos generar conciencia a la hora de formar lazos afectivos en las parejas, y además el estudio realizado permitirá generar diversos

programas con respecto a la prevención de crisis emocionales específicos en parejas o situaciones familiares, para una mejor relación a partir de los resultados evitando consecuencias negativas a largo plazo.

## **CAPITULO II**

### **MARCO TEORICO**

## **2.1. Antecedentes de investigación**

### **2.1.1. Internacionales**

Tello (2016) en su investigación denominada “Autoestima y Dependencia Emocional en los adolescentes de tercero de Bachillerato de la Unidad Educativa Salcedo” en Ecuador, trabajó con una muestra probabilística de 80 estudiantes de bachillerato del tercer año, cuyas edades oscilaron entre 16 a 18 años. Utilizó la escala de Rosenberg y el cuestionario de dependencia emocional. Este autor llegó a la conclusión de que hay relación entre las variables mencionadas.

Kopala-Sibley, Klein, Perlman y Kotov (2012), realizaron un estudio con el objetivo de comprobar la evidencia sustancial de que los rasgos de personalidad, como la autoestima y la dependencia, predicen el desarrollo de síntomas de depresión y ansiedad, así como episodios depresivos. En este estudio participaron, 550 mujeres adolescentes las cuales fueron evaluados al inicio del estudio, 528 y 513 y fueron evaluados nuevamente en 2 y 3 grupos respectivamente, a lo largo de 18 meses. Los resultados sugieren que tener en cuenta la autoestima y dependencia para comprender quién está en riesgo de trastornos depresivos y de ansiedad.

Lemos, Londoño y Zapata (2007), realizaron un estudio transversal con el objetivo de establecer las distorsiones cognitivas que en su mayor medida discriminan a las personas que presentan patrones de dependencia emocional, en este estudio participaron 116 personas activas laboralmente de la capital de la ciudad de Medellín- Colombia de los cuales 59 mujeres y 57 hombres, las edades oscilaban entre los 18 y 55 años. Los resultados hallaron que las personas con

rasgos de dependencia emocional llegan a justificar sus necesidades afectivas con los deberías que están estrechamente relacionados con el amor romántico, por ende generan un proceso de información con predominio de control, que les llega a garantizar el acceso rápido a su pareja.

### **2.1.2. Nacionales**

Aiquipa (2015) realizó la investigación de enfoque cuantitativo empleando un método de estudio comparativo correlacional, su objetivo principal fue el de hallar la correlación entre dependencia emocional y violencia de pareja. En este estudio participaron 51 mujeres usuarias de un Hospital con edades que variaban entre los 18 y 60 años de edad, para la muestra se crearon dos grupos, el primero de 25 mujeres que fueron víctimas de violencia de pareja y el segundo grupo de 26 mujeres que no fueron víctimas de violencia de pareja. Los resultados demostraron que sí existe una relación significativa entre la dependencia emocional y violencia de pareja; además, se halló que tres de las dimensiones de la dependencia emocional (miedo a la separación, prioridad de pareja y sumisión) están estrechamente relacionadas con la violencia de pareja; por lo tanto, como discusión se plantea que las mujeres víctimas de violencia con dependencia emocional evitarán una separación de la pareja a pesar de que sufran de múltiples agresiones por parte de este.

Mallma (2014), realizó un estudio de corte transversal que tuvo como objetivo hallar la relación entre las relaciones intrafamiliares con la variable dependencia emocional en estudiantes de la carrera de psicología. Para este estudio se evaluaron a 467 estudiantes, 346 de mujeres y 121 hombres, con edades

entre 16 y 40 años. Como principales resultados se hallaron que hay una correlación altamente significativa de forma inversa, con magnitud moderado bajo entre las variables; se observó que la mayoría de familias tienen un tipo de Relaciones Intrafamiliares de nivel Promedio (57.0%) y que el 31.4% de los participantes tuvo Dependiente Emocional. Así también se hallaron diferencias significativas del nivel de dependencia emocional según el sexo, la edad el ciclo de estudios y la condición de víctimas de violencia por parte de la pareja.

### **2.1.3. Locales**

Cieza (2017), realizó un estudio de tipo descriptivo correlacional, de corte transversal, donde su principal objetivo fue el de determinar la relación entre los estilos parentales en estudiantes universitarios del I ciclo de la Universidad Nacional de Cajamarca, con la dependencia emocional en estudiantes. Los resultados indicaron que, si existe una relación significativa entre los estilos parentales tanto de la madre como del padre y la dependencia emocional en estudiantes universitarios, así también predomina el estilo autoritativo, tanto en la madre como en el padre. Asimismo, los estudiantes presentan un nivel bajo de dependencia emocional.

## **2.2. Bases Teóricas**

### **2.2.1. Concepto de Dependencia Emocional**

La dependencia emocional es definida como “necesidad extrema de carácter afectivo que una persona siente hacia su pareja a lo largo de sus diferentes relaciones” (Castelló, 2005, p. 17). El ser humano en un inicio es necesitado de todas las atenciones de sus más cercanos, padres, hermanos, etc. En la medida que va creciendo va adquiriendo autonomía emocionalmente, pero no siempre es así. La persona si en sus inicios tenía un vínculo muy fuerte con su familia de origen, ese vínculo se traslada y manifiesta con la pareja, a la cual, se tornará de manera patológica cuando solo se priorice la estabilidad emocional en el otro y por el otro (Vargas e Ibañez, 2008).

Por otro lado, la dependencia emocional, se relaciona a una vinculación enfermiza, pues se basa en el dolor, la rabia y el miedo, en comportamiento abusivo, posesivo e inaccesible, que termina en desequilibrio y desigualdad de la pareja, donde generalmente una es sometida a la otra. Es entendida además a la dependencia emocional, como el “comportamiento desadaptativo contingente a una interrelación afectivo dependiente” (Massa, et al. 2011); pues la anormalidad afectiva en la pareja lleva a una relación toxica y desequilibrada de la realidad.

La dependencia emocional se define como aquel “patrón crónico de demandas afectivas frustradas sobre una persona que se intentan satisfacer mediante relaciones interpersonales de apego patológico” Moral y Sirvent (2008, p.154). Cuyas, características las resume en: posesividad y desgaste energético intenso, incapacidad romper ataduras, voracidad de cariño, de amor y

sentimientos negativos tal como la culpa, vacío y miedo al abandono. La involucración del dependiente en sus relaciones es asimétrica pues asume una posición subordinada hacia su pareja. La actitud narcisista de la pareja se identifica por el deseo de elogios y desprecio hacia los demás. Hay un ensalce hacia la pareja e ignoran los defectos, llegando incluso a soportar y tomando como algo normal los desprecios y humillaciones por parte de ella.

Según Massa, et al (2011), menciona que este tipo de comportamiento se da desde la infancia, normalmente ante cierta sobreprotección; esto debido a que el ser humano se va generando creencias referentes al mundo hostil y cruel, pues no ha experimentado frustraciones y evita el estrés.

Otra forma de explicar a la dependencia emocional, es cuando la persona tiene por necesidad a la aprobación de los demás y se va a sentir muchas veces obligada a cambiar su identidad frente a los demás. De este modo, los sujetos llegan a idealizar incluso llegan a privilegiar sus relaciones de pareja cuando las tienen, dejando de lado su imagen social (Moral y Sirvent, 2008),

Castelló (2012), refiere que el dependiente emocional en su relación de pareja aporta más que el otro, por lo que vivirá esperando una correspondencia. Además, este tipo de personas priorizará su relación amorosa, y el mismo estado de ánimo estará en función de su relación. Los mismos pensamientos de la persona estarán guiados por la aceptación o rechazo de su pareja. Al parecer los dependientes emocionales están enamorados obsesivamente de la relación de pareja, que de la persona.

La relación del dependiente emocional continuamente de basa en la sumisión, la idealización y el terror al rechazo, mucho más al abandono.

Rasgos de los dependientes emocionales según Castelló (2012): Prioridad a la pareja sobre cualquier otra cosa. Este tipo de personas dejan de tener vida propia, pues continuamente vive la vida del otro mientras que ésta se lo permita. La pareja es lo más importante, por lo que los pasatiempos se van dejando de lado, las relaciones amicales van cobrando menos protagonismo e incluso la familia pasa a segundo plano por priorizar a la pareja.

- Voracidad afectiva: deseo de acceso constante. Las personas dependientes tratan de mantener un contacto frecuente e incluso excesivo. Esto puede llamar la atención en su entorno a tal punto de ocasionarle problemas laboralmente. De otro modo, si por el dependiente fuera pasaría todo el tiempo con la otra persona, es aquí donde si no se lo consigue de ese modo, se suple el contacto físico con los medios de comunicación como el móvil; con el fin de no alejarse.
- Tendencia a la exclusividad en las relaciones. La persona dependiente querrá disponer se su pareja para ella misma, pues lo demás le molestará en consecuencia apartará a amigos, compañeros del trabajo e incluso a sus mismos hijos.
- Idealización del compañero. Para el dependiente emocional, el otro se convertirá en alguien sobrevalorado. Por eso el dependiente, buscará a alguien que admire para poder enamorarse, ve a alguien por encima de él. En definitiva, el dependiente tendrá la sensación de estar con alguien que

perciba más importante que él y además que le trasmite el deseo de estar junto a él.

- Sumisión hacia la pareja. El dependiente emocional se identifica por el trato, pues casi siempre es de subordinación, con mensajes de arriba abajo o comunicación vertical. Se podrá notar en la relación que uno tendrá más importancia que otra en la pareja.
- Pánico ante el abandono o el rechazo de la pareja. La idealización o sumisión al compañero será tanto que hay un miedo y terror a una probable ruptura. La presencia de ideas a considerar la ruptura como inalcanzable o no se pueda dar en absoluto. Es ante este pánico donde el dependiente se comporta de una manera comprobatoria ante la pareja, como leer los mensajes de texto que contengan palabras afectuosas, pedir muestras de afecto abrazos, besos, con un fin de evaluar la relación que se está llevando.

Frente a la ruptura, el síndrome de abstinencia. Hay un estado muy crítico respecto a la ansiedad que puede experimentar la persona. Esto varía, según Castelló (2012), pues de manera habitual es un trastorno depresivo mayor con presencia de ideas obsesivas y remordimientos con respecto al tema de la ruptura. Hay sentimientos de culpa por los errores cometidos y planes para reanudar la relación. Hay una inmensa tristeza, la ansiedad impide la concentración, molestias físicas e incluso pensamientos sobre el poco sentido de la vida. Lo que caracteriza a este estado de abstinencia es el deseo de retomar la relación.

La búsqueda de pareja con un perfil determinado. La persona con dependencia emocional, por lo general suele preferir a los sujetos que llegan a ser engreídos, distante afectivamente, con relativo egocentrismo, en ocasiones hostil, conflictivo e incluso posesivo (Castelló (2012)).

Es común que las personas con dependencia emocional vivan su vida entorno al amor; es decir, que van a necesitar a alguien que esté permanentemente junto a ella, de esta forma, se observa que no son tolerantes a estar solos, por lo que cuando se separan de una relación de pareja inician una nueva relación casi de inmediato. Para Castelló (2012), la persona que es dependiente emocional suele tener las siguientes características:

- La Baja autoestima. Los dependientes emocionales no se quieren así mismos. Es decir, estas personas no tienen consideración consigo mismas, por lo que no tienen un trato adecuado con su misma persona.
- El miedo a la soledad. No solo implica el temor a estar solo, sino el mismo hecho de estar sin pareja. Esta soledad producirá malestar, ansiedad e ideas como nadie me quiere y sentimiento de sentirse abandonado.
- Necesidad de agradar y búsqueda de la valoración externa. Se ha explicado que es común que en las personas dependientes muestren necesidad por la aprobación externa y se sienten mal cuando no la tienen, por lo que cuando esto sucede muchas veces interpretan aquello como una forma de rechazo, de esta manera, llegar a hacer

conductas para comprobar esto en su relación como por ejemplo, llamadas telefónicas con la intención de averiguar si todo sigue igual con su pareja, incluso llega a ser muy minucioso en las conductas de la pareja ya sea en el tono de voz, las palabras que usa, etc. Para Castelló (2012) estas personas no suelen llevarse mal con los demás e incluso son vistas como modelos, buena persona y se desviven por ayudar. Para el dependiente saber que los demás piensan y tienen una imagen positiva de él es muy importante.

### **2.2.2. Factores que Influyen y Mantienen la Dependencia Emocional**

Para Castello (2005), hay factores que originan y mantienen la dependencia emocional; lo cual tienen que ver con factores biológicos, socioculturales y género, además de considera una perspectiva psicodinámica de la conducta. El temperamento y la condición genética desempeñan un papel relevante en la formación de la dependencia emocional. Por eso hay sujetos, con una predisposición a favorecer la vinculación afectiva en circunstancias no adecuadas. Por otro lado hay en los dependientes emocionales una continua sintomatología ansiosa y depresiva, que agrava la autoestima.

Los factores biológicos que suelen influir en la dependencia emocional, tiene que ver sobre todo con los sistemas de neurotransmisión monoaminérgicos, como los serotoninérgicos que son propios de los trastornos depresivos; y que puede que hayan sido adquiridos como reacción a ambientes cargados de estrés e insatisfacción crónica. Así mismo, por causa de cualquier otra

psicopatología que lleven a incidir en dependencia emocional (Castelló, 2005, pág. 139-140).

Los factores socioculturales, se relacionan al rol enmarcado por las culturas referidas a los géneros masculino y femenino. Propiamente en nuestra cultura occidental, el varón tiene un rol más individualista, agresivo, competitivo y cierto desarraigo afectivo. Por otro lado la mujer tiene un papel más comprensivo, con más tendencia a la empatía y cuidado. Cada cultura tiene su modelo de pareja y los roles que se desempeñan en la pareja tienen influencia social. Uno de los prejuicios es que en nuestra cultura occidental, la mujer es la que está interesada más en la pareja y que el varón se interesa básicamente en tener sexo y ve como una fobia el compromiso (Castelló, 2005).

Según Castelló (2005), en nuestra cultura occidental, la mujer se ve influenciada con expectativas de ser tranquila, afectuosa, que tiene que ser ella la encargada del cuidado de los hijos y además que es ella quien se tiene que interesar por la relación de pareja; es decir más que el varón. Por otro lado la influencia de nuestra sociedad hacia el varón es verlo como un ser individualista, con desapego emocional, agresivo, competitivo y con menos interés en la pareja. Estas influencias por parte de la cultura se pueden dar de diferentes maneras y con diferente grado; que en la mayoría de casos son asumidas, o también rechazadas por los sujetos. De esta forma a lo que el género se refiere la prevalencia otorga a la mujer con mayor posibilidad de generar dependencia emocional.

Otros factores causales de la dependencia emocional desde la perspectiva psicodinámica, son señalados desde dos corrientes psicodinámicas como es la

teoría de las relaciones objétales de Winnicott y la teoría psicológica del self de Kohut. La primera señala a Winnicott 1993 (citado por Castelló, 2005) donde configuro a las relaciones interpersonales en fases tempranas de la vida, donde se configurara el psiquismo del sujeto. La teoría se basa en el llamado ambiente facilitador o también denominado “entorno suficientemente bueno”; donde se reafirma la idea que es el sostén de la personalidad seda en las personas significativas para el niño como es la influencia de la madre.

Otro aporte importante de la teoría de Winnicott, es la denominada capacidad para esta solo por parte de las personas debido al entorno facilitador que las personas han tenido, en la etapa temprana de la vida. De esta manera los dependientes emocionales no poseen la capacidad, pues presentan un miedo aterrador y son intolerables a la soledad (citado por Castelló, 2005, p. 143. Párr. 1).

Referente a la psicología del self, en la perspectiva psicodinámica, señala Kohut 1977 (citado por Castelló 2005); la importancia no solo a los padres sino también de otras personas significativas del sujeto, donde influyen en la identidad del niño a la que las llama objetos del self (de sí mismo). Para el autor, el objetivo del niño es desarrollar un narcisismo adecuado, por lo que es necesaria la intervención correcta que deben tener los objetos del self; pues debe estar basada en una considerada empatía hacia él niño. Los objetos del self, o personas significativas, deberán colmar las necesidades del niño, sobre todo las demandas que tengan que ver con el elogio, lo que para Kohut, potencializara de manera saludable su narcisismo. Además las funciones que deben cumplir como la de

especular, que se caracteriza por el elogio que alimentará el ego del niño y la de idealizar, en tanto que los objetos del self sean modelos a imitar y admirar. Estas funciones de los objetos del self, se asumen en el propio niño mediante lo que Kohut ha denominado “internalización transmutadora”.

Cabe mencionar que si los objetos del self no desempeñan adecuadamente sus funciones de especular e idealizar, el proceso de internalización transmutadora no será satisfactorio. Esto generara en la constitución del self del niño, cuando llegue a ser adulto una serie de perturbaciones narcisistas. Una de ellas será lo que Kohut (citado por Castelló, 2005) señala como “Hambre de ideal”, ya que el sujeto experimentara autoestima baja, sentimientos continuos de tristeza e insatisfacción, necesidades de afecto de los demás y deseos fervientes de agradar.

Los factores que mantienen la dependencia emocional, están referidos a los factores causales de la misma. Las carencias afectivas son un factor preponderante en los sujetos con dependencia emocional. Los factores socioculturales pueden favorecer o no la aparición de la dependencia emocional, debido al paso del tiempo y ala influencias socioculturales del lugar que reciban. Por otro lado, el dependiente emocional es en parte responsable del comportamiento del objeto dependiente, porque en cierto modo lo facilita, y éste también influye parcialmente en el proceder del dependiente. Por otro lado las fases de las relaciones de pareja de los dependientes emocionales, supone también el mantenimiento del problema (Castelló, 2005).

### **2.2.2. Autoestima**

Para Rosenberg, la autoestima es entendida como la actitud positiva o negativa, hacia uno mismo. De esta manera habrá una autoestima alta y otra baja. Esta definición, se sustenta en la construcción social, pues los auto valores surgen de la interacción de procesos culturales, sociales, familia e interpersonales (Sebastián, 2012).

Para Ortega y Mínguez (1999), hasta ahora la autoestima se ha definido como la autovaloración que hacen las personas de sus cualidades y creencias, sus posibilidades y sus límites. Para estos autores la autoestima tiene un origen exógeno a la propia persona, pues no se nace con alta o baja autoestima. La autoestima por tanto será fomentada con las atribuciones que a diario se reciben del entorno. Por tanto, consideran importante las etapas de la niñez y la infancia, para el desarrollo y obtención de una adecuada autoestima.

La dinámica de la autoestima es que influye en lo que pensamos y creemos, lo que decimos y lo que hacemos, lo que sentimos y el valor que damos a lo que nos rodea y a nosotros mismos (Vásquez, 2014). Esto da a entender que la autoestima influye de manera global en el comportamiento de la persona. En la autoestima lo que pienso influirá en lo que haga y en lo que sienta. Además, lo que sienta influirá en lo que piense y haga.

Según Vásquez (2014), la autoestima es entendida como concepto global y se expresará en los distintos contextos de la vida como es, la social, familiar, académica, física resaltando los aspectos o cualidades físicas.

Las Dimensiones de la autoestima, para Rosenberg, consiste en la valoración que se da desde una sola dimensión, la cual, tiene que ver con “autoconfianza” o “satisfacción personal” y “autodesprecio” o “devaluación personal” (Cogollo, Campo-Arias y Herazo, 2015). La autoconfianza llega a estar relacionada con aquellos aspectos en que una persona se siente en los distintos ámbitos de la vida, y el auto desprecio está enfocada a la utilización de frases que indican una idea desfavorable de sí mismo.

#### **2.2.2.1. Tipos de autoestima**

La Autoestima alta, permitirá que la persona obtenga un crecimiento más sano, se sienta mejor consigo mismo y se adapte mejor al entorno. Así, un nivel alto de autoestima influirá en distintos aspectos: sobre los sentimientos y pensamientos, sobre sí mismo como sobre los demás. La manera de interpretar la realidad, frente a lo que pueda suceder. En las relaciones sociales, haciéndonos personas más seguras, con adecuadas habilidades sociales y poder construir nuevas amistades, además de conservarlas. Otro beneficio de la autoestima en nivel alto, es que se afiance la personalidad. La autonomía e independencia y capacidad de afrontar retos, tener criterios para tener y defender algún juicio u opinión frente a ciertas situaciones. Habrá, además, tolerancia frente a la frustración y dificultades que pasemos en la vida, pues los fracasos y problemas serán vistas como experiencias de aprendizaje, si se sabe enfrentar (Vásquez, 2014). La Autoestima Baja, para Sparisci (2013), tiene que ver con sujetos desanimados, comúnmente aislados, considerándose no atractivas, además de ser incapaces de defenderse y expresarse. Estas personas se sienten débiles para tratar de vencer sus deficiencias, poseen temor provocar el enfado de los demás y la

actitud hacia sí mismos es negativa; en definitiva, carecen de herramientas internas para tolerar situaciones y ambientes de tensión.

### **2.2.2.2 Importancia de la autoestima**

Según Carrillo (2009), señala que de la autoestima es muy importante y muy relevante, pues influye de en todas las facetas de nuestra vida; además de ser imprescindible en cada persona independientemente de la edad, sexo, condición social, el nivel sociocultural, profesión, etc. La valoración consigo mismo y la actitud positiva se verá reflejada en sentirse bien consigo mismo, ser capaz de sacar su potencial y desarrollarlo, ser creativo y afrontar los retos que se plantee. La autovaloración por tanto recae en dos creencias firmes, como lo menciona Carrillo (2009):

- Soy una persona amada incondicionalmente y soy digno del amor que recibo.
- Soy competente, inteligente, valido y capaz. Soy alguien, tengo “peso específico”, puedo valerme por mí mismo y de las circunstancias que estoy viviendo.”

Esto sin duda nos hace ver lo fundamental que es sentirse valorado y apreciado por nosotros mismo, ya que de esto dependerá una vida saludable, esta consideración afectiva se manifestará de manera respetuosa y equilibrada con las demás personas.

### **2.2.3. Dependencia y autoestima**

La Dependencia emocional, ha sido definida por Izquierdo y Gómez como un “patrón de comportamientos desadaptativos y estables de subordinación, asimetría y búsqueda de atención que afectan a las relaciones de pareja de una persona” (González-Bueso, et al., 2018). Así pues, se considera a los dependientes emocionales como personas que no muestran un adecuado afecto por sí mismas, degradando así su autoestima (Castelló, 2012). Dicho de otro modo, una adecuada autoestima consiste en mostrar un adecuado autocuidado, e interés por sí mismos, de tal manera que podamos sentirnos confortados, valorados, alegres por las cosas positivas que podamos estar pasando, sin ponernos condiciones para querernos. El dependiente emocional experimentara por tanto una manera distorsionada de sentirse y comportarse en relación a si mismo.

Para Kopala, Klein, Periman y Kotov (2012) la autoestima y la dependencia están asociadas a una amplia variedad de indicadores de funcionamiento psicosocial, incluida la psicopatología, y el funcionamiento de las relaciones románticas; además, estas llegan a estar muy relacionadas con el desarrollo de síntomas ya sea de depresión como de ansiedad.

Por otro lado, Blatt 2009 (citado por Kopala, et al. 2012) considera que las experiencias negativas en el desarrollo, pueden llevar a configurarse en una personalidad de dependencia; pues ésta se caracteriza por temores de abandono, inseguridad en las relaciones con los más cercanos, y autoestima dependiente del cuidado y apoyo de los demás.

#### **2.2.4. Autoestima según sexo**

Según el estudio realizado en las construcciones de dependencia emocional y el sexo; se estima que los hombres buscan más estimaciones, de este modo, ellos tienen la necesidad de llegar a experimentar algunas sensaciones fuertes, por lo que se dice que son más hiperestimuladores. De este modo, ellos se muestran más inflexibles, por lo que tienden a desarrollar un yo rígido guardando celosamente en su intimidad, ello generará que sea muy complicado abrirse hacia las otras personas. A diferencia de la mujer con dependencia emocional, quien suele manifestar mecanismos como los de no afrontamiento y de negación, donde es común que demuestre conductas de rechazo, no reconoce la situación, aunque ella sea consiente, como señalan los autores Moral y Sirvent (2008).

### **2.3. Definición de Términos Básicos**

- **Dependencia emocional:** Es “la necesidad extrema de carácter afectivo que una persona siente hacia su pareja a lo largo de sus diferentes relaciones” (Catelló, 2005, p. 17).
- **Autoestima:** Es entendida como la actitud positiva o negativa, hacia uno mismo (Sebastián, 2012).

### **2.4. Hipótesis de Investigación**

Existe relación significativa entre la Dependencia Emocional y la Autoestima en los estudiantes de un CEBA de la ciudad de Cajamarca.

### **2.5. Operacionalización de las Variables de Investigación**

Tabla 1

*Operacionalización de variables.*

<b>Variable</b>	<b>Definición</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítems</b>	<b>Escala de medición</b>
Dependencia emocional	Es “la necesidad afectiva extrema que una persona siente hacia otra a lo largo de sus diferentes relaciones de pareja” (Castelló, 2005, p. 17)	Ansiedad por separación	Se describen como las expresiones de miedo intenso que tiene la persona ante la posibilidad de la ruptura de la relación de pareja, así como por el temor a ser abandonado.	8,15,16,7,2,13,17,14	Cuestionario de Dependencia Emocional
		Expresión afectiva	Es una necesidad de la persona de poseer constantemente expresiones de afectividad por parte de su pareja con la intención de reafirmar su amor, que implica saciar la inseguridad.	21,20,6,23,22,9	
		Modificación de planes	Cambio de los comportamientos y actividades ya planificados antes, debidos ya sea por los deseos de satisfacer a la pareja.	5,3,4,11,12	
		Miedo a la soledad	Se explica como un temor de no poseer una relación de pareja.	18,19,10,1	
Autoestima	Es entendida como la actitud positiva o negativa, hacia uno mismo (Sebastián, 2012).	Unidimensional	Autoconfianza; la persona se siente digna de aprecio, es consciente que posee cualidades, continuamente manifiesta una actitud positiva hacia su persona y <u>generalmente se siente satisfecho consigo mismo(a).</u>	1,2,4,6,7	Escala de Rosemberg
			Autodesprecio; la persona siente que no tiene motivo para estar orgulloso de sí mismo (a), piensa continuamente que es un fracasado (a), no se respeta, piensa que es inútil y cree ser mala persona.	3,5,8,9,10	

## **CAPITULO III**

### **MÉTODO DE INVESTIGACIÓN**

### **3.1. Tipo de investigación**

La presente investigación es de tipo cuantitativa, pues es definida como el proceso donde se “Usa la recolección de datos para probar hipótesis, con base en la medición numérica y el análisis estadístico, para establecer patrones de comportamiento y probar teorías.” (Hernández, Fernández y Baptista, 2016, p. 46).

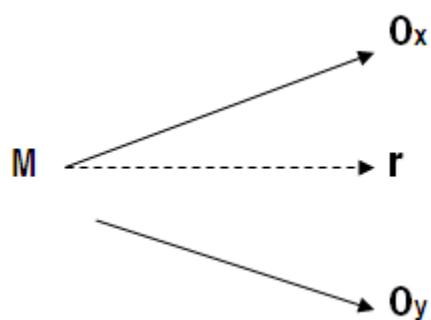
Según la clasificación de los diseños no experimentales se considera a esta investigación transversal o transaccional, pues se “recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único. Su propósito es describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado.” (Hernández, et al. 2016, p. 151).

### **3.2. Diseño de Investigación**

La presente investigación tiene como diseño ser no experimental, Hernández y otros (2016), definen a este tipo de investigación a aquellas que “se realiza sin manipular deliberadamente variables. Es observar fenómenos tal como se dan en su contexto natural, para posteriormente analizarlos” (p. 149).

Así mismo esta investigación es correlacional, según Hernández, et al. (2016, p. 154) pues señalan que estos diseños de investigación “describen relaciones entre dos o más categorías, conceptos o variables en un momento determinado.”

El diseño se representa en el gráfico siguiente:



Dónde:

**M**= Muestra

**Ox, Oy**=Observaciones de cada variable

**r**= Posible correlación

### **3.3. Población, Muestra y Unidad de Análisis**

#### **3.3.1. Población**

La población que fue considerada para esta investigación fueron 211 alumnos que se encuentran estudiando en el Centro de Educación Básica Alternativa (CEBA) de la ciudad de Cajamarca en la modalidad presencial y semipresencial, cuyas edades comprenden desde los 16 a más de 35 años de edad. El tipo de muestreo que se realizará es no probabilístico ya que la elección de los participantes será al azar, sino de las características que se necesitan para la investigación (Hernández, et al. 2016).

### 3.3.2. Muestra

La muestra ha sido de 63 estudiantes de Educación Básica Alternativa (CEBA), de la ciudad de Cajamarca; de los cuales según 31 participantes corresponden al sexo femenino y 32 al sexo masculino; todos estos han tenido una experiencia amorosa y/o tienen una relación de pareja (tabla 2).

Tabla 2

*Distribución de la muestra según datos sociodemográficos.*

		Frecuencia	Porcentaje
Edad en rangos	Menos de 20 años	26	41,9
	De 21 a 25 años	20	32,3
	De 26 a 30 años	12	19,4
	Más de 31 años	4	6,5
Sexo	Masculino	43	69,4
	Femenino	19	30,6
E_civil	Casado/a	5	8,1
	Conviviente	14	22,6
	Divorciado/a	1	1,6
	Soltero/a	42	67,7
pareja	Sí	62	100,0
T_relación	1 año	21	33,9
	2 años	23	37,1
	De 3 a 5 años	11	17,7
	Más de 5 años	7	11,3
	Total	62	100,0

### 3.3.3. Unidad de análisis

Un estudiante de CEBA de la ciudad de Cajamarca, cuyas edades oscilen entre 18 y 35 años de edad y que han experimentado relación de pareja.

### **3.4. Instrumento de Recolección de Datos**

Para el presente estudio se aplicaron las escalas psicométricas de forma grupal:

Descripción de la prueba: El Cuestionario de Dependencia Emocional, elaborada por Lemos, et al (2007) en cuya significación es hacer la detección de niveles de Dependencia Emocional, este cuestionario consta de 23 ítems con escala Likert del 1 al 6.

Interpretación de la prueba: el evaluado tiene que seleccionar para cada ítem, la frase que tan bien lo describe. La puntuación se obtiene sumando los valores asignados para cada ítem.

Puntuación:

Mujeres: 0-38, nivel bajo 39-62, nivel medio 63-121, nivel alto.

Hombres: 0-42, nivel bajo 43-68, nivel medio 69-133, nivel alto.

Dimensiones del cuestionario: Ansiedad de Separación, Expresión Afectiva, Modificación de Planes, Miedo a la Soledad.

Para la adaptación del cuestionario de Dependía Emocional, se ha recurrido al estudio de estandarización de la prueba realizada por las licenciadas Brito y Gonzales (2016). Cuyos resultados muestran que el CDE tiene un valor de fiabilidad de 0.919, siendo apto para su aplicación en la ciudad de Cajamarca. Para este estudio, se halló un coeficiente de alfa de Cronbach de 0,869 en la confiabilidad; respecto a la validez se halló un KMO de 0,656, con una varianza

total explicada 50,96%; criterios que evidencia adecuadas propiedades psicométricas para esta escala.

Escala de Autoestima de Rosenberg: Desarrollada originariamente por Rosenberg en 1965 para la evaluación de la autoestima en adolescentes. Está compuesta de 10 ítems, en donde su estructura está orientada a los sentimientos de respeto y aceptación de sí mismo(a). La mitad de los ítems están enunciado de manera positiva y la otra mitad de manera negativa. La puntuación es de escala tipo Likert del 1 al 4, en donde los ítems se responden en una escala de cuatro puntos (1=muy de acuerdo, 2=de acuerdo, 3=en desacuerdo, 4=totalmente en desacuerdo). Para su corrección se invierten las puntuaciones de los ítems enunciados negativamente (3, 5, 8, 9, 10) y posteriormente se suman todos los ítems.

La puntuación total es desde 10 hasta 40. Cuyos niveles se describen de la siguiente manera:

- **De 30 a 40 puntos.** Autoestima Elevada: Considerada autoestima normal.
- **De 26 a 29 puntos.** Autoestima Media: No presenta problemas de autoestima graves, pero es conveniente mejorarla.
- **Menos de 25 puntos.** Autoestima Baja: Existen problemas significativos de autoestima.

Vásquez, Jiménez y Vásquez-Morejón (2004), mencionan que el cuestionario fue validado en diferentes países y a diferentes idiomas, los cuales

validan sus características psicométricas para diferentes usos con propósitos de investigación y uso clínico.

Para este estudio, en relación a la confiabilidad se halló un índice de coeficiente de alfa de Cronbach de 0,791; en tanto para la validez se obtuvo un KMO de 0,864 y una varianza total explicada al 67,97%; lo que indica propiedades psicométricas adecuadas de esta prueba.

### **3.5. Análisis de Datos**

Luego que se han calificado los instrumentos se procedió a crear una base de datos en Microsoft Excel 2016 y seguidamente se importó a una matriz del paquete estadístico SPSS versión 23. En este programa se analizaron los datos con el uso de una prueba de normalidad (tabla 3), en este caso se utilizó la prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov para muestras de mayores de 50 sujetos, se halló como resultados que las puntuaciones fueron paramétricas, por lo tanto, se decidió el uso del coeficiente de correlación de Pearson, lo cual se determinó la asociación de ambas variables. Además, se usó la prueba T de Student para hallar las diferencias significativas entre las puntuaciones según el sexo; así mismo, se usó los estadísticos por frecuencia. Finalmente se realizó la discusión, las conclusiones y recomendaciones del informe final de la tesis.

Tabla 3

*Pruebas de normalidad de las puntuaciones de las escalas.*

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>		
	Estadístico	gl	Sig.
Suma Autoestima	0,113	62	,046
Suma Dependencia Emocional	0,073	62	,200*
Ansiedad por separación	0,093	62	,200*
Expresión afectividad de la pareja	0,090	62	,200*
Modificación de planes	0,108	62	0,067
Miedo a la soledad	0,115	62	0,040

\*. Esto es un límite inferior de la significación verdadera.

a. Corrección de significación de Lilliefors

### **3.6. Consideraciones Éticas**

Para la realización de esta investigación se consideró los principios éticos de los psicólogos, bajo el código de conducta de la *American Psychological Association* (APA) cuyos principios rectores son:

Por lo expuesto se consideró formalizar el permiso respectivo a la autoridad de la institución, además se informó a los participantes sobre esta investigación, y se solicitó una firma en el consentimiento informado en donde se especificó el propósito de dicho estudio. Así mismo, los resultados de la investigación serán de libre acceso para la contribución de la literatura científica.

## **CAPITULO IV**

### **ANALISIS Y DISCUSION DE RESULTADOS**

#### 4.1. Análisis de Resultados

Se puede apreciar que no existe una correlación significativa entre Dependencia Emocional y Autoestima, puesto que la significancia es  $-0,828$  ( $p > 0,05$ ); sin embargo, existe una tendencia a una correlación inversa o negativa entre ambas variables de  $-0,028$ ; lo que significa que a mayor dependencia emocional menor autoestima (Ver tabla 4).

Tabla 4

*Correlación entre dependencia emocional y autoestima.*

		Suma Autoestima	Suma Dependencia Emocional
Suma Autoestima	Correlación de Pearson	1	$-0,028$
	Sig. (bilateral)		$0,828$
	N	62	62
Suma Dependencia Emocional	Correlación de Pearson	$-0,028$	1
	Sig. (bilateral)	$0,828$	
	N	62	62

*Fuente: Instrumentos aplicados. 2019.*

Así mismo, NO se halló correlación significativa entre la variable autoestima y las dimensiones de la dependencia emocional (tabla 5); en ella se puede observar que no existe alguna correlación significativa ( $p > 0,05$ ) (pero sí hay una tendencia a una correlación inversa o negativa entre la autoestima con la ansiedad por separación ( $r = -0,018$ ), la expresión afectividad por la pareja ( $r = -0,053$ ) y miedo a la soledad ( $r = -0,050$ ). Lo cual indica que a medida que una de estas dimensiones baje sus puntuaciones, la variable Autoestima subirá y sucederá en viceversa. Por otro lado, la tendencia de correlación positiva ( $r = 0,033$ ) entre modificación de planes y autoestima, indica que a mayor modificación de planes mayor será la autoestima en los estudiantes del CEBA.

Tabla 5

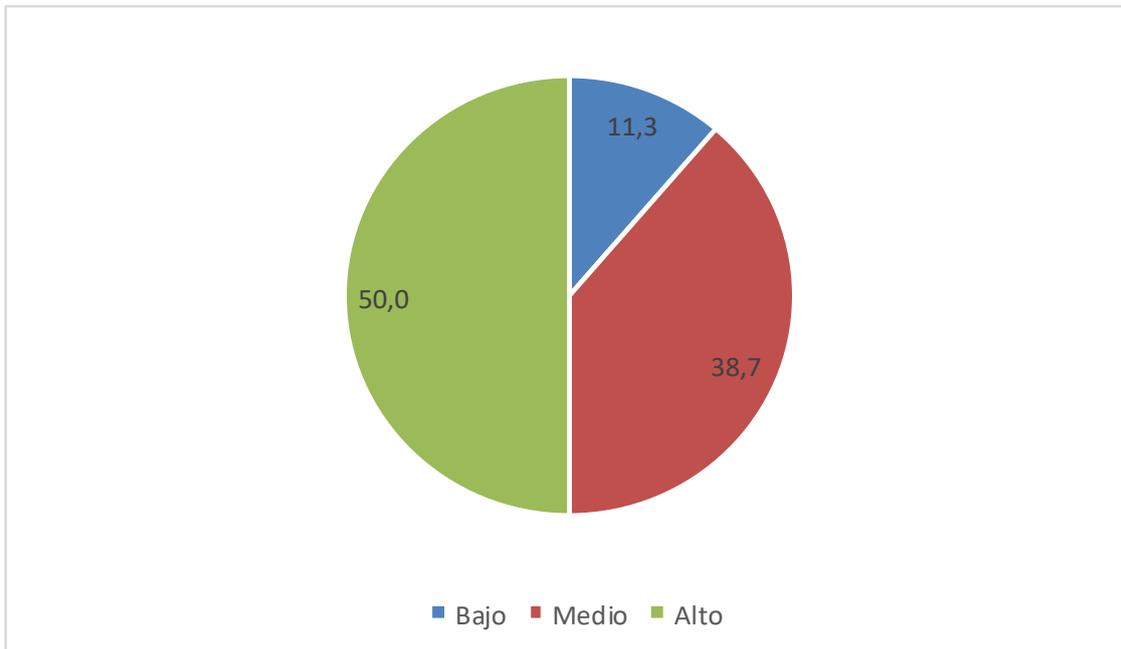
*Correlación entre Autoestima y las dimensiones de la dependencia emocional.*

		Suma Autoestima	Ansiedad por separación	Expresión afectividad de la pareja	Modificación de planes	Miedo a la soledad
Ansiedad por separación	Correlación de Pearson	-0,018	1			
	Sig. (bilateral)	0,889				
	N	62	62			
Expresión afectividad de la pareja	Correlación de Pearson	-0,053	,610**	1		
	Sig. (bilateral)	0,681	0			
	N	62	62	62		
Modificación de planes	Correlación de Pearson	0,033	,453**	,456**	1	
	Sig. (bilateral)	0,798	0	0		
	N	62	62	62	62	
Miedo a la soledad	Correlación de Pearson	-0,05	,577**	,505**	,477**	1
	Sig. (bilateral)	0,701	0	0	0	
	N	62	62	62	62	62

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

#### 4.1.1. Nivel de dependencia emocional en estudiantes de un CEBA de la ciudad de Cajamarca.

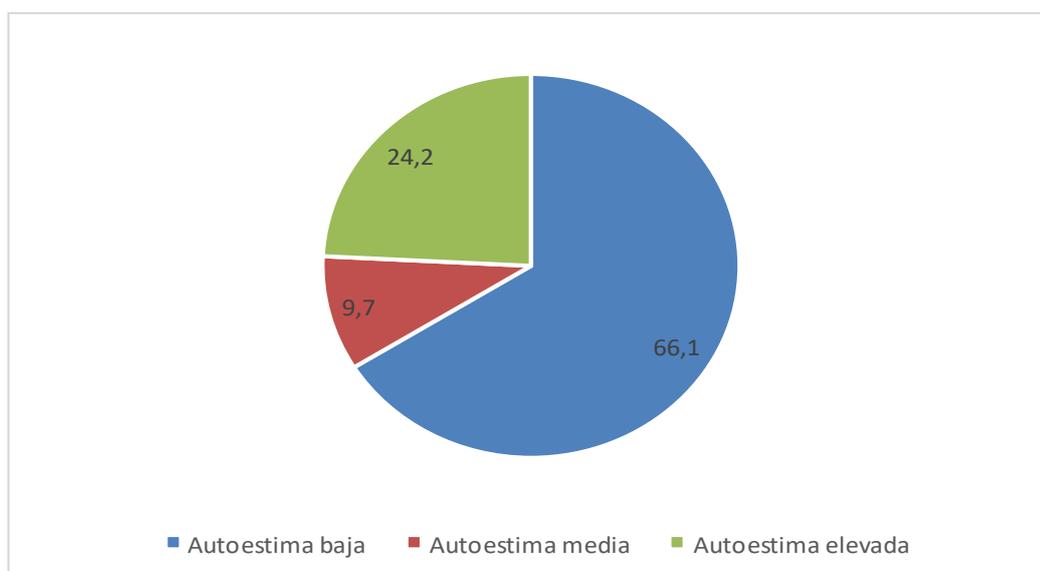
En la figura 1, se aprecia que la mayoría del grupo de estudiantes han obtenido un 50% en el nivel alto de dependencia emocional, seguido de un 38,7% de nivel medio y finalmente, una minoría de estudiantes del CEBA han obtenido un 11,3% en el nivel bajo.



*Figura 1.* Nivel de dependencia emocional en estudiantes CEBA.

4.1.2. Identificar los niveles de autoestima de estudiantes de un CEBA de la ciudad de Cajamarca.

En la figura 2, se se observa, que el 66,1% de estudiantes del CEBA, poseen niveles bajos de autoestima, seguido de un 24,2% de niveles elevados y finalmente, solo un 9,7% poseen niveles medios de autoestima.



*Figura 2.* Nivel de autoestima en estudiantes CEBA.

#### 4.1.3. Identificar la relación entre dependencia emocional y autoestima según sexo en estudiantes de un CEBA de la ciudad de Cajamarca.

En cuanto a la relación entre dependencia emocional y autoestima se observa que el sexo masculino, presenta correlaciones negativas débiles y estadísticamente no significativa ( $p > 0,05$ ), mientras que el sexo femenino las correlaciones fueron positivas y oscilan entre niveles débiles y moderados y estadísticamente no significativa ( $p > 0,05$ ), a continuación se detalla: Existe una correlación negativa débil ( $r = -0,121$ ) y no significativa ( $p = 0,441$ ) entre dependencia emocional y autoestima; Existe una correlación negativa débil ( $r = -0,134$ ) y no significativa ( $p = 0,391$ ) entre ansiedad por separación y autoestima; No existe una correlación ( $r = -0,084$ ) significativa ( $p = 0,592$ ) entre expresión de afectividad de la pareja y autoestima; No existe una correlación ( $r = -0,016$ ) significativa ( $p = 0,921$ ) entre modificación de planes y autoestima; Existe una correlación negativa débil ( $r = -0,172$ ) y no significativa ( $p = 0,269$ ) entre miedo a la soledad y autoestima.

En el sexo femenino, existe una correlación positiva moderada ( $r = 0,288$ ) y no significativa ( $p = 0,232$ ) entre dependencia emocional y autoestima; Existe una correlación positiva moderada ( $r = 0,363$ ) y no significativa ( $p = 0,127$ ) entre ansiedad por separación y autoestima; No existe una correlación ( $r = 0,047$ ) significativa ( $p = 0,849$ ) entre expresión de afectividad de la pareja y autoestima; Existe una correlación positiva débil ( $r = 0,130$ ) y no significativa ( $p = 0,595$ ) entre modificación de planes y autoestima; Finalmente, existe una correlación positiva

moderada ( $r= 0,305$ ) y no significativa ( $p=0,204$ ) entre miedo a la soledad y autoestima. (Ver tabla 6).

Tabla 6

*Correlaciones entre las variables según el sexo.*

			Suma Dependencia Emocional	Ansiedad por separación	Expresión afectiva de la pareja	Modificación de planes	Miedo a la soledad
Suma Autoestima	Masculino	Correlación de Pearson	-0,121	-0,134	-0,084	0,016	-0,172
		Sig. (bilateral)	0,441	0,391	0,592	0,921	0,269
		N	43	43	43	43	43
Femenino		Correlación de Pearson	0,288	0,363	0,047	0,130	0,305
		Sig. (bilateral)	0,232	0,127	0,849	0,595	0,204
		N	19	19	19	19	19

4.1.4. Determinar si existen diferencias significativas de los niveles de autoestima y dependencia emocional según sexo.

En la tabla 7 se puede observar el nivel de dependencia emocional según el sexo; de este modo se halló que el grupo de estudio femenino presenta en su mayoría un nivel alto (78,9%), por encima del sexo masculino que presenta en su mayoría un nivel de dependencia emocional medio (48,8%). En disiparía, en cuanto al nivel de autoestima según sexo, el grupo de estudio masculino y femenino han obtenido en su mayoría un nivel bajo de autoestima (67,4% y 63,2% respectivamente).

Tabla 7

*Distribución de los niveles de las variables Dependencia emocional y Autoestima según sexo.*

		Masculino		Femenino	
		N	%	n	%
Nivel de dependencia emocional según sexo	Bajo	6	14,0	1	5,3
	Medio	21	48,8	3	15,8
	Alto	16	37,2	15	78,9
	Total	43	100,0	19	100,0
Nivel de autoestima	Autoestima baja	29	67,4	12	63,2
	Autoestima media	3	7,0	3	15,8
	Autoestima elevada	11	25,6	4	21,1
	Total	43	100,0	19	100,0

En la tabla 8, se puede observar que existe diferencia significativa en las puntuaciones de dependencia emocional entre hombres y mujeres (0,007); mientras que no hay diferencia significativa en las puntuaciones de autoestima entre hombres y mujeres (0,992), por lo que se puede afirmar que las diferencias vistas en la tabla 6 respecto a la dependencia emocional son significativas.

Tabla 8

*Prueba de muestras independientes según el sexo para hallar diferencias significativas.*

		Prueba de Levene de igualdad de var.		prueba t para la igualdad de medias						
		F	Sig.	T	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	Diferencia de error estándar	95% de intervalo de confianza Infer. Super.	
Nivel de dependencia emocional	Se asumen varianzas iguales	2,38	0,128	2,82	60	0,007	-0,50428	0,17909	-0,86	-0,15
	No se asumen varianzas iguales			3,04	41,7	0,004	-0,50428	0,16587	-0,84	-0,17
Nivel de autoestima	Se asumen varianzas iguales	0,26	0,612	0,01	60	0,992	0,00245	0,23883	-0,48	0,48
	No se asumen varianzas iguales			0,01	36,1	0,992	0,00245	0,23433	-0,47	0,48

## 4.2. Discusión

El objetivo general del presente trabajo de investigación fue determinar la relación entre dependencia emocional y autoestima en estudiantes de CEBA, los resultados estadísticos indican que no existe relación significativa entre ambas variables ( $p > 0,05$ ). Esto quiere decir, que cada una de ellas actúa de manera aislada, y que no necesariamente los estudiantes con alta o baja dependencia emocional tendrán niveles altos o bajos de autoestima. Al respecto, Castelló (2005, p. 17) conceptualiza la dependencia emocional, como la “necesidad extrema de carácter afectivo que una persona siente hacia su pareja a lo largo de sus diferentes relaciones”. Como se ha mencionado anteriormente el ser humano en un inicio es necesitado de todas las atenciones, de sus más cercanos, padres, hermanos, etc.; esto hace evocación a la teoría de “relaciones objetales” o “entorno suficientemente bueno” sustentadas por Winnicott 1993(citado por Castelló, 2012), donde en las relaciones interpersonales tempranas, serán quienes configuren el psiquismo del sujeto; pues sin un ambiente así la persona puede generar una psicopatología adulta.

La persona en la medida que va creciendo va adquiriendo autonomía emocionalmente, pero no siempre es así, las carencias afectivas tempranas pueden originar una incapacidad para estar solo, pues llegaran a presentar miedo aterrador e intolerancia a la soledad como lo señala Winnicott, 1993 (Citado por Castello 2005). La persona si en sus inicios tenía un vínculo muy fuerte con su familia de origen, ese vínculo se traslada y manifiesta con la pareja, a la cual, se tornará de manera patológica cuando solo se priorice la estabilidad emocional en el otro y

por el otro (Vargas e Ibañez, 2008). Por otro lado, la autoestima, según Rosenberg, considerada como la actitud positiva o negativa, hacia uno mismo. De esta manera habrá una autoestima alta y otra baja. Esta definición, se sustenta en la construcción social, pues los auto valores surgen de la interacción de procesos culturales, sociales, familia e interpersonales (Sebastián, 2012). Mientras que para Ortega y Mínguez (1999), lo define como la autovaloración que hacen las personas de sus cualidades y creencias, sus posibilidades y sus límites. Para estos autores la autoestima tiene un origen exógeno a la propia persona, pues no se nace con alta o baja autoestima. La autoestima por tanto, será fomentada con las atribuciones que a diario se reciben del entorno, al respecto Kohut, 1997 (citado por Castelló, 2005) desde el enfoque psicodinámico, su teoría de “los objetos del self” (padres u otras personas significativas); hace referencia a que el objetivo de todo niño en su infancia debe desarrollar un narcisismo adecuado, basado en las demandas de elogio. Así mismo, los objetos del self, deben cumplir dos funciones; especular, donde se tenga que elogiar y así alimentar el ego, y la de idealizar, pues han de ser modelos a imitar y admirar.

Por tanto, consideran importante las etapas de la niñez y la infancia, para el desarrollo y obtención de una adecuada autoestima. Nuestros resultados difieren del estudio de Tello (2016), denominado “autoestima y dependencia emocional en los adolescentes de tercero de bachillerato de la unidad educativa Salcedo” Ecuador, cuyo objetivo general fue hallar la correlación entre las variables ya mencionadas; como conclusión mencionó que hay relación entre la dependencia emocional con la autoestima, lo cual genera que se den varios conflictos en el desarrollo afectivo y evolutivo del adolescente.

Consideramos en primer lugar que la dependencia emocional tiene o debería tener un determinado periodo de tiempo en el desarrollo del ser humano, esta surge debido a varios causantes, como los factores biológicos, socioculturales y se mantienen en gran parte por responsabilidad de un comportamiento facilitador, que es reprobable, pero al final de cuenta es aceptado por la persona dependiente; pues en cierto modo es facilitado, para el proceder del dependiente emocional (Castelló, 2005). La autoestima sin embargo, si se va desarrollando desde el hogar con el afecto de los padres, siendo estos dos constructos muy importantes para la vida y futuro de los estudiantes como en el CEBA-Cajamarca.

En lo que refiere a nuestro primer objetivo específico de identificar los niveles de dependencia emocional en estudiantes de CEBA; según los resultados obtenidos; el 61.9% de los evaluados presentan un nivel alto de dependencia emocional, el 28.6% mostraron un nivel medio de dependencia emocional, finalmente el 9.5% de los evaluados restantes presentaron un nivel bajo de dependencia emocional, lo cual se relaciona con la investigación de Alejos (2017), quien determinó que los niveles de la dependencia emocional de una Universidad Privada de Lima, destacan el nivel moderado y el nivel alto. Si bien, la metodología en comparación con el estudio de Alejos ha sido diferente, indicaría que los alumnos presentan este problema hacia su pareja de manera relevante. Esto debido a que como señala Moral y Sirvent (2008) las características que se destacan en dependencias afectivas son: la posesividad, la incapacidad para terminar los vínculos, el amor condicionado, la “pseudosimbiosis” (no estar completo sin el otro), el desarrollo de un control externo, la voracidad del cariño/amor, la elaboración de una escasa o parcial del

problema, la antidependencia o hiperdependencia y la experimentación de desajustes afectivos en forma de sentimientos negativos como la culpa, miedo al abandono, vacío emocional. Es por ello que el comportamiento de estas personas llega a afectar diversas esferas de su vida.

En relación a nuestro segundo objetivo específico sobre los niveles de la Autoestima de acuerdo a los resultados obtenidos podemos observar que el 9.5% del total de los evaluados obtuvieron un nivel medio en Autoestima (por mejorar), y finalmente el 90.5% manifestaron tener un nivel Bajo en Autoestima, donde ningún evaluado logro manifestar nivel alto o adecuado en Autoestima; estos resultados se puede relacionar con el estudio de Gamero y Salinas (2014), donde la autoestima baja es una característica prioritaria de la dependencia emocional, de este modo, dichos autores, vienen a destacar que los universitarios hombres y mujeres en general tienen una fuerte tendencia a la dependencia emocional y hace hincapié que hay una fuerte tendencia a la dependencia emocional.

Moral y Sirvent (2008), describe que la persona con dependencia emocional, llega a manejar una tendencia a la autodestrucción, por lo tanto una autoestima pobre. Por ello, es común que las personas con este patrón de comportamiento, lleguen incluso a aceptar humillaciones y desprecios, sin recibir un verdadero afecto por su pareja que muchas veces llega a experimentar un estado de ánimo disfórico o sentimientos de vacío, además de inestabilidad emocional. Es probable que dentro de los antecedentes familiares, hayan sufrido maltrato psicológico y/o físico. Por consiguiente, nuestra población estudiantil al verse limitada de las oportunidades académicas manifiesta ser una de las mismas

en cuanto a la realidad y por consiguiente se muestra afectada, su autovaloración propiamente dicha. Como ya habíamos mencionado antes, las relaciones objetales o entorno suficientemente bueno y la psicología del self, no tuvieron un ambiente suficiente bueno a temprana edad, puesto que dedicarse a labores extra académicas o aplazarlas han generado personalidades distintas.

En lo que refiere a nuestro tercer objetivo específico sobre la identificación de la correlación entre dependencia emocional y la autoestima según género, no se halló relación alguna entre estas variables. Sin embargo, en un análisis en varones y mujeres dependientes emocionales creemos que hay cierta posición negativa en el perfil diferencial; pues los varones sienten la necesidad de buscar sensaciones fuertes siendo más hiperestimuladores; desarrollando un yo rígido, inflexible, basado además por la influencia sociocultural (Castelló, 2005) . Por otro lado, la mujer dependiente emocional suele emplear mecanismos de negación y no afrontamiento, por lo que no elabora una adecuada conciencia del problema y trata de adaptarse así al problema, tal como señala Moral y Sirvent (2008). Asimismo, Rosenberg en cuanto a la valoración de la autoestima señala que se da desde una sola dimensión, la “autoconfianza” o “satisfacción personal” y “autodesprecio” o “devaluación personal” (citado por Cogollo, et al 2015). La autoconfianza está relacionada con los aspectos de sentirse competente en los distintos talentos de la vida, y el autodesprecio está enfocado a la utilización de frases que indican una idea desfavorable de sí mismo.

## **CAPITULO V**

### **CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

## 5.1. Conclusiones

Después del análisis de los resultados, se concluye:

- Se rechaza la Hipótesis sobre la existencia de relación significativa entre la Dependencia Emocional y la Autoestima en los estudiantes de un CEBA de la ciudad de Cajamarca.
- El nivel de dependencia emocional en los estudiantes de CEBA es alto, lo cual se debería trabajar con la población en la promoción de adecuados vínculos afectivos; promoviendo así espacios y autonomía en las relaciones de pareja.
- Se encontró un nivel bajo de autoestima en los estudiantes de CEBA, pues ésta se relaciona con la realidad socio-afectiva que pasaron los estudiantes en el proceso de su niñez o adolescencia.
- Así mismo se encontró relación positiva entre las variables de Dependencia Emocional y Autoestima, aunque no es determinante pues existen otros factores que influyen en la dependencia emocional.

## **5.2. Recomendaciones**

- Se recomienda a partir de los resultados fomentar charlas y talleres al personal docente que labora en las diferentes instituciones educativas, con la finalidad de identificar casos de dependencia emocional y autoestima inadecuada para que no solo sean los profesionales de la salud mental quienes identifiquen y ayuden a las víctimas.
- Si bien los estudiantes de esta investigación tienen dependencia emocional en nivel alto y autoestima en un nivel bajo, se debe evitar generalizar a la población estudiantil de estos centros.
- Se exhorta a realizar esta exploración en otras poblaciones más numerosas, a fin de identificar diferencias de acuerdo al contexto época, cultura y nivel educativo. Además que en posteriores investigaciones se tenga en consideración otros datos, como la ficha sociodemográfica que permita recabar mejor información y poder dar una mejor explicación a los datos, y comparar según el sexo o influencia económica, en las relaciones de pareja.
- Sobre la aplicación de instrumentos, es conveniente que sean llenados con disposición y de forma adecuada ya que un mal llenado a las pruebas no darán resultados fidedignos y por consecuencia una mala aportación científica.

- Desarrollar programas de promoción e intervención en dependencia emocional y autoestima, con la finalidad de prevenir o disminuir problemas futuros como la violencia en sus diferentes aspectos.
- Se sugiere a las Áreas de Psicología de las diferentes Instituciones de la Salud promover y brindar información sobre la problemática de la dependencia emocional puesto que aún no es muy relevante en la población Cajamarquina a pesar de estar muy inmersa en las relaciones de pareja.
- Finalmente se sugiere al Psicólogo (a) de la Institución Educativa, así como al coordinador de Tutoría la implementación de ambos temas en el programa de Salud mental, a fin de fortalecer la Autoestima de los estudiantes y evitar la dependencia emocional.

## REFERENCIAS

- Aiquipa, J. (2015). Dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja. *Revista de Psicología*, 33(2), 412-437.
- Alejos, J. (2017). *Niveles de dependencia emocional hacia la pareja en los estudiantes de psicología de una Universidad Privada de Lima* (tesis de pregrado). Universidad Inca Garcilazo de la Vega, Lima.
- Amor, P., Bohórquez, I. y Echeburúa, E. (2006). ¿Por qué y a qué coste físico y psicológico permanece la mujer junto a su pareja maltratadora? *Acción psicológica*, 4(2), 129-154.
- Anna, M. (2009). *Mujeres Indígenas y Justicia Ancestral*. Ecuador: Color Original S.A.
- Brito, V. y Gonzales, E. (2016). *Estandarización del cuestionario de dependencia emocional en la ciudad de Cajamarca* (tesis de pregrado). Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo, Cajamarca.
- Carrillo, L. (2009). *La Familia, la Autoestima y el fracaso escolar del adolescente*. España: Editorial de la Universidad de Granada.
- Castañeda, A (2013). *Autoestima, claridad de autoconcepto y salud mental en adolescentes de Lima Metropolitana* (Tesis de pregrado). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima.

- Castelló, J. (2005). *Dependencia Emocional Características y Tratamiento*. Madrid: Alianza S.A.
- Castelló, J. (2012). *La Superación de la Dependencia Emocional*. España: Corona Borealis.
- Cieza, M. R. (2017). *Estilos parentales y dependencia emocional en estudiantes universitarios del I ciclo de la Universidad Nacional de Cajamarca* (Tesis de maestría). Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo, Cajamarca.
- Cogollo, Z., Campo-Arias, A. y Herazo, E. (2015). Escala de Rosenberg para autoestima: consistencia interna y dimensionalidad en estudiantes de Cartagena, Colombia. *Psychologia: Avances de la Disciplina*, 9(2), 61-71.
- Gamero, S. y Salinas, Y. (2014). *Personalidad y dependencia emocional de la pareja, en universitarios* (Tesis de pregrado). Universidad Católica de Santa María, Arequipa.
- García, F. e Ilabaca, D. (2013). Ruptura de Pareja, Afrontamiento y Bienestar Psicológico en Adultos Jóvenes. *Ajayu*, 11(2), 157-172.
- González-Bueso, V., Santamaría, J., Merino, L., Montero, E., Fernández, D. y Ribas, J. (2018). Dependencia emocional en mujeres: Una revisión de la Literatura empírica. *Psicosomática y Psiquiatría*, 5(40), 40-53.
- González, H. y Leal, R. (2016). Dependencia emocional como factor de riesgo para la violencia de pareja en mujeres del sector paraíso - Corregimiento

Mateo Iturrealde - Distrito de San Miguelito - Panamá. *Tendencias en Psicología*, 1(2), 25-35.

González, Zilath (2009). *Manual de investigación para principiantes*. Colombia: Universidad Libre Sede Cartagena, Centro de Investigaciones.

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2016). *Metodología de la investigación*. México: McGRAW-HILL / INTERAMERICANA EDITORES, S.A.

Huerta, R., Ramírez, N., Ramos, J., Murillo, L., Falcón, C., Misare, M. y Sánchez, J. (2016). Esquemas cognitivos disfuncionales y dependencia emocional en mujeres con y sin violencia en relación de pareja de la ciudad de Lima. *IIPSI*, 19(2), 145-162.

Kopala-Sibley, D.C., Klein, D.N., Perlman, G. y Koyov, R. (2012). Self-criticism and dependency in female adolescents: Prediction of first onsets and disentangling the relationships between personality, stressful life events, and internalizing psychopathology. *Journal of Abnormal Psychology*, 126, 1029-1043.

Lemos, M., Jaller, C., Gonzales, A., Díaz, Z. y De la Ossa, D. (2012). Perfil cognitivo de la dependencia emocional en estudiantes universitarios en Medellín, Colombia. *Universitas Psychologica*, 11(2), 395-404

Lemos, M., Londoño, N. y Zapata, J. (2007). Distorsiones cognitivas en personas con dependencia emocional. *Informes Psicológicos*, (9), 55-69.

- Loinaz, I., Echevarría, E. y Ullate, M. (2012). Estilo de apego, empatía y autoestima en Agresores de Pareja. *Terapia Psicológica*, 30(2), 61-70.
- Mallma, N. (2014). *Relaciones intrafamiliares y dependencia emocional en estudiantes de psicología de un centro de formación superior de Lima Sur* (Tesis de pregrado). Universidad Autónoma del Perú, Lima.
- Márquez, X. (2005). Ni contigo ni sin ti: la pareja irrompible. *Revista intercontinental de Psicología y educación*, 7(2), 27-42.
- Massa, J., Pat, Y., Keb, R., Canto, M. y Chan, N. (2011). La definición de amor y Dependencia Emocional en Adolescentes de Mérida, Yucatán. *Revista electrónica de psicología Iztacala*, 14(3), 176-193.
- Miljanovich, M., Nolberto, V., Martina, M., Huerta, R., Torres, S. y Camones, F. (2010). *Revista de investigación en Psicología*, 13(2), 191-205.
- Moral, M. y Sirvent, C. (2008). Dependencias sentimentales o afectivas: etiología, clasificación y evaluación. *Revista Española de Drogodependencias*, 33(2), 150-167.
- Niño, D. y Abaunza, N. (2015). Relación entre Dependencia emocional y afrontamiento en estudiantes universitarios. *Psyconex*, 7(10), 1-27.
- Ortega y Mínguez (1999). La Educación de la Autoestima. *Revista de Educación*, (320), 335-352
- Riofrio, J. y Villegas, M. (2016). Distorsiones Cognitivas Según Niveles De Dependencia Emocional En Universitarios – Pimentel. Paian, 7(1).

- Rodríguez, I. (s.f). La Dependencia Emocional en las relaciones Interpersonales. *ReiDoCrea*, 2, 143-148.
- Sebastián, V. (2012). Autoestima y Autoconcepto Docente. *Phainomenon*, 11(1), 23-34.
- Sparisci, V. (2013). *Representacion de la Autoestima y la personalidad en protagonistas de anuncios audiovisuales de automóviles*. Argentina: Universidad Abierta Interamericana.
- Tello, J. (2016). *Autoestima y Dependencia Emocional en los Adolescentes de Tercero de Bachillerato de la Unidad Educativa Salcedo* (tesis de pregrado). Universidad Técnica de Ambato, Ecuador.
- Vargas, J. e Ibáñez, E. (2008). La diferenciación como un modelo para el análisis de las relaciones de parejas. *Revista electrónica de psicología Iztacala*, 11(1), 102-115.
- Vásquez, A., Jiménez, R., Vásquez-Morejón, R. (2004). Escala de Autoestima de Rosenberg: fiabilidad y validez en población clínica española. *Apuntes de psicología*, 22(2), 247-255.
- Vázquez, I. (2014). *Como promover autoestima en nuestros hijos e hijas*. Madrid: CEAPA.
- Villa, M., García, A., Cuetos, G. y Sirvent, C. (2017). Violencia en el noviazgo, dependencia emocional y autoestima en adolescentes y jóvenes españoles. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 8(2), 96-107.

Villegas, M. y Sánchez, N. (2013) dependencia emocional en un grupo de mujeres denunciantes de maltrato de pareja. Universidad Católica de Pereira.

## **ANEXOS**

## **CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA LOS PARTICIPANTES DE LA INVESTIGACIÓN**

La presente investigación es voluntaria y tiene como meta, identificar la relación entre Dependencia Emocional y Autoestima en los estudiantes de CEBA, de la ciudad de Cajamarca. Los beneficios de esta investigación, serán la elaboración de programas que promuevan propuestas y estrategias que ayuden a fomentar parejas saludables. Usted tendrá que responder a dos cuestionarios, lo cual tomara aproximadamente unos 15 minutos.

La información que facilite en el curso de esta investigación es estrictamente confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de éste estudio. Puede usted, hacer preguntas sobre el proyecto en cualquier momento. De tener preguntas sobre su participación en este estudio, puede contactarse con Gaby Inciso Chávez identificada con DNI: 47016994 y Carlos Omar Cortegana Gutiérrez con DNI: 46079382, responsables de la investigación. Desde ya se le agradece por su participación.

Por lo expuesto:

\_\_\_ Acepto participar. Entiendo que es voluntario, confidencial y que puedo solicitar información de dicha investigación.

\_\_\_\_\_  
Firma del participante

NOMBRE:.....

DNI:.....

Fecha: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_

## DEPENDENCIA EMOCIONAL

**INSTRUCCIONES:** usted encontrara afirmaciones que podría usar para describirse así misma con respecto a sus relaciones de pareja. Por favor, lea cada frase y decida que tan bien lo describen. Cuando no esté segura, base su respuesta en lo que usted siente, no en lo que usted piensa que es correcto. Elija el puntaje más alto de 1 a 6 que mejor lo describe según la siguiente escala.

<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
<b>Completament e falso</b>	<b>La mayor parte falso</b>	<b>Ligeramente más verdadero que falso</b>	<b>Moderadamen te verdadero</b>	<b>La mayor parte verdadero</b>	<b>Me describe perfectamente</b>

N°	ÍTEM	RESPUESTA
1	Me siento desamparado cuando estoy solo	
2	Me preocupa la idea de ser abandonado por mi pareja	
3	Para atraer a mi pareja busco deslumbrar o divertirla	
4	Hago todo lo posible por ser el centro de atención en la vida de mi pareja	
5	Necesito en todo momento expresiones de afecto de mi pareja	
6	Si mi pareja no llama o no aparece a la hora acordada, me angustia, porque pienso que está enojada conmigo	
7	Cuando mi pareja debe ausentarse por algunos días me siento angustiado/a	
8	Cuando discuto con mi pareja me preocupa que deje de quererme	
9	He amenazado con hacerme daño para que mi pareja no me deje	
10	Soy una persona que necesita de los demás siempre	
11	Necesito demasiado que mi pareja sea expresiva conmigo	
12	Necesito tener a una persona, para quien yo sea más especial y primordial que los demás	
13	Tengo un sentimiento de vacío cuando discuto con mi pareja	
14	Me siento muy mal si mi pareja no me expresa constantemente su afecto	
15	Siento temor que mi pareja me abandone	
16	Si mi pareja me propone alguna actividad, dejo todas las otras que tenía planeadas, para estar con él /ella	
17	Si no conozco la ubicación de mi pareja me siento desesperado/a y angustiado/a	

18	Siento una fuerte sensación de vacío cuando estoy solo.	
19	No tolero la soledad.	
20	Soy capaz de hacer cosas arriesgadas, por conservar el amor de mi pareja.	
21	Si tengo planes y mi pareja me llama de ultimo momento, los cambio por estar con él/ ella.	
22	Me alejo demasiado de mis amigos cuando tengo una relación de pareja.	
23	Únicamente me divierto cuando estoy con pareja.	

Fuente: Test estandarizado por Brito y Gonzales 2016 (CDE Lemos y Londoño, 2006)

#### ESCALA DE AUTOESTIMA DE ROSENBERG

**Instrucciones:** A continuación, encontrará una lista de afirmaciones entorno a los sentimientos o pensamientos que tiene sobre usted. Marque con una “X” la respuesta que más lo identifica.

N°	ÍTEMS	Muy De Acuerdo	De Acuerdo	En Desacuerdo	Muy En Desacuerdo
1	Me percibo como una persona a la que valoran en igual medida que los demás.				
2	Creo que tengo un buen número de cualidades.				
3	En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.	X			
4	Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.				
5	Siento que no tengo muchos motivos para sentirme orgulloso/a de mí.	X			
6	Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a.				
7	En general, estoy satisfecho conmigo mismo/a.				
8	Desearía valorarme más a mí mismo/a	X			
9	A veces me siento verdaderamente inútil.	X			
10	A veces pienso que no soy bueno/a para nada.	X			

Fuente: Vásquez, A., Jiménez, R., Vásquez-Morejón, R. (2004)

**PROPIEDADES PSICOMÉTRICAS DE LA ESCALA DE DEPENDENCIA EMOCIONAL**

**Confiabilidad por ítem**

	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
I_1	0,309	0,868
I_2	0,407	0,865
I_3	0,166	0,872
I_4	0,246	0,869
I_5	0,368	0,866
I_6	0,442	0,864
I_7	0,550	0,860
I_8	0,454	0,863
I_9	0,495	0,862
I_10	0,545	0,860
I_11	0,607	0,859
I_12	0,350	0,867
I_13	0,578	0,859
I_14	0,631	0,858
I_15	0,598	0,859
I_16	0,439	0,864
I_17	0,479	0,863
I_18	0,490	0,862
I_19	0,543	0,860
I_20	0,308	0,868
I_21	0,541	0,860
I_22	0,185	0,871
I_23	0,390	0,866

**Fiabilidad por dimensión**

	Alfa de Cronbach	N de elementos
Ansiedad por separación	0,809	8
Expresión afectividad de la pareja	0,599	6
Modificación de planes	0,544	5
Miedo a la soledad	0,650	4

## Validez

### Prueba de KMO y Bartlett

Medida Kaiser-Meyer-Olkin de adecuación de muestreo		0,656
Prueba de esfericidad de Bartlett	Aprox. Chi-cuadrado	603,030
	gl	253
	Sig.	0,000

### Varianza total explicada

Componente	Autovalores iniciales			Sumas de extracción de cargas al cuadrado			Sumas de rotación de cargas al cuadrado		
	Total	% de varianza	% acumulado	Total	% de varianza	% acumulado	Total	% de varianza	% acumulado
1	6,296	27,374	27,374	6,296	27,374	27,374	3,398	14,775	14,775
2	2,093	9,101	36,475	2,093	9,101	36,475	2,974	12,929	27,705
3	1,861	8,090	44,565	1,861	8,090	44,565	2,111	9,178	36,882
4	1,471	6,395	50,960	1,471	6,395	50,960	1,928	8,384	45,267
5	1,401	6,092	57,052	1,401	6,092	57,052	1,691	7,352	52,619
6	1,264	5,494	62,546	1,264	5,494	62,546	1,560	6,782	59,401
7	1,160	5,045	67,590	1,160	5,045	67,590	1,543	6,711	66,112
8	1,033	4,493	72,083	1,033	4,493	72,083	1,373	5,971	72,083
...	...	...	...	...	...	...	...	...	...
23	0,107	0,467	100,000						

Método de extracción: análisis de componentes principales.

**Matriz de componente rotado<sup>a</sup>**

	Componente							
	1	2	3	4	5	6	7	8
I_15	0,796	0,229	0,062	0,036	0,144	-0,004	0,035	0,060
I_7	0,721	0,076	0,093	0,193	0,121	0,330	-0,059	-0,047
I_13	0,686	0,166	0,189	0,306	0,041	-0,189	0,269	-0,094
I_6	0,647	-0,021	0,306	-0,061	-0,003	0,200	0,021	0,011
I_14	0,578	0,134	0,380	0,373	-0,019	-0,208	0,138	0,298
I_18	0,104	0,771	0,113	0,078	0,096	-0,189	0,238	-0,060
I_19	0,051	0,655	0,220	0,142	0,060	0,166	0,140	0,184
I_8	0,449	0,595	0,111	-0,270	-0,085	-0,099	-0,076	0,158
I_21	0,192	0,570	0,142	0,318	-0,028	0,205	-0,043	-0,028
I_2	0,221	0,567	-0,155	-0,215	-0,081	0,407	0,387	-0,072
I_11	0,030	0,449	0,410	0,416	0,353	0,179	0,119	0,116
I_10	0,331	0,145	0,746	0,156	-0,096	-0,020	0,140	0,129
I_12	0,116	0,042	0,654	-0,097	0,127	0,284	0,322	-0,163
I_16	0,244	0,328	0,620	-0,054	0,239	0,045	-0,287	-0,030
I_23	0,161	0,100	0,027	0,888	-0,019	0,104	0,093	-0,037
I_20	0,187	0,029	-0,158	0,476	0,232	0,380	-0,137	0,442
I_4	0,093	0,113	0,029	0,098	0,763	0,041	-0,044	0,246
I_22	0,014	0,450	-0,117	0,263	-0,680	0,169	-0,081	0,110
I_17	0,482	0,301	0,059	0,192	0,555	0,013	-0,182	-0,198
I_5	0,092	0,097	0,204	0,185	-0,048	0,840	-0,030	0,122
I_1	0,031	0,182	0,226	0,140	-0,035	-0,085	0,821	0,017
I_9	0,476	0,387	-0,181	-0,106	-0,054	0,183	0,498	0,164
I_3	-0,009	0,077	0,026	-0,024	0,076	0,069	0,044	0,890

Método de extracción: análisis de componentes principales.

Método de rotación: Varimax con normalización Kaiser.

a. La rotación ha convergido en 32 iteraciones.