

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

Facultad de Salud

Departamento de psicología



DEPENDENCIA EMOCIONAL EN RELACIONES DE PAREJA ADOLESCENTES

Modalidad trabajo de grado: Investigación tipo I

Auris H. Cárdenas Barreto

Darly M. Yáñez Ramírez

Cúcuta, Colombia

2020

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA

Facultad de Salud

Departamento de psicología



DEPENDENCIA EMOCIONAL EN RELACIONES DE PAREJA ADOLESCENTES

Modalidad trabajo de grado: Investigación tipo I

Auris H. Cárdenas Barreto

Darly M. Yáñez Ramírez

Directora:

Diana Fernanda Granados Cataño

Cúcuta, Colombia

2020

Agradecimientos

A Dios, por ser nuestro motor en los momentos difíciles. A nuestra directora por su acompañamiento constante y su paciencia. A las personas que aportaron con sus conocimientos y asesoramiento a esta investigación. A nuestros padres por impulsarnos y ayudarnos a poder cumplir esta meta académica. A las no tan gratas experiencias afectivas que ayudaron a la creación de esta investigación, y claramente a nosotras por dedicar cada minuto, por ser compañeras, amigas, colegas y la palabra de aliento en nuestras crisis.

Tabla de contenido

Problema de Investigación.....	3
Formulación del Problema.....	3
Planteamiento del Problema.....	3
Descripción del Problema.....	6
Justificación.....	11
Objetivos.....	14
Objetivo general.....	14
Objetivos específicos.....	14
Estado del Arte.....	15
Artículos Internacionales.....	15
Artículos Nacionales.....	18
Artículos regionales.....	22
Marco Teórico.....	26
Capítulo I: Psicología clínica.....	26
Capítulo II: Dependencia emocional.....	31
Capítulo III: Adolescentes.....	40
Capítulo IV: Factores de riesgo y factores protectores en adolescentes.....	46
Metodología.....	53
Enfoque de investigación.....	53
Diseño.....	53
Tipo de investigación.....	54
Población.....	54
Muestra.....	55
Variables.....	55
Proceso de intervención.....	61
Fase I. Contextualización de la Información.....	61
Fase II. Acercamiento a la Población.....	62
Fase III. Aplicación del Instrumento.....	62
Fase IV. Análisis de la Información.....	62
Fase V. Discusión.....	62
Fase VI. Desarrollo de la Herramienta Preventiva.....	63
Instrumento.....	64
Recursos disponibles.....	65
Resultados.....	66

Perfil Sociodemográfico	66
Factores Evaluados	67
Factor 1: Ansiedad por separación.....	69
Factor 2: Expresión afectiva	77
Factor 3: Modificación de planes	82
Factor 4: Miedo a la soledad	87
Factor 5: Expresión Límite	90
Factor 6: Búsqueda de atención	94
Discusión de resultados.....	97
Conclusiones	101
Recomendaciones	103
Referencias	105

Tabla de contenido de tablas

Tabla 1 Variables	55
Tabla 2 Subvariables	57
Tabla 3 Ficha Técnica	64
Tabla 4 Recursos Disponibles	65
Tabla 5 Factores Evaluados	68
Tabla 6 Resultados pregunta 2.	69
Tabla 7 Resultados pregunta 6.	70
Tabla 8 Resultados pregunta 7.	71
Tabla 9 Resultados pregunta 8.	72
Tabla 10 Resultados pregunta 13.	73
Tabla 11 Resultados pregunta 15.	74
Tabla 12 Resultados pregunta 17.	75
Tabla 13 Resultados pregunta 5.	77
Tabla 14 Resultados pregunta 11.	78
Tabla 15 Resultados pregunta 12.	79
Tabla 16 Resultados pregunta 14.	80
Tabla 17 Resultados pregunta 16.	82
Tabla 18 Resultados pregunta 21.	83
Tabla 19 Resultados pregunta 22.	84
Tabla 20 Resultados pregunta 23.	85
Tabla 21 Resultados pregunta 1.	87
Tabla 22 Resultados pregunta 18.	88
Tabla 23 Resultados pregunta 19.	89
Tabla 24 Resultados pregunta 9.	91
Tabla 25 Resultados pregunta 10.	92
Tabla 26 Resultados pregunta 20.	93
Tabla 27 Resultados pregunta 3.	94
Tabla 28 Resultados pregunta 4.	95

Tabla de contenido de gráficas

Gráfica 1 Edades de los estudiantes de 10° y 11° del instituto Bilingüe Londres.	66
Gráfica 2 Porcentaje de estudiantes por grados académicos.....	67
Gráfica 3 Porcentaje de respuestas en la pregunta 2.....	69
Gráfica 4 Porcentaje de respuestas en la pregunta 6.....	71
Gráfica 5 Porcentaje de respuestas en la pregunta 7.....	72
Gráfica 6 Porcentaje de respuestas en la pregunta 8.....	73
Gráfica 7 Porcentaje de respuestas en la pregunta 13.....	74
Gráfica 8 Porcentaje de respuestas en la pregunta 15.....	75
Gráfica 9 Porcentaje de respuestas en la pregunta 17.....	76
Gráfica 10 Porcentaje de respuestas en la pregunta 5.....	77
Gráfica 11 Porcentaje de respuestas en la pregunta 11.....	78
Gráfica 12 Porcentaje de respuestas en la pregunta 12.....	80
Gráfica 13 Porcentaje de respuestas en la pregunta 14.....	81
Gráfica 14 Porcentaje de respuestas en la pregunta 16.....	82
Gráfica 15 Porcentaje de respuestas en la pregunta 21.....	84
Gráfica 16 Porcentaje de respuestas en la pregunta 22.....	85
Gráfica 17 Porcentaje de respuestas en la pregunta 23.....	86
Gráfica 18 Porcentaje de respuestas en la pregunta 1.....	87
Gráfica 19 Porcentaje de respuestas en la pregunta 18.....	89
Gráfica 20 Porcentaje de respuestas en la pregunta 19.....	90
Gráfica 21 Porcentaje de respuestas en la pregunta 9.....	91
Gráfica 22 Porcentaje de respuestas en la pregunta 10.....	92
Gráfica 23 Porcentaje de respuestas en la pregunta 20.....	93
Gráfica 24 Porcentaje de respuestas en la pregunta 3.....	94
Gráfica 25 Porcentaje de respuestas en la pregunta 4.....	96

Resumen

El objetivo principal del presente trabajo de investigación es identificar el grado de dependencia emocional presente en los adolescentes que cursan en los grados 10 y 11 de la institución Educativa Instituto Bilingüe Londres ubicada en la ciudad de Cúcuta, Colombia a través del Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) de Lemos y Londoño (2006) mediante los seis factores que evalúa, el primero Ansiedad por Separación, el segundo, Expresión Afectiva de la Pareja, el tercero, Modificación de Planes, el cuarto, Miedo a la Soledad, el quinto, Expresión Limite, el sexto y último, Búsqueda de Atención. Como resultado, se determina que se presentan algunos factores con mayor índice de presencia en los adolescentes pertenecientes a la Instituto Bilingüe Londres los cuales son los factores de Expresión Afectiva de la Pareja (40%), Modificación de Planes (32%) y Búsqueda de Atención (32%) en los grados anteriormente mencionados, determinándose a partir de esto señales de alarma sobre posibles conductas nocivas en la población seleccionada.

Abstract

The main objective of this research is to identify the degree of emotional dependence present in adolescents in grades 10 and 11 of the Bilingüe Londres Educational Institution located in the city of Cúcuta, Colombia, through the Emotional Dependence Questionnaire (CDE) of Lemos and Londoño (2006), by means of the six factors that it evaluates, the first, Separation Anxiety, the second, Affective Expression of the Partner, the third, Modification of Plans, the fourth, Fear of Loneliness, the fifth, Limited Expression, the sixth and last, Attention Seeking. As a result, it is determined that there are some factors with a higher index of presence in the adolescents belonging to the Instituto Bilingüe Londres, which are the factors of Affective Expression of the Partner (40%), Modification of Plans (32%) and Attention Seeking (32%) in the previously mentioned grades, determining from this, alarm signals about possible harmful behaviors in the selected population.

Problema de Investigación

Formulación del Problema

¿Cuál es el nivel de dependencia emocional en parejas de estudiantes adolescentes de 10 y 11 grado de la institución educativa bilingüe Londres?

Planteamiento del Problema

La presente investigación, aborda la dependencia emocional considerando la relevancia que posee en adolescentes, población sobre la cual se busca indagar, por lo tanto, a continuación, se define la dependencia emocional, relacionando el termino con las relaciones de pareja y las relaciones disfuncionales en adolescentes. No obstante, inicialmente se toma en cuenta la primera relación amorosa de los adolescentes en la que forman la expectativa de la relación de pareja y la idea inicial de cómo comportarse en la relación íntima, lo que afectará su experiencia de vida en la etapa adulta, por otro lado, es importante resaltar que, en los adolescentes a menudo se encuentran algunos pensamientos disfuncionales sobre el amor y las relaciones, así como un amor demasiado idealizado.

Por consecuente, se crean relaciones disfuncionales de pareja, las cuales se presentan cuando hay conflictos constantes, demostrando así la falta de armonía, amor, empatía y respeto mutuo. Dichas relaciones traen consigo maltrato psicológico, físico, sexual y económico; provocando consecuencias de manera individual y conjunta para la pareja. Así pues, la dependencia emocional se puede presentar cuando el individuo siente una necesidad afectiva predominante que no encuentra en él mismo sino en los demás, en este caso en su pareja.

Así mismo confirma Castelló citado en Hoyos et al (2007) planteando que la dependencia emocional es “la necesidad extrema de carácter afectivo que una persona siente

hacia su pareja” (p.56). De lo que se refleja la falta de autonomía y confianza en sí mismo. Además, Castelló (2000) recalca que la dependencia emocional es también “un patrón persistente de necesidades emocionales insatisfechas que se intentan cubrir de manera desadaptativa con otras personas” (p. 128). De la cuales se agrega las creencias sobrevaloradas de las amistades, la intimidad y la misma necesidad de asociarse de forma cercana con otros; por lo tanto, el individuo tiene falsas creencias sobre el amor, romantizando las relaciones afectivas que tengan o próximas a tener.

Por lo tanto, se destaca la importancia de conocer la prevalencia de dependencia emocional en los adolescentes debido a la posibilidad de presentar relaciones disfuncionales que provoquen inestabilidad emocional, problemas interpersonales y dificultades en la relación como tal, produciendo posibles situaciones de rechazo, conflicto y dolor, manifestándose finalmente con la incapacidad de terminar con la relación aun teniendo conciencia de la situación y de que la mejor opción es acabar con el vínculo de pareja, por consecuente, el individuo soporta cualquier acto o acción de violencia por el sólo hecho de mantener a la persona consigo mismo.

Una de las consecuencias más graves de la presencia de dependencia emocional es su asociación con el suicidio o al intento del mismo, por lo tanto, se destaca la importancia de su incidencia o presencia en dichos casos particulares. Hoyos et al, (2007) destaca estudios realizados que muestran el nivel de aparición de intentos de suicidio en personas con dependencia emocional aplicando el Inventario de dependencia interpersonal (IDI) y la escala de Dependencia Oral de Roschach (ROD) en 152 pacientes psiquiátricos y en cuyos resultados se plantean que la dependencia se asocia al suicidio independientemente de la depresión.

Por lo cual, se busca establecer la prevalencia de dependencia emocional en la población con la finalidad de crear una estrategia preventiva contra la dependencia emocional en

adolescentes con pareja o con antecedentes de haberla tenido. Por lo que se concluye que es fundamental abordar el tema planteado dado que los adolescentes están en un proceso de búsqueda de identidad, en donde es indispensable cuidar su afectividad de una manera sana para que no crean necesidades emocionales desadaptativas como es la dependencia emocional, causando afectaciones psicológicas y afectando su bienestar mental.

Descripción del Problema

La presente investigación busca indagar acerca de la dependencia emocional y como ésta influye en las relaciones de pareja de los adolescentes, que a su vez comienzan una nueva etapa, la cual conlleva cambios y experiencias nuevas, por lo tanto, se aborda la dependencia emocional desde la definición de lo que es una relación de pareja, para posteriormente, comprender de forma amplia los aspectos relacionados a la dependencia emocional y lo que es en sí misma ésta. Por consiguiente, la relación de pareja es un vínculo sentimental de tipo romántico que une a dos personas. Dentro de lo que se entiende por relación de pareja aparecen el noviazgo, el concubinato y el matrimonio.

En las primeras relaciones amorosas de los adolescentes/jóvenes es cuando se forman sus ideas iniciales sobre lo que cabe esperar de una relación de pareja y sobre la manera de comportarse en la intimidad, lo que va repercutir en sus vivencias de la etapa adulta (Dion y Dion, 1993; Furman y Flanagan, 1997). Al margen de que normalmente atraen aquellas personas con las que se tiene mayor afinidad en cuanto al sentido de la estética, ideales, aficiones, filosofía de la vida, etcétera, también es posible descubrir en el otro rasgo que nos parecen indeseables. El problema es cuando estos atributos negativos se malinterpretan. Por ejemplo, es el caso de los celos o del control exagerado, que para muchos adolescentes son síntomas de amor y preocupación por la pareja y no los ven como el posible inicio de un problema serio (Hernando et. al, 2007). En muchas ocasiones, las personas que están inmersas en relaciones amorosas "tóxicas" o disfuncionales no son capaces de darse cuenta de que están viviendo situaciones de abuso.

El amor que sienten hacia esa persona puede obnubilar el juicio y se puede tender a perdonar cualquier situación. Es muy frecuente que este tipo de actitudes tóxicas se

“normalicen” por parte de la víctima, también es preciso tener en cuenta que uno de los aspectos que aumenta la invisibilización de la violencia durante el noviazgo es la idealización que adolescentes y jóvenes realizan de las conductas violentas, con base en el “amor romántico”, y la justificación y el hecho de quitarle importancia a comportamientos violentos como son los celos, el control obsesivo, etcétera (Soldevila et. Al, 2012 citado en Hernando-Gómez, A. et. al, 2016). La violencia durante el noviazgo es definida como todo ataque intencional de tipo sexual, físico o psíquico, de un miembro de la pareja contra el otro en una relación de pareja integrada por jóvenes o adolescentes (Health Canada, 1995).

Por otra parte, como consecuencia importante que surge a partir de este tipo de relaciones interpersonales es la afectación en la autoestima siendo este, otro tipo de violencia; la psicológica que engloba desde humillaciones y sometimiento hasta la disminución de la capacidad de una persona para tomar decisiones con respecto a su propia vida, deteriorando lentamente su autoestima y al tener una autoestima baja se es más vulnerable a vivir violencia, por esta razón es considerada la más grave de todas. En las relaciones disfuncionales de pareja, se puede presentar casos en los que uno de ellos es considerado persona dependiente, necesitada de afecto; pero, hoy por hoy algunos autores (Castello et, al 2011 citado en Guamán & Maldonado 2021), han descrito diversos tipos de dependencia emocional en las relaciones interpersonales, donde se encuentra la dependencia emocional de tipo convencional (pasiva o sumisa).

Lo anterior se refiere a las personas subordinadas y pasivas, que hacen lo que el otro dice; capaces de aceptar humillaciones, le atribuyen características idealizadas, pues son cualidades que le hacen falta como el amor y la confianza en sí misma. Entendido de esta forma, según el DSM-V, la persona dependiente o el trastorno de la personalidad dependiente se caracteriza por la necesidad dominante y excesiva de que le cuiden, lo que conlleva un

comportamiento sumiso y de apego exagerado, y miedo a la separación, está presente en diversos contextos, y que se manifiesta por cinco (o más) de los siguientes hechos:

Le cuesta tomar decisiones cotidianas sin el consejo y la reafirmación excesiva de otras personas, necesita a los demás para asumir responsabilidades en la mayoría de los ámbitos importantes de su vida, tiene dificultad para expresar el desacuerdo con los demás por miedo a perder su apoyo o aprobación. (Nota: No incluir los miedos realistas de castigo.) Tiene dificultad para iniciar proyectos o hacer cosas por sí mismo (debido a la falta de confianza en el propio juicio o capacidad y no por falta de motivación o energía).

Va demasiado lejos para obtener la aceptación y apoyo de los demás, hasta el punto de hacer voluntariamente cosas que le desagradan, se siente incómodo o indefenso cuando está solo por miedo exagerado a ser incapaz de cuidarse a sí mismo, cuando termina una relación estrecha, busca con urgencia otra relación para que le cuiden y apoyen, siente una preocupación no realista por miedo a que lo abandonen y tenga que cuidar de sí mismo.

De acuerdo con lo anterior, las relaciones de pareja en la que se involucra a un dependiente emocional pueden traer consigo diversas consecuencias como lo son las manifestaciones de maltrato y/o abuso psicológico por parte de su pareja, el dependiente responde de una manera que violan sus propios derechos, deja que la pareja decida por ellos mismos. El mensaje que se da es “yo no cuento, lo mío es menos importante. No estoy bien, pero lo importante es que tú sí”; el pensamiento es “cuiden de mí. ¿Me querrán si me comporto de otro modo?”; y la meta es apaciguar a los demás, evitar los conflictos y lo desagradable. La persona sumisa tiende a pasar cosas por alto, no dice lo que piensa y quiere; se disculpa de modo inadecuado (“si no fuera mucho problema”,

“no importa... lo que quieras”) (Sosa, et. al, 2015)

Por lo tanto, los dependientes emocionales son individuos muy motivados a complacer a otras personas para lograr protección y apoyo. Generalmente, reúnen un perfil psicológico donde se dejan influir, significativamente, por las opiniones de los demás para cumplir sus expectativas y deseos. Sin embargo, cuando el individuo adquiere el rol de complacer a un compañero o la figura de autoridad, normalmente, el dependiente opta por complacer a la autoridad ya que es el personaje capaz de ofrecer mayor orientación, apoyo y protección (Bornstein, 1992).

Por esta razón, se puede generalizar que presentan un déficit de habilidades sociales, con ausencia de asertividad, un alto índice de egoísmo y una exclusividad impuesta. El dependiente emocional transforma el amor en dolor, el placer en disgusto. Su mayor defecto a nuestro parecer, es su escasa estima, la preocupación excesiva por los demás, obviando el ítem más relevante del ser, su persona. Ante la siguiente tesis es fácil poder deducir que los sentimientos se encuentran a «flor de piel» en sus relaciones y que la indiferencia o la ruptura pueden llegar a ser más dañinas que para el resto de los individuos.

El rechazo es la principal fuente de dependencia emocional en las relaciones interpersonales. A nadie le agrada la idea de ser repudiados o alejados. En algunos casos para mitigar ese dolor, los dependientes acuden al alcohol u otras drogas permitiendo calmar químicamente su enojo, ansiedad o depresión, ayudando a sosegar cogniciones que le atormentan (Quevedo, 2013). Una de las causas de dependencia emocional puede ser la presencia del sexismo en la forma de pensar según Cañete y Novas (2012):

A mayor grado de sexismo mayor grado de dependencia y /o viceversa. Esto se podría explicar porque la dependencia de los hombres favorece el sexismo, esta dependencia los lleva a reconocer que las mujeres son un recurso valioso que hay que proteger.
(p.53)

Lo anterior puede ser causa de los patrones de crianza y las enseñanzas recibidas por el entorno y familiares. Por lo tanto, las parejas de los dependientes emocionales son el centro de atención para ellos, mientras que “la persona dependiente adopta una relación sumisa que es explotada y despreciada, este desprecio supone todo tipo de humillaciones que la persona dependiente tiene que soportar para mantener la relación” (Cañete y Novas, 2012). No obstante, según Amor citado por Rodríguez y León (2015) entre las consecuencias más frecuentes se encuentra que “esta condición de dependencia puede influir en la violencia doméstica y las características que hacen que una mujer maltratada no abandone a su pareja” (p.4).

Por otro lado, una de las posibles soluciones se presenta en las estrategias de afrontamiento, que se define como “todos los esfuerzos tanto cognitivos y conductuales cambiantes, los cuales son desarrollados para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas por el individuo como excedentes de los recursos que poseen” (Rodríguez y León, 2015). Por lo tanto, las estrategias de afrontamiento permiten adquirir la habilidad de contraponerse a situaciones difíciles o adversas y poseer así mismo la capacidad de dar solución a las mismas, lo que puede disminuir la probabilidad de presentar dificultades emocionales a causa de la incapacidad de llevar a cabo la resiliencia.

En conclusión, se determina que existen diversos factores que influyen en la aparición de la dependencia emocional, así como también, numerosas consecuencias que se ven reflejadas en las relaciones interpersonales, autoestima y en la percepción que se tiene sobre sí mismo, entre otros. Por lo tanto, repercute en la salud mental del envidio, por ende, en el desarrollo en cada ámbito de su vida, no obstante, la etapa adolescente es una de las más vulnerables considerando el hecho de que se presenta grandes cambios y una búsqueda constante de identidad y de crecimiento necesario para continuar con las siguientes etapas del ciclo vital.

Justificación

El proyecto de investigación parte de la importancia de reconocer la dependencia emocional como conductas y emociones desadaptativas que causan malestar en el adolescente, por lo tanto, es de gran relevancia crear estrategias preventivas frente a esta problemática para mejorar el funcionamiento del individuo y promocionar las relaciones sanas en el transcurso de la etapa de la adolescencia, no sin antes, conocer a fondo el problema de estudio, la incidencia en su aparición y las consecuencias que la dependencia emocional trae consigo a individuos en etapa de cambios y crecimiento personal, por ende, se abordará desde la importancia social, psicológica y el porqué de la población a abordar.

La importancia social de la investigación radica en dar a conocer la dinámica de pareja entre adolescentes en la que puede surgir dependencia emocional, para que la población pueda identificarlas y evitarlas cuidando su salud mental, especialmente en adolescentes/jóvenes que, por falta de experiencia en relaciones, no puedan identificar señales de conductas inapropiadas que afectan sus áreas de funcionamiento, aumentando así la violencia psicológica, física, sexual y económica. Por consiguiente, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2013) afirma que, la violencia infligida por la pareja se presenta en todos los entornos y grupos socioeconómicos, religiosos y culturales, por lo tanto, es fundamental evitar y/o identificar este tipo de relaciones.

Para lo anterior, es importante llevar a cabo estrategias específicas de prevención frente a estos casos que le permita a la población identificar las señales que pertenezcan a un posible caso de violencia por parte de su pareja o en otra pareja y a partir de esto conocer de qué forma deben reaccionar y que medidas deben tomar para dar respuesta a la problemática y desarrollar una solución, generando así conocimientos en la población deseada para la promoción de las relaciones sanas en el transcurso de la etapa de la adolescencia, impactando en sus relaciones afectivas y desarrollando un cambio en la perspectiva del adolescente.

Por otro lado, en cuanto a los aportes que proporciona la investigación al dominio práctico de la psicología, se encuentra la importancia de profundizar sobre aspectos particulares en las relaciones disfuncionales, como lo es el caso de parejas adolescentes con presencia de dependencia emocional indagando en sus consecuencias, causas y su forma de presentarse con la finalidad de otorgar estrategias de intervención enfocada en la prevención y respuesta ante esta problemática. También es importante tener en cuenta, que la investigación es guiada a través de la psicología clínica, la cual instruye a la investigación de los factores ya mencionados y a la prevención de estos mismos que afectan la salud mental y la conducta adaptativa del ser humano, generando así malestar y sufrimiento constante al individuo que atraviesa esta situación.

Por otro lado, en cuanto a los aportes que proporciona la investigación al dominio práctico de la psicología, se encuentra la importancia de profundizar sobre aspectos particulares en las relaciones disfuncionales, como lo es el caso de dinámicas de pareja adolescente con dependencia emocional indagando en sus consecuencias, causas y su forma de presentarse, con la finalidad de otorgar estrategias de intervención enfocada en la prevención y respuesta ante esta problemática, también hay que tener en cuenta que está basado en la promoción de relaciones sanas para la continua construcción de la afectividad del adolescente.

Por consiguiente, se escogió a la población adolescente, específicamente a la de estudiantes de 10° y 11° del Instituto Bilingüe Londres puesto que, se encuentran en una etapa decisiva al buscar su sentido de vida y formar su personalidad, por lo tanto, es fundamental cuidar su afectividad para que no tengan carencias emocionales las cuales tienden a buscarlas en otras personas, creando afectaciones en su psique y en su bienestar. En la institución educativa a trabajar se les aportará una estrategia preventiva de la dependencia emocional, para que los estudiantes se puedan educar frente al tema mencionado.

En cuanto a la relevancia metodológica se tiene que para la investigación es pertinente usar el enfoque cuantitativo, porque aporta una medición precisa a través de cuestionarios o pruebas, como lo es el cuestionario de dependencia emocional (Lemos M. & Londoño, N. 2006) que ayuda a la identificación de personas emocionalmente dependientes, lo que genera grandes aportes para el abordaje del tema relacionado dicha información con el índice de presentación de la situación. En conclusión, el proyecto tiene como finalidad identificar el nivel de dependencia emocional en los adolescentes de 10° y 11° del instituto Bilingüe Londres, para la creación de una estrategia preventiva sobre el tema mencionado. Se estima que este proyecto pueda arrojar resultados en cuanto al índice de dependencia emocional presente en dicha población que permita tanto a la institución educativa como a las psicólogas en formación que llevan a cabo este proyecto generar estrategias que permitan la prevención de dependencia emocional y la promoción de la salud mental.

Objetivos

Objetivo general

Determinar el nivel de dependencia emocional en parejas de adolescentes mediante la aplicación de un cuestionario de dependencia emocional (Lemos M. & Londoño, N.H. 2006) para la promoción de las relaciones sanas.

Objetivos específicos

Indagar los niveles de dependencia emocional en parejas de estudiantes adolescentes por medio de la aplicación del cuestionario de dependencia emocional.

Establecer la relación entre los principales factores asociados a la dependencia emocional según el cuestionario DE.

Diseñar una estrategia de psicoeducación a través de la cual se pueda prevenir la dependencia emocional en los adolescentes.

Estado del Arte

Esta investigación contempla artículos internacionales, nacionales y regionales que están relacionados con el eje de estudio a trabajar, el cual tiene como propósito mostrar y dar aportes a la investigación, por lo tanto, estas investigaciones pretenden mostrar las afectaciones en la salud mental que causan la dependencia emocional en las personas y lo importante que es el cuidado de la salud mental en las relaciones de pareja, para así generar vínculos fuertes y sanos.

Artículos Internacionales

Una investigación realizada por María de la Villa-Moral, Carlos Sirvent, Anastasio Ovejero y Glenda Cuetos desarrollada en el año 2018 tiene como título "Dependencia emocional en las relaciones de pareja como Síndrome de Artemisa: modelo explicativo" el cual, tiene como objetivo establecer un análisis comparativo de su perfil clínico y psicosocial en principados de Asturias, España. Para la investigación la metodología utilizada fue mediante un muestreo aleatorio simple y se empleó el Inventario de Relaciones Interpersonales y Dependencias sentimentales I.R.I.D. S.-100 (anterior T.D.S.-100) de Sirvent & Moral (2005) compuesto por 100 ítems evaluados mediante escala Likert de cinco puntos (Muy de Acuerdo a Muy en Desacuerdo) teniendo como población 880 participantes, de los cuales 277 están filiados como muestra clínica, 311 corresponden a población general y el resto representan muestras de comparación (adictos y familiares no codependientes).

Según los resultados hallados, se define el perfil del dependiente emocional como propio de sujetos que experimentan desajustes afectivos en forma de sentimientos negativos (soledad, tristeza, desánimo, culpa, etc.) y vacío emocional junto a deseos de autodestrucción e inescapabilidad emocional. Presentan una dependencia pura (manera de depender de una

persona de forma subordinada), con un anhelo irresistible de estar con la persona de la que se depende. Se abunda en la necesidad de implementar propuestas de gestión emocional y de promoción de la salud relacional. El estudio ya mencionado hace relación con la presente investigación porque muestra que la dependencia emocional produce varias afectaciones en la salud mental creando relaciones interpersonales inadecuadas e insanas.

Seguidamente, los autores María de la Villa Moral, Andrea García, Glenda Cuetos y Carlos Sirvent, elaboran un estudio en el año 2017 denominado “Violencia en el noviazgo, dependencia emocional y autoestima en adolescentes y jóvenes españoles”. Esta investigación se realiza mediante un muestreo bietápico de conveniencia con submuestreo aleatorio intragrupo en el cual se seleccionaron 224 adolescentes y adultos jóvenes con edades entre los 15 y los 26 años ($M = 18.2$; $DT = 1.887$), para esto los autores aplicaron tres cuestionarios, el primero llamado Escala de Autoestima de Rosenberg, el segundo; Inventario de Relaciones Interpersonales y Dependencias Sentimentales (IRIDS-100) y por último; Cuestionario de Violencia entre Novios (CUVINO).

A partir de la metodología aplicada, se obtuvieron resultados encontrando que los jóvenes victimizados tienen una mayor dependencia emocional y menor autoestima que los no victimizados. Además, se presenta también que jóvenes aplican de forma más frecuente procesos de acomodación y manipulación, por el contrario, las adolescentes víctimas de violencia poseen una menor autoestima. Finalmente, se comprueba que los estudiantes de educación secundaria poseen una mayor tasa de violencia y dependencia emocional que los estudiantes universitarios. De esta manera se considera un estudio útil puesto que aborda la problemática de dependencia emocional que también se desarrolla en este proyecto y así mismo, se trabaja desde la etapa de la adolescencia, permitiendo mostrar la manera en la que se

desenvuelve el estudio y dando indicaciones de los posibles resultados a encontrar.

Finalmente, dentro de los estudios considerados relevantes para los antecedentes a nivel internacional de esta investigación se encontró los autores Irache Urbiola, Ana Estévez, Itziar Iruarrizaga y Paula Jauregui que en el año 2017 desarrollaron un estudio denominado “Dependencia emocional en jóvenes: relación con la sintomatología ansiosa y depresiva, autoestima y diferencias de género” en el cual, dentro de la metodología a desarrollar participaron 535 jóvenes universitarios de la Comunidad de Madrid, de los cuales 446 eran chicas (83,36%) y 89 eran chicos (16,64%). La edad media de los participantes fue de 21,15 años (DT = 2,48), en un rango de entre 18 y 31 años.

Entre los participantes, 445 tenían actualmente pareja (83,5%) y 88 no tenían (16,5%), por otro lado, el instrumento utilizado para este estudio es la Escala de Depresión del Centro para Estudios Epidemiológicos (CES-D; Radloff, 1977) que consta de 20 ítems con un formato de respuesta tipo Likert, diseñada para medir 4 factores de primer orden de la depresión: afecto depresivo, afecto positivo, disminución psicomotora y dificultades interpersonales; también mide la depresión general como otro factor de segundo orden

Este estudio aportó en sus resultados que la dependencia emocional se relaciona negativamente con la autoestima y positivamente con la sintomatología ansioso depresiva, además, no se encontraron diferencias significativas en función del género ni en cuanto al hecho de tener pareja o no, aunque esto refleja algunas variaciones en los factores. Así mismo, este estudio permite generar importantes aportaciones a este proyecto dado que se enfoca en las necesidades emocionales insatisfechas que se intentan cubrir desadaptativamente con otras personas, y que pueden favorecer el desarrollo de un estado mental disfuncional y a partir de esto generar un análisis sobre el tema que puede llegar a presentarse de forma más frecuente de

la que se espera.

Las investigaciones recolectadas sobre dependencia emocional a nivel internacional permiten realizar importantes aportaciones a este estudio, puesto que, proporcionan información de forma explicativa sobre el tipo de dependencia que se busca estudiar y las implicaciones que esto tienen a nivel de noviazgo en los jóvenes y las propias consecuencias personales que puede tener cada individuo al encontrarse en esta condición, además, se toman en cuenta factores importantes y relevantes como lo son la ansiedad y depresión que puede llegar a ser parte de la condición del dependiente emocional.

Artículos Nacionales

Seguidamente, en la búsqueda de investigaciones nacionales que tengan la propiedad de realizar aportaciones a este estudio se encuentran los autores Rocha Narvaez, Brenda Liz, Umbarila Castiblanco, Jaqueline, Meza Valencia, Magda Riveros y Fabián Andrés quienes desarrollaron un estudio en el año 2019 denominado "Estilos de apego parental y dependencia emocional en las relaciones románticas de una muestra de jóvenes universitarios en Colombia" teniendo como objetivo identificar la relación entre los estilos de apego parental y la dependencia emocional en las relaciones románticas de un grupo de jóvenes universitarios en Colombia. Su metodología es cuantitativa de tipo descriptivo correlacional, compuesta por una población 500 estudiantes universitarios pertenecientes a 15 ciudades de Colombia, de la cual 34,2% fueron hombres y 65,8% mujeres entre los 18 y los 25 años.

En el estudio se utilizó los siguientes instrumentos para la recolección de datos: Inventario de Apego con Padres y Pares modificado (IPPA modificado) y, Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE). Como resultados se encuentra una correlación positiva entre los estilos de apego parental y la dependencia emocional en las relaciones románticas de los

jóvenes que componen la muestra, así como una correlación positiva entre el nivel socioeconómico y la variable sexo en las manifestaciones de dependencia emocional dentro de la relación romántica. El estudio mencionado es importante para la presente investigación dado que proporciona aportes sobre los tipos de apegos que se pueden encontrar en las relaciones de pareja dependientes emocionalmente, los cuales son un factor importante para tener en cuenta en nuestra investigación.

Posteriormente, se encuentran a las autoras Mariantonia Lemos Hoyos, Cristina Jaller Jaramillo, Ana María González Calle, Zoraya Tatiana Díaz León y Daniela De la Ossa que en el año 2012 realizaron un estudio llamado “Perfil cognitivo de la dependencia emocional en estudiantes universitarios en Medellín, Colombia” cuyo objetivo es la identificación del perfil cognitivo de los estudiantes universitarios con dependencia emocional. Como metodología: La población de referencia estuvo constituida por estudiantes de una universidad de la ciudad de Medellín (Colombia). Se llevó a cabo un muestreo aleatorio sistemático, por facultades y semestres. Se tomó una muestra aleatoria estratificada de 569 estudiantes universitarios.

Los resultados arrojaron un modelo que explica el 89.3 % de la variabilidad, con alta capacidad predictiva (sensibilidad 91.4 %, especificidad 97.7 %), conformado por el esquema de desconfianza/abuso, creencias centrales del trastorno de la personalidad paranoide y dependiente, distorsión cognitiva de falacia de cambio y estrategia hipodesarrollada de afrontamiento de autonomía. Así mismo, el instrumento utilizado para esta investigación fue el Cuestionario de Dependencia Emocional construido y validado por Lemos y Londoño (2006) con 23 ítems, alto índice de fiabilidad (alfa de Cronbach de 0.927) y una explicación de la varianza de 64.7 %. El instrumento evalúa 6 factores de la dependencia emocional, con alfas de Cronbach entre 0.62 y 0.87.

También se dio uso al Cuestionario de Esquemas Desadaptativos Tempranos (Young Schema Questionnaire Long Form - Second Edition [YSQ-L2], 1990) con propiedades psicométricas para la población colombiana, validado por Castrillón et al (2005). La prueba consta de 45 ítems y evalúa 11 esquemas desadaptativos tempranos. Este cuestionario posee un alfa de Cronbach de 0.9093 para la prueba total y de los factores entre el 0.71 y el 0.85. El Cuestionario de Creencias Centrales de los Trastornos de la Personalidad (CCE-TP) construido y validado por Londoño et al. (2007), a partir de la teoría de Beck et al. (1995), sobre los trastornos de la personalidad.

La prueba evalúa 14 factores que representan el 61.3 % de la varianza. La fiabilidad fue de 0.931 en total y los factores presentaron alfas de Cronbach entre 0.685 y 0.85. El inventario de Pensamientos Automáticos (IPA) Escala elaborada por Ruiz y Luján (1991), para identificar los principales tipos de pensamientos automáticos agrupados en sus 15 distorsiones correspondientes. Por último, se aplicó el Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento Modificado el cual consta de 69 ítems, tiene un alfa de Cronbach de 0.847 y 12 factores que representan el 58 % de la varianza, con niveles de fiabilidad entre 0.651 y 0.905. Por lo tanto, según este artículo, los resultados de esta investigación señalan que las personas con dependencia emocional presentan un perfil cognitivo caracterizado por un esquema desadaptativo temprano de “desconfianza/abuso”, creencias centrales “paranoides” y “dependientes”, una distorsión cognitiva de “falacia de cambio” y “autonomía” como estrategia hipodesarrollada de afrontamiento

No obstante, la relación del estudio ya mencionado con la presente investigación se centra en las posibles causas de la aparición de la dependencia emocional en adolescentes, radicando estas en los autoesquemas que los individuos generan al pasar por experiencias

fuertes relacionadas con el abuso, negligencia, soledad, frialdad, desapego, etc. Por lo que el entorno en el cual el individuo se desenvuelve resulta ser de gran importancia, tanto para averiguar las causas, como para saber cuál es la mejor forma de abordar la problemática.

Finalmente, en los estudios nacionales encontrados con relación a la dependencia emocional se tienen en cuenta a Martha Juliana Villegas Moreno y Natalia Sánchez Osorio que en el 2013 elaboraron un estudio denominado “Dependencia emocional en un grupo de mujeres denunciantes de maltrato de pareja” desarrollado en Pereira, Colombia. En él participan ocho sujetos denunciantes de maltrato físico o psicológico, utilizándose como diseño un estudio de caso en el que se realiza la aplicación de tres instrumentos los cuales son las entrevistas socio-demográficas, el cuestionario de dependencia emocional y el cuestionario de maltrato a la pareja que miden dependencia emocional, tipo de maltrato, y el componente cognitivo presente en su manera de verse a sí misma y a su relación de pareja.

En los resultados de esta investigación se presenta que “el 62.5% de la muestra, es decir, 5 participantes de 8, presentan un nivel alto para el factor de Expresión Límite. La presencia en alto grado de este factor, indica que dichas mujeres perciban la ruptura o pérdida de la pareja como algo catastrófico, otro de los factores que tiene mayor incidencia es el Miedo a la Soledad, teniendo un 50% de la población en un nivel alto, con otro 50% que oscila entre los niveles medio y bajo (37.5% -12.5%).

De esta manera, las características psicológicas más sobresalientes para estas 8 mujeres respecto a su manera de vincularse dentro una relación de pareja, que se logran constatar a partir de la aplicación del instrumento de Dependencia Emocional son: Expresión Límite, Miedo a la Soledad, Ansiedad por Separación y Modificación de Planes, las cuales tienen en común el temor a la pérdida, al abandono o al distanciamiento, la sobrevaloración

que le dan al otro, las conductas de búsqueda de atención de su pareja y aquellas en las que las mujeres modifican su vida con tal de retener a su lado la pareja.

En este estudio se proporcionan importantes resultados a esta investigación, puesto que, aborda la dependencia emocional desde diferentes factores y desde la perspectiva de mujeres que han sufrido de algún tipo de violencia como consecuencia de la dependencia emocional, por lo tanto, se refleja las repercusiones o resultados del tipo de dependencia mencionada, aportando además un índice en los factores de dependencia emocional que reflejan la violencia o riesgo de sufrirla.

Los estudios anteriormente mencionados en relación a la dependencia emocional y desarrollados a nivel nacional en Colombia, reflejan no solo la presencia de fuertes apegos emocionales en los jóvenes en Colombia sino las consecuencias que esos apegos traen a los seres humanos al convertirse en lo que se denomina dependencia y al influir notablemente en los jóvenes, por lo tanto, a partir de esto, se denota la importancia que tenerlos en cuenta y tomar como base estos conocimientos para desarrollar este estudio con jóvenes que comprenden edades similares a las de los estudios y de los cuales se puede reflejar la importancia de tener en cuenta este tema.

Artículos regionales

Por último, en cuanto a las investigaciones realizadas a nivel regional o local, es decir, dentro de Norte de Santander- Colombia, se tiene en cuenta el estudio realizado por los autores Viviana Alexandra Cárdenas Ruiz, Diego Neves de Pinho , Martha Isabel Sanjuán Botello, Julie Maitreya Montañez Albarracín en el año 2019, quienes desarrollaron el estudio denominado “Esquemas cognitivos y codependencia emocional en mujeres de 21 a 46 años del asentamiento urbano caracoles de la ciudad de Cúcuta”, el cual se realizó con un enfoque cuantitativo, de

diseño no experimental y paradigma positivista. La población se escogió mediante un muestreo no probabilístico, llevándose a cabo con una población de mujeres de 21 a 46 años del asentamiento urbano Caracoles de la ciudad de Cúcuta.

Este estudio se desarrolló mediante la aplicación de la escala Young que identifica los esquemas cognitivos y la escala ICOD para evaluar la codependencia emocional en la muestra de 50 mujeres. A partir de lo anterior, los resultados reflejan un porcentaje alto de mujeres que poseen diferentes esquemas cognitivos, el 70% de la población estudiada tiene codependencia emocional y además, se comprueba que existe relación entre las dimensiones de esquemas cognitivos y codependencia emocional. Lo que concluye que este estudio puede ser de gran utilidad al relacionar la dependencia emocional con otros factores que puedan causar dicho patrón psicológico, mostrando el nivel de incidencia o la frecuencia en la cual esta relación se pueda dar, por lo que se encuentra estrechamente ligado al objetivo de este proyecto de investigación.

Seguidamente, los autores Maira Alejandra Pérez Moliniva Angie Lorena Toscano González desarrollaron un estudio en el año 2018 denominado “Influencia de la etapa de duelo por separación o muerte del cónyuge en la autoestima y la participación ocupacional del adulto mayor no institucionalizado de Comfanorte de San José de Cúcuta”. En la metodología utilizada para este estudio, se tiene que la población con la que se trabajó está compuesta por 60 personas mayores de Comfanorte de la ciudad de Cúcuta, Norte de Santander, en dicha población se realiza un muestreo no probabilístico, utilizando el procedimiento por conveniencia, en el cual queda un total de muestra de 31 personas, de las cuales se establecieron criterios de inclusión, entre los cuales, deben ser mayores de 65 años y que sean viudos o separados.

Así mismo, para este estudio la técnica que se utilizó fue el cuestionario en el que se

utiliza el instrumento de la encuesta de MOHOTS, el Test de las etapas de duelo y la Escala de autoestima de Rosenberg, finalmente, se dio utilizada a las técnicas de estadística descriptiva para el procesamiento y análisis de la información. Los resultados del estudio arrojaron que, se puede referir que las personas mayores no institucionalizadas corresponden la mayor parte al sexo femenino(93,5%), los cuales se encuentran en un rango de edad de 75 a 80 (45.2%), encontrándose la mayor parte de la muestra con un estado civil viudo (64,5%), donde la mitad de los entrevistados tienen entre uno y 4 hijos y la otra mitad entre 4 y 10 hijos, en el grado de escolaridad la mayoría de ellos son bachilleres, 45,2 %; así mismo, que el 64,5% de las personas mayor viven con los hijos.

Se puede concluir que la población de las personas mayores no institucionalizada supera de una manera rápida el proceso de pérdida o separación del cónyuge debido a que se encuentran en una institución en la que constantemente están activos e involucrados en diversas actividades culturales, además de que cuentan con el apoyo familiar. No obstante, en relación al estudio anteriormente mencionado, se determina que posee información relevante para esta investigación, puesto que, aporta información sobre el tema de ansiedad por separación, cuyo factor es revisado en el cuestionario que se pretende llevar a cabo como medida de recolección de información, lo que refleja un panorama más amplio de lo que implica la dependencia emocional en los individuos.

Finalmente, los autores Luis Eduardo Carvajal Quintero, Daniel Ricardo Peña Barrera, Davidxonth Jeanpierre Ramírez Mora y Ruth Jimena López en el año 2018 elaboran la investigación llamada “Dependencia Emocional en Mujeres Víctimas de Violencia de Genero, En los Procesos Tramitados Bajo La comisaria De Familia De Cúcuta, Del Barrio Panamericano, Comuna 6”, en este estudio se desarrolla un muestreo no probabilístico y

muestreo intencional o de conveniencia muestra de 30 participantes mujeres con edades comprendidas entre los 18 a 55 años. Se da utilidad a un instrumento para hallar la dependencia emocional el cual fue el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) validado por Lemos & Londoño en el año 2006.

En los resultados se detectó que 7 participantes se encontraban en un índice alto de dependencia emocional, y una correlación altamente significativa entre el tiempo de duración de la pareja y el bajo nivel académico. Así mismo se logró evidenciar que los factores de Miedo a la Soledad y Expresión Límite de la pareja presentan un índice alto de la medida propuesta por el (CDE), Además se halló que estos participantes que se encontraban en un alto índice de dependencia Emocional, presentan una característica en común, ya que ninguna presentaba una estabilidad laboral. Una de las diferencias que se halló en el estudio, fue que los participantes presentaban diversidad en la edad, ya que unas se encontraban en el ciclo de vida de Adulto joven, Adulto Tardío y Adulto Mayor, Así como lo menciona Rizzo (2007) “La dependencia Emocional puede variar según la edad”.

Este estudio representa una gran utilidad para la investigación puesto que, en el método utilizado por estos investigadores, se da uso al Cuestionario de dependencia emocional de Lemos y Londoño, instrumento que se utilizará para el desarrollo de esta investigación, por lo que genera aportaciones no solo en la información si no en el desarrollo de la misma. Así mismo, todas las investigaciones mencionadas que fueron desarrolladas a nivel regional generan aportaciones, puesto que, no solo se enfocan en la dependencia emocional; que es el tema central de esta investigación, sino que aborda factores que influyen directamente en las causas y consecuencias de dicha condición. Por otro lado, una de las investigaciones desarrolla el Cuestionario que se busca implementar, por lo que aporta información específica sobre todos

aquellos factores que se abordarán en la población en la cual se aplicará dicho instrumento.

Marco Teórico

Capítulo I: Psicología clínica

Esta investigación aborda la dependencia emocional desde el ámbito clínico de la psicología, puesto que estudia una problemática que afecta la salud mental del individuo, por consiguiente, genera conductas desadaptativas que influyen directamente en las relaciones interpersonales. Por lo tanto, a continuación, se define la psicología clínica desde varias perspectivas y se entrelaza a conceptos enfocados en la dependencia emocional. Así mismo, el campo de la psicología clínica se orienta en el estudio y cuidado de la salud mental y del comportamiento de los individuos y grupos, como dirigido también a la promoción de la adaptación y del desarrollo personal. (Bregman et al., 2015).

Por consiguiente, López citado por Moreno (2014) afirma que “es una disciplina científico-profesional con historia e identidad propia, que proporciona modelos conceptuales explicativos de los trastornos mentales y del comportamiento, así como las estrategias complementarias o alternativas para la prevención, la evaluación, el tratamiento y la rehabilitación de estos trastornos” (p. 6). Mientras que la American Psychological Association como lo mencionan Bregman et al (2015) expresa que la psicología clínica “se centra en el desarrollo intelectual, emocional, biológico, psicológico, social y en los aspectos conductuales del funcionamiento humano durante su desarrollo vital, en diferentes culturas y en todos los niveles socioeconómicos” (p. 206). Por su parte, Martínez citado por Moreno (2014) manifiesta que es:

Un área de especialización de la Psicología la cual dedica los conocimientos y métodos al estudio y la comprensión de trastornos mentales y del comportamiento, y que, a través de la aplicación de evaluaciones psicológicas, identifica condiciones psicopatológicas y recursos de las personas, y de diseño de protocolos de tratamiento o acciones preventivas. (p. 6)

Por otra parte, el Colegio Oficial de Psicólogos citado por Fernández (2004) plantean que la psicología clínica:

Es una especialidad de la Psicología que se ocupa de la conducta humana y los fenómenos psicológicos y relacionales de la vertiente salud-enfermedad del campo de la salud en los diversos aspectos de estudio, explicación, promoción, prevención, evaluación, tratamiento psicológico y rehabilitación, entendiendo la salud en su acepción integral (biopsicosocial), todo ello fruto de la observación clínica y de la investigación científica, cubriendo los distintos niveles de estudio e intervención: individual, de pareja, familiar, grupal, comunitaria y esto en relación al nivel especializado de los servicios de salud mental. (p. 46)

Así mismo, desde un aspecto ideográfico como el de Watson, la psicología clínica se podría definir como “la aplicación de los principios y técnicas de esta ciencia, dirigida hacia a los problemas del individuo. El cuerpo de doctrina que manejado en esta especialidad proviene de la Psicología, la teoría de la personalidad, la Psiquiatría, el Psicoanálisis y la Antropología” (p. 46). Mientras que Shakow aporta el concepto de esta disciplina afirmando que “Se dedica a los problemas de adaptación psicológica del individuo, determinando y evaluando sus posibilidades de adaptación psicológica, estudiando y aplicando las técnicas psicológicas apropiadas para mejorarla” (Fernández 2014).

Por otro lado, este tipo de psicología hace referencia desde un aspecto clínico en el cual Bernstein y Nietzel retomando lo dicho por Fernández (2014) manifiestan que “Los psicólogos clínicos combinan el conocimiento generado por la investigación clínica y de otro tipo, con los esfuerzos propios a la hora de estudiar a una persona particular para lograr entenderla y de esta forma ayudarla”. (p. 47). Quienes posteriormente, la definen dos años después como “la orientación exclusiva que tiene el psicólogo de redirigir los conocimientos generados por la investigación clínica y de otro tipo, con los esfuerzos que hace para evaluar a una persona particular logrando entenderla y ayudarla”. (Fernández, 2004).

De acuerdo a la información anteriormente mencionada dónde diferentes autores explican qué es la psicología clínica, se debe recalcar que esta rama de la psicología es de suma importancia, puesto que pretende identificar los trastornos mentales que puede tener el ser humano, buscando solución y tratamiento para priorizar el bienestar mental y físico del individuo, basados en estrategias psicológicas enfocadas en la necesidad del paciente, promoviendo así la salud mental, por lo tanto, hace énfasis en lo que se quiere lograr con la investigación a través de la psicología clínica, es decir, realizar promoción de la salud mental y prevención de la dependencia emocional, puesto que esta dependencia puede generar malestar psicológico, por ende el individuo no crea vínculos sanos disminuyendo su funcionalidad en su diario vivir. Para entender mejor la personalidad de un dependiente emocional se mencionan según American Psychiatric Association (2014) sus criterios de diagnóstico:

La personalidad dependiente es caracterizada por la necesidad dominante y excesiva de que le cuiden, lo que dirige a un comportamiento sumiso y de apego exagerado, y miedo a la separación, está presente en diversos contextos, y que se manifiesta por cinco (o más) de los siguientes hechos: Le cuesta tomar decisiones cotidianas sin el consejo y la

reafirmación excesiva de otras personas, necesita a los demás para asumir responsabilidades en la mayoría de los ámbitos importantes de su vida, tiene dificultad para expresar el desacuerdo con los demás por miedo a perder su apoyo o aprobación.

Tiene dificultad para iniciar proyectos o hacer cosas por sí mismo (debido a la falta de confianza en el propio juicio o capacidad y no por falta de motivación o energía), va demasiado lejos para obtener la aceptación y apoyo de los demás, hasta el punto de hacer voluntariamente cosas que le desagradan, se siente incómodo o indefenso cuando está solo por miedo exagerado a ser incapaz de cuidarse a sí mismo, cuando termina una relación estrecha, busca con urgencia otra relación para que le cuiden y apoyen y, por último, siente una preocupación no realista por miedo a que lo abandonen y tenga que cuidar de sí mismo. (P. 675)

Cabe resaltar que desde la psicología clínica se ha estudiado aspectos importantes que influyen en la aparición de la dependencia emocional, tal es el caso del abuso psicológico, el cual conlleva a un tipo de maltrato diferente al físico, puesto que, el maltrato psicológico se trata de agredir a nivel emocional, mental y verbal, además, “ejerce un gran impacto en la salud mental de la persona que lo sufre equiparable al del abuso físico y, comparando con otras formas de abuso, es más persistente en el tiempo” (Momeñe et al., 2017) quien también afirma que:

En el caso de las personas dependientes emocionales se comprende que una persona maltratada puede seguir queriendo a la pareja que la maltrata y humilla, intentar retomar la relación una vez finalizada pese a sus consecuencias de manera persistente o comenzar una nueva relación siguiendo los mismos patrones. Así, muestran gran dificultad para desligarse dichos patrones, puesto que temen la ruptura y la soledad como consecuencia. También se dan situaciones en las que el dependiente emocional se

encuentra aislado y en donde su pareja deposita en él su frustración. Es así como la necesidad que experimenta la pareja hacia el dependiente incrementará, al igual que el desprecio que siente hacia él. (p. 67)

Continuando con lo anterior, García citado por Álvarez (2021) plantea que:

Para diferenciar las posibles causas de la violencia que padecen las mujeres en las relaciones de pareja o expareja, con otras tipologías de violencia interpersonal, es necesario ir a la raíz de la conducta humana, es decir, toda conducta tiene dos componentes: el instrumental y el emocional. (p. 18)

Lorente citado por el mismo autor, menciona que, en primer lugar, en el componente instrumental se plantean preguntas como el por qué y para qué de las conductas, lo que se pretende conseguir con la realización de la misma y el motivo que incita a la persona a realizar dicha conducta, y, en segundo lugar, el componente emocional que hace referencia a la carga afectiva que conlleva la realización de dicha conducta manifestándose a través de esta en rabia, odio, alegría, entre otros. Por lo tanto, es fundamental tratar la regulación emocional que es frecuentemente trabajada dentro del ámbito clínico de la psicología, la cual es definida según Gross citado por Momeñe et al. (2017) como aquella que consiste en los “procesos por los que las personas influyen directamente sobre las emociones que sienten, cuándo y cómo las experimentan y expresan tales emociones. Su término opuesto es la desregulación emocional, la cual haría referencia a la disfunción de la regulación emocional” (p. 67).

No obstante, la dependencia emocional es considerada tanto causa como consecuencia del abuso psicológico y físico en relaciones de pareja. Es así como Castelló et al., citando a Momeñe (2017) menciona que “las carencias afectivas tempranas se plantean como uno de los factores ligados al origen de la dependencia emocional, estos generarían disfuncionalidades en

sus autoesquemas y pautas de interacción emocional y comportamental con los otros” (p. 68). Radicando lo anterior en la importancia de llevar una niñez con estabilidad afectiva y emocional, y con figuras paternas o cuidadores que aporten seguridad y compromiso en el adecuado desarrollo del niño.

Por otro lado, según Rodríguez de Medina (2013) “los dependientes emocionales son individuos muy motivados a complacer a otras personas para lograr protección y apoyo. Generalmente, reúnen un perfil psicológico donde se dejan influir, significativamente, por las opiniones de los demás para cumplir sus expectativas y deseos” (p. 3). Por lo que el dependiente decide complacer a su pareja o figura de autoridad pues considera a dicho individuo como alguien “capaz de ofrecer mayor orientación, apoyo y protección. Por esta razón, podemos generalizar que presentan un déficit de habilidades sociales, con ausencia de asertividad, un alto índice de egoísmo y una exclusividad impuesta” (Rodríguez, 2013). De esta manera todos los factores que influyen en la dependencia emocional, así como las posibles consecuencias o tratamientos del mismo, radican en el amplio abordaje que cuenta la psicología clínica en dicha problemática teniendo la capacidad de generar rutas de acción que contribuyan en el mejoramiento de la dependencia emocional tanto en adolescentes como en adultos.

Capítulo II: Dependencia emocional

La presente investigación posee como tema central la dependencia emocional cuya población está enfocada en la etapa adolescente, por lo que a continuación, se da a conocer la definición de dependencia emocional junto con todos aquellos aspectos importantes que permitan indagar en la temática desde sus ámbitos más relevantes incluidos el físico, por lo tanto, se da a conocer inicialmente información sobre las estructuras fisiológicas que influyen directamente en el aspecto emocional del individuo; cómo afecta la dependencia emocional en

aspectos personales como la autoestima y aquellos que involucran la interacción con otras personas.

Para el entendimiento de la dependencia emocional es importante tener en cuenta el proceso de las emociones, refiriéndose así al sistema límbico que, según Willis citando a Torres et al. (2015) el término “límbico fue introducido para designar una frontera cortical rodeando el tronco del encéfalo”. Por consiguiente, el Sistema límbico es el amplio espectro de la conducta del humano, las emociones representan un tema interesante para el análisis, en primer lugar, a razón de que controlan conductas complejas en el humano como la motivación y el aprendizaje (Purves, 2004), y, en segundo lugar, porque la muchas de las enfermedades psiquiátricas más graves (por ejemplo: depresión, esquizofrenia y trastornos afectivos) involucran desórdenes emocionales (Kandel, 2000). Por lo tanto, el sistema límbico trabaja constantemente para regular las respuestas emocionales que se conoce en los humanos como lo son una variedad de felicidad, sorpresa, enojo, miedo y tristeza. (Mejía, D. et al., 2009)

Así mismo, se entiende que, el sistema límbico es un grupo interconectado de las estructuras corticales y subcorticales dedicado a vincular los estados de la emoción visceral con la cognición y el comportamiento (Torres et al., 2015) por ende, son muchas las emociones que pueden experimentar los seres humanos. Algunas han sido llamadas ‘emociones primarias’, como son el miedo, la ira, la alegría, la tristeza, el disgusto y la sorpresa, emociones que son acompañadas por patrones de conducta como lo son las respuestas faciales, motoras, vocales, endocrinas y autonómicas, hasta cierto punto estereotipadas y que son reconocibles por encima de diferencias culturales y raciales en los seres humano (Martínez, C. 2007). Continuando con lo anterior, otra de las estructuras que intervienen en las emociones es la amígdala, Salovey y Mayer (2010) refieren que:

La amígdala está especializada en las cuestiones emocionales y se considera una estructura límbica muy ligada a los procesos del aprendizaje y la memoria. Si se separa la amígdala del cerebro no sería posible apreciar el significado emocional de diversos acontecimientos, a lo cual se conoce como ceguera afectiva. Además de la pérdida de afecto y la consecuente pérdida de memoria, la amígdala, junto con la circunvolución cingulada, permite la secreción de lágrimas y funciona como un depósito de la memoria. Por ello, quienes viven sin amígdala prácticamente pierden la memoria, ya que la amígdala guarda aquellos recuerdos que más impacto emocional tuvieron en nuestra vida, como los traumas o nuestros momentos más felices. Constituye una especie de depósito de la memoria emocional. Es la encargada de activar la secreción de dosis masivas de noradrenalina, que estimula los sentidos y pone al cerebro en estado de alerta. (p. 2)

Entendiendo así que el ser humano está lleno de emociones en donde el sistema límbico regula cada una de ellas, por ende en el diario vivir de cada individuo siente enojo, tristeza, alegría, miedo, etc, siendo así un ser emocional, por lo tanto, se considera primordial aclarar el significado de emoción, según Fernández y Palmero citando a Ríos (s.f.) una emoción “es un proceso que se activa cuando el organismo detecta algún peligro, amenaza o desequilibrio con el fin de poner en marcha los recursos a su alcance para controlar la situación” (p. 4).

Por consiguiente, profundizando en la dependencia emocional, Castelló (200) retomando lo mencionado por Hoyos et al. (2007) “plantea que la dependencia emocional se define como la necesidad extrema de carácter afectivo que una persona siente hacia su pareja” (p.56). De lo que se refleja la falta de autonomía y confianza en sí mismo. Además, Castelló recalca que la dependencia emocional se conoce como “un patrón persistente de necesidades

emocionales insatisfechas que se intentan cubrir de manera desadaptativa con otras personas” (p. 128). De la cuales se agrega las creencias sobrevaloradas de las amistades, la intimidad y la misma necesidad de asociarse de forma cercana con otros.

Por otro lado, Hirschfeld, et al., el cual cita a Hernández (2016) conciben esta variable como la sobre-dependencia en una relación interpersonal importante, que afecta la visión de sí mismo y del tipo de relaciones que se mantienen con los demás. No obstante, Bornstein citado por el mismo autor, refiere que es una necesidad de protección y apoyo, en donde la confianza en la relación es un elemento fundamental que influye en la autoestima, identidad y funcionamiento general de la persona; así mismo, Rathus y O’Leary citado en Hernández, 2016 complementan y explican lo anterior mencionando que esto se debe a que el dependiente emocional basa su bienestar personal en los sentimientos de su pareja.

Por otra parte, Sánchez mencionando lo planteado en Hernández García (2016), enfoca su definición hacia una dimensión de la personalidad estableciendo como un trastorno de la personalidad y Congost. Tomando en cuenta al mismo autor, concibe el concepto como una adicción hacia la pareja. Por lo tanto, los diversos autores al referirse a la dependencia emocional concuerdan en que altera el funcionamiento sano del individuo, causando malestar psicológico y provocando relaciones interpersonales dañinas y consumidoras,

Aportando a lo anterior Sirvent citando a Moral y Sirvent (2008) propone la clasificación de las dependencias relacionales, en donde las divide en 3 grupos: El primer grupo consiste en dependencias sentimentales (reactivas), la cual se compone de adicción al amor (rasgo), dependencia afectiva o emocional (rasgo) y atípicas (apego ansioso, sociotropía, etc.), el segundo grupo consiste en coadicciones (caracteroáticas) que se compone de codependencia y bidependencia, el tercer y ultimo grupo consiste en dependencias situacionales a cual puede

llegar a ser reactiva, caracteropática, incluso psicótica. En su investigación aportaron un concepto y características a la dependencia emocional según Sirvent y Moral retomando a los autores Moral Jiménez y Sirvent Ruiz (2008) la definen así:

DEPENDENCIA EMOCIONAL (DE): Dependencia relacional entre dos sujetos no adictos. Se define como un patrón crónico de demandas afectivas frustradas sobre una persona que se intentan satisfacer mediante relaciones interpersonales de apego patológico. Entre las características del dependiente emocional en encuentra, posesividad y desgaste energético intenso, incapacidad para romper ataduras, voracidad de cariño, de amor, sentimientos negativos (culpa, vacío, miedo al abandono), involucración de los dependientes emocionales en relaciones asimétricas, asumiendo una posición subordinada, así mismo, los DE ensalzan a sus parejas e ignoran sus defectos, soportan e incluso aceptan como normales los desprecios y humillaciones que sufren por su parte.

Demostrando que la dependencia emocional perjudica el bienestar del individuo, quien además tiende a soportar cualquier acto de violencia por el hecho de no perder la relación o el vínculo que tienen con su pareja, por ende, son incapaces de terminar relaciones dañinas y consumidoras convirtiendo así su malestar psicológico más frecuente, priorizando a su pareja y no a salud mental. No obstante, la dependencia emocional se caracteriza según Castelló citando a los autores Hoyos y Arredondo (2006) por:

Excesivas demandas afectivas, relaciones interpersonales estrechas y relaciones de pareja desequilibradas, donde prevalece la sumisión y la idealización de la pareja, con baja autoestima e imperiosa necesidad del otro, que lleva a comportamientos excesivos de aferramiento y alto temor a la soledad. (p.128)

Así mismo, los dependientes emocionales son individuos muy motivados a complacer a otras personas para lograr protección y apoyo, esto ocurre con mayor frecuencia cuando se trata de una relación de pareja o de algún vínculo de tipo afectivo, esto puede traer consecuencias significativas si el dependiente emocional resulta involucrándose con individuos dominantes o con rasgos narcisistas. Generalmente, reúnen un perfil psicológico donde se dejan influir, significativamente, por las opiniones de los demás para cumplir sus expectativas y deseos, además la dependencia emocional según Blasco (2005):

Es un deseo irresistible del otro de carácter puramente afectivo, sin explicaciones de otro tipo que pudieran justificar dicho deseo, es concebir la vida siempre al lado de alguien al que se idealiza y se considera poderoso, al que se concibe como sentido de la vida del dependiente, al menos hasta que se encuentre lo antes posible a otra persona.

(p. 19)

Por consiguiente, se trata de la necesidad que se tiene sobre otras personas y el deseo de que la otra persona experimente la misma sensación, que decida, que sea el otro quien haga feliz y defina a la persona, que ellos busquen por el dependiente emocional el propio bienestar, sin embargo, esto refleja vulnerabilidad y fragilidad por miedo al rechazo o abandono limitando así la autodeterminación y autonomía. No obstante, cabe resaltar que esta situación trae consigo importantes consecuencias entre las cuales se encuentran que “después de una ruptura, vivida como un acontecimiento verdaderamente catastrófico, intentan reanudar la relación por nefasta que haya sido o bien buscan a otra persona que cubra su necesidad extrema de estar acompañados de alguien” (Blasco, 2005, p. 19). Así mismo, Momeñe et al (2017) apoya la anterior afirmación manifestando que:

En el caso de las personas dependientes emocionales se ha señalado que una persona

maltratada puede seguir queriendo a la pareja que la maltrata y humilla, intentar retomar la relación una vez finalizada pese a sus consecuencias de manera persistente o comenzar una nueva relación siguiendo los mismos patrones. (p. 67)

Por lo que demuestran lo dificultoso o complicado que pueden llegar a ser estos patrones para poder ser abandonados debido a la presencia de factores como el deseo de llenar con una persona la sensación de soledad y el tener parejas que experimentan la necesidad de poseer a un dependiente emocional desatando conductas dominantes y negativas en ellos las cuales puede verse reflejadas en posibles actos de violencia física o verbal. Cabe agregar, además, que según Esbec y Echeburúa citando a Momeñe et al. (2017) las personas con dependencia emocional se relacionan “con la presencia de niveles bajos de regulación emocional y, en consecuencia, con conductas violentas precedidas por sentimientos de angustia o ira intensa ante la posibilidad real o imaginaria de un abandono por parte de su pareja” (p. 67).

Otra de las posibles consecuencias encontradas en el estudio realizado por Momeñe et al. (2017) es precisamente encontrarse en situaciones de constante maltrato prolongado por lo que las personas que presentan dependencia emocional pueden llegar a soportar el abuso psicológico en las relaciones de pareja, además de que estas variables se correlacionan, encontrando que, a medida que aumenta el abuso psicológico, mayor será la presencia de dependencia emocional en el individuo hacia la pareja. No obstante, cabe resaltar los factores determinantes en el Cuestionario de Dependencia Emocional que permiten por medio del mismo identificar a los individuos que la presentan una vez realizada la prueba, es así como Lemos y Londoño (2006) estructuran seis factores definiendo así las subescalas en:

Factor 1, denominado Ansiedad de separación: se describen las expresiones emocionales del miedo que se producen ante la posibilidad de disolución de la relación

(...), las características esenciales de Ansiedad excesiva concerniente al alejamiento de aquellas personas quienes el sujeto está vinculado, Preocupación excesiva y persistente por la posible pérdida y separación de una figura vincular importante, son similares a los contenidos de los enunciados representados en los ítems de este factor.

Factor 2, denominado Expresión afectiva: necesidad del sujeto de tener constantes expresiones de afecto de su pareja que reafirmen el amor que se sienten y que calme la sensación de inseguridad (...) los siguientes enunciados conforman el factor: “Necesito constantemente expresiones de afecto de mi pareja”, “Necesito demasiado que mi pareja sea expresiva conmigo” etc.

Factor 3, denominado Modificación de planes: el cambio de actividades, planes y comportamientos debido a los deseos implícitos o explícitos por satisfacer a la pareja o a la simple posibilidad de compartir mayor tiempo con ella. Para el dependiente emocional su pareja es el centro de su vida, de tal forma que no existe nada más importante, incluyéndose a sí mismo, a sus hijos o al resto de su familia (...) Se incluye una serie de supuestos y preposiciones tales como: “Si mi pareja me propone un programa dejo todas las actividades que tenga para estar con ella”, “Si tengo planes y mi pareja aparece los cambio sólo por estar con ella”.

Factor 4, denominado Miedo a la soledad: dentro de la descripción del componente se identifica el temor por no tener una relación de pareja, o por sentir que no es amado (...) El miedo a la soledad ha sido bastante tratado por Castelló (2005) quien ha afirmado que el dependiente, por encima de cualquier cosa, es consciente de su necesidad del otro, de no poder vivir sin su pareja, de la necesidad de contar con el otro y tenerlo a su lado. Esta sub-escala está conformada por pensamientos automáticos del tipo “Me siento desamparado cuando estoy solo”, “No tolero la soledad”, y “Siento una fuerte sensación

de vacío cuando estoy solo”.

Factor 5, denominado Expresión límite: la posible ruptura de una relación para el dependiente emocional puede ser algo tan catastrófico por su enfrentamiento con la soledad y la pérdida del sentido de vida, que puede llevar a que el sujeto realice acciones y manifieste expresiones impulsivas de autoagresión, relacionadas con las características de la persona con un trastorno límite de la personalidad (...) Este factor está conformado por enunciados que describen eventos pasados, concepto actual sobre sí mismo y creencias sobre lo que se podría llegar a hacer, con el fin de retener al otro: “He amenazado con hacerme daño para que mi pareja no me deje”, “Soy alguien necesitado y débil” etc. (p. 136-137)

De esta manera, Lemos y Londoño describen los cinco factores anteriores recalcando aspectos propios del sujeto que facilitan o promueven la aparición de conductas desadaptativas que influyen directamente en su relación de pareja y que afecta el resto de relaciones o vínculos establecidos por el mismo, la ansiedad, el miedo, la necesidad de expresión afectiva y los otros factores conforma así un conjunto de necesidades o comportamientos que conforman la creación de un dependiente emocional.

No obstante, el sexto y último factor denominado Búsqueda de Atención se expresa en el deseo o necesidad de que su pareja exprese esa atención en el dependiente emocional, es así como Lemos y Londoño citan a autores como Castelló, Morse et al., Bornstein para apoyar y ampliar su teoría, manifiestan que el dependiente emocional puede llegar a parecer un individuo histriónico que manifiesta la necesidad de atención por parte de su pareja de forma exclusiva de los cuales utilizan numerosos medios con tal de lograr el objetivo que posee la finalidad de asegurar su permanencia en la relación y ser el núcleo de vida de su pareja (Lemos y Londoño, 2006).

En conclusión, se determina que la dependencia emocional, aunque puede poseer diversas causas, genera en el individuo una mayor vulnerabilidad, por lo que se expone en mayor medida a situaciones de abuso y violencia, repercutiendo así no solo en el desempeño dentro de sus relaciones interpersonales, sino en su vida profesional, familiar, cognitiva, social, etc. Afectando también en su salud mental, en su autoconcepto y en la percepción de lo que debe ser una relación de pareja, por lo que puede llegar a desarrollar los mismos patrones desadaptativos en otras relaciones amorosas. Por lo tanto, se requiere de atención psicológica que disipe las conductas inadecuadas y fortalezca factores cruciales como la autoestima.

Capítulo III: Adolescentes

Esta investigación sobre dependencia emocional radica específicamente en el abordaje de la población en etapa adolescente, debido al nivel de vulnerabilidad que presentan los individuos en esta fase de su vida, teniendo en cuenta la falta de experiencias, los grandes cambios y la capacidad o falta de la misma para sobrellevar circunstancias o experiencias que influyen en sus relaciones interpersonales. Por lo tanto, la adolescencia es el resultado de una construcción social y cultural; es decir, es un periodo de la vida que se vive de manera diferente dependiendo del origen geográfico y étnico-cultural del joven (Arillo et al., 2008).

Por lo tanto, la adolescencia es una etapa de la vida en donde el individuo presenta cambios físicos, psicológicos, sexuales y sociales, allí el individuo está en búsqueda y construcción de su propia identidad, Erikson E. quien citado por Bordignon, N. (2005) hace referencia a lo mencionado en su propia teoría de los estadios psicosociales del Ciclo Completo de la Vida, allí denota su perspectiva que consiste en organizar una visión del desarrollo del ciclo completo de la vida, -extendiéndose en el tiempo, de la infancia a la vejez, y en los contenidos, el psicosexual y el psicosocial-, organizados en ocho estadios. Cada estadio integra

el nivel somático, psíquico y ético-social y el principio epigenético; abarcando un conjunto integrado de estructuras operacionales que integran los procesos psicosexuales y psicosociales de una persona en un momento dado. Por ende, según Erikson E. H. (1970) (1998) mencionado a Bordinon. (2005) refiere que:

El período de la pubertad y de la adolescencia se inicia con la combinación del crecimiento rápido del cuerpo y de la madurez psicosexual, que despierta intereses por la sexualidad y formación de la identidad sexual. La integración psicosexual y psicosocial de esta etapa tiene la función de la formación de la identidad personal en los siguientes aspectos: identidad psicosexual por el ejercicio del sentimiento de confianza y lealtad con quien pueda compartir amor, como compañeros de vida; la identificación ideológica por la asunción de un conjunto de valores, que son expresados en un sistema ideológico o en un sistema político; la identidad psicosocial por la inserción en movimientos o asociaciones de tipo social; la identidad profesional por la selección de una profesión en la cual poder dedicar sus energías y capacidades de trabajo y crecer profesionalmente; y la identidad cultural y religiosa en la que se consolida su experiencia cultural y religiosa, además de fortalecer el sentido espiritual de la vida.

La fuerza distónica es la confusión de identidad, de roles, la inseguridad y la incertidumbre en la formación de la identidad. La relación social significativa es en la cual se forman de grupo de iguales, por el cual el adolescente busca la sintonía e identificación afectiva, cognitiva y comportamental con aquellos se pueden establecer relaciones autodefinitorias; superar la confusión de roles; establecer relaciones de confianza, estabilidad y fidelidad; consolidar las formas ideológicas o las doctrinas totalitarias y enfrentar la realidad de la industrialización y globalización. La fuerza específica nace de la constancia en la construcción

de la identidad es la fidelidad y la fe.

La fidelidad es la solidificación y asunción de los contenidos y proceso de su identidad, una vez establecida como proyecto de vida, son resumidos en la frase: “Yo soy el que puedo creer fielmente.” un justo equilibrio -entre la formación de la identidad y la confusión- alimenta la búsqueda constante de nuevos estadios de perfeccionamiento del amor, de la profesión, de la cultura y de la fe. Este proceso puede extenderse a través del tiempo previsto. El principio del orden social elaborado en la adolescencia es la orden ideológica, una visión de mundo, de sociedad, de cultura y de fe como fundamento teórico de la cosmovisión personal. (p. 56)

Por lo tanto, el adolescente está en búsqueda de su identidad, en donde las relaciones afectivas son un factor influyente para esta etapa, la cual ayudará a su crecimiento y su encuentro de identidad, los autores para esto Gómez (2004) y Duque (2006) citados por Ríos, O., & Christou, M. (2010) hacen un gran aporte, analizando qué tipo de relaciones afectivo-sexuales tienen los jóvenes y adolescentes en la actualidad y cómo en muchas de ellas se establece una vinculación clara entre violencia y atractivo.

Al mismo tiempo, estos autores ejemplifican la ausencia de deseo vinculada a las relaciones donde existe un modelo masculino basado en valores igualitarios. Ambos autores argumentan que esta vinculación se debe a los procesos de socialización a los que están expuestos los y las adolescentes y jóvenes, y cómo dichos procesos a menudo se fundamentan en actos comunicativos de poder, es decir, basados en interacciones de dominación o abuso. Para romper con esta dinámica, como se ha argumentado anteriormente, proponen un proceso de socialización forjado en el diálogo y la reflexión que permita desvincular la violencia con el deseo y, al mismo tiempo, dotar de atractivo aspectos como la igualdad y el respeto. Es de esta forma como Gómez (2004) y Duque (2006) Citados en Ríos, O., & Christou, M. (2010)

consideran que trabajar para prevenir relaciones se dirijan a la violencia de género, a través por ejemplo de actos comunicativos dialógicos que relacionen igualdad con el deseo y el atractivo.

Por consiguiente, en la adolescencia hay perspectivas no tan realistas de lo que es una relación de pareja debido a la falta de experiencia y a la ausencia de conocimiento de lo que implica encontrarse en una relación de tipo afectivo y las implicaciones que esto trae consigo, romantizando las mismas, provocando conductas y pensamientos disfuncionales para su desarrollo sano. Una de estas relaciones interpersonales se puede caracterizar según Schaeffer B citado en Hernández García (2016) especialmente en la relación de pareja de los dependientes emocionales puesto que:

Necesitan excesivamente la aprobación de los demás, por lo que, a medida que el vínculo es más relevante la necesidad es mayor, pero también hay cierta preocupación por «caer bien» incluso a desconocidos. Lo excesivo de esta necesidad genera en ocasiones pensamientos obsesivos sobre su aceptación por un determinado grupo, empeños en tener una buena apariencia, o demandas más o menos explícitas de atención y afecto. A las personas con dependencia emocional, le gustan las relaciones exclusivas y “parasitarias”. Este punto es uno de los rasgos más molestos en estas personas, puesto que suele ser un motivo frecuente de enfados y rupturas. El dependiente emocional, quiere disponer continuamente de la presencia de la otra persona como si estuviera “enganchado” a ella, aspecto similar al del apego ansioso.

Además, llamará continuamente a su pareja al trabajo, le pedirá que renuncie a su vida privada para estar más tiempo juntos, demandará de ella atención exclusiva y todavía le parecerá insuficiente, etc. Debemos tener en cuenta que el motivo subyacente no es la posesión o el dominio, sino la enorme necesidad afectiva que tienen estos individuos. En cualquier caso, es

comprensible la sensación de agobio que produce en sus parejas. Su anhelo de tener pareja es tan grande, que se ilusionan y fantasean enormemente al comienzo de una relación o con la simple aparición de una persona interesante. Schaeffer, compara este fenómeno con la intoxicación de los alcohólicos o drogodependientes, puesto que posiblemente, son uno de los pocos momentos verdaderamente felices de sus vidas: cuando empiezan una relación o al menos tienen posibilidades de que esto ocurra. La excesiva euforia que manifiestan se refleja en expectativas irreales de formar pareja con alguien a quien no conocen bien.

Adoptan posiciones subordinadas en las relaciones, que se pueden calificar de “asimétricas”. Su baja autoestima, y la elección frecuente de parejas explotadoras, generalmente conducen al dependiente emocional a una continua y progresiva degradación. Normalmente, soportan desprecios y humillaciones, no reciben verdadero afecto, y, además, en ocasiones pueden sufrir maltrato emocional y físico. Sus relaciones no llenan el vacío emocional que padecen, pero sí lo disminuyen. Las parejas que forman, los dependientes emocionales, suelen ser tan insatisfactorias como enfermizas porque no se produce intercambio recíproco de afecto, a consecuencia del incremento de la autoestima y de la calidad de vida de sus componentes. No obstante, estas personas están tan poco acostumbradas a quererse y a ser queridas que no esperan cariño de su pareja, simplemente se enganchan obsesivamente a ella y persisten en la relación por muy frustrante que ésta sea.

Presentan cierto déficit de habilidades sociales. La baja autoestima que presentan, así como la constante necesidad de agradar impide que desarrollen un adecuado asertividad. Además, si su demanda de atención hacia otra persona alcanza ciertos límites, pueden manifestarse sin importarles demasiado la situación o las circunstancias, mostrando así falta de empatía.

Por consiguiente, las causas que producen la dependencia emocional se encuentran meramente en el individuo que es incapaz de entablar límites debido a factores como la autoestima baja, la necesidad constante de cariño y aceptación, la incapacidad de tomar decisiones propias y la sumisión frente a otras personas, en este caso, la pareja. Sin embargo, otros autores como Villa y Sirvent (2009) definen la dependencia emocional como comportamientos adictivos hacia otras personas, produciendo asimetrías de rol. Pero, contrario a lo mencionado anteriormente, la mayoría de estudios atribuyen las causas de la dependencia emocional a la sobreprotección de los padres, es decir, según Rodríguez (2013):

El autoritarismo parental se vincula con la generación de dependencias en los niños, adolescentes y adultos. Si en las relaciones parentales no se ocasiona la capacidad de ofrecer al niño comportamientos independientes y autónomos, sobreprotegiendo y evitando todo acto de construcción de su ser por sí mismo (en especial en la adolescencia), el individuo tiene una alta probabilidad de engendrar una dependencia emocional hacia los demás. Es decir, la incapacidad de que el infante se desarrolle autónomamente y aprende por ensayo – error durante este período crítico. (p.2)

Lo que sugiere que la dependencia emocional nace desde la crianza y se manifiesta durante la adolescencia y la adultez despojando al individuo de su autonomía y de su capacidad para ser independiente en todos los ámbitos de su vida. En conclusión, se determina que la adolescencia es una etapa crucial en la vida del individuo, se sabe que en el lapso de duración de esta etapa se generan grandes cambios, preguntas, necesidad de experimentar y de conocer, no obstante, la inexperiencia y los sucesos de la niñez generan un estado de vulneración que puede llegar a la incapacidad de tomar adecuadas decisiones, de poseer una estabilidad emocional baja o nula y que pone en peligro el bienestar emocional de la persona y por ende,

su salud mental.

Capítulo IV: Factores de riesgo y factores protectores en adolescentes.

En la etapa adolescente existen múltiples factores de riesgo que ponen en peligro el bienestar del adolescente, puesto que aún está formando su personalidad y puede ser muy vulnerable ante los mismos, por otro lado, también se encuentran los factores protectores los cuales ayudan al adolescente a potencializar sus habilidades sociales para poder enfrentar los factores de riesgo de una manera sana. Según Lavielle-Sotomayor (2014) “ En la adolescencia se presentan grandes cambios físicos, psicosociales y cognitivos y se determina la forma de comportarse en la vida adulta” (p.38). Por lo que se considera, que en la edad adolescente se pueden presentar grandes modificaciones tanto a nivel físico como mental, de los que surgen factores de riesgos y factores protectores en relación a dicho tema, no obstante, estos factores son focalizados en la dependencia emocional, debido a que este, es el principal tema de estudio para esta investigación. Por consiguiente, la dependencia emocional como mencionó Glocer Fiorini citado en Estela & Zavala (2016):

Comprende conductas de subordinación, idealización y sumisión hacia la pareja. Asimismo, conduce a aceptar la conducta violenta por parte de la pareja, y finaliza con la pérdida de la autonomía e identidad personal; llegando a existir incluso la interdependencia recíproca, generadora potencial de enfermedad mental, dado su alto poder patológico”. (p. 26).

Así mismo, se determina que el elogio, el galanteo, el noviazgo, etc. Son conductas mediante las cuales la dependencia emocional se puede expresar, así como, la permisividad, tolerancia a faltas de respeto y la aceptación de este tipo de conductas facilita la continuidad de

las acciones anteriormente mencionadas. Así pues, la dependencia emocional posee factores de riesgo que aumentan la probabilidad de convertirse en la persona sumisa o en la persona dominante, tal es el caso de la violencia familiar, que, según Vásques y Rojas (2020):

Presenciar situaciones de violencia familiar es un factor potencial de riesgo, en el caso de los niños, para repetir esta conducta en una futura relación de pareja; en el caso de las niñas, para asumir un papel pasivo de aceptación ante la violencia sufrida. La violencia de pareja es un proceso que se instaura en forma cíclica, frente al cual las víctimas que presentan vulnerabilidad psicológica desarrollan recursos de afrontamiento ineficaces, como ocultamiento, negación, resignación de la violencia o, inclusive, manifestaciones psicopatológicas como la depresión. (p. 241).

Además, se demuestra en el estudio realizado por Vásquez y Rojas (2020) que el estado civil de una mujer es una razón o condicionante para que tolere el maltrato por parte de su pareja, mientras que existen otros factores de riesgo para la aparición de dependencia emocional detectados en ese estudio, el nivel educativo que está directamente relacionado con la obtención de un trabajo digno y la violencia psicológica la cual es una de las más difíciles de identificar, por lo que, “suelen disfrazarse en estereotipos tradicionales sustentados por la cultura respecto a una mujer débil, que debe ser protegida por un hombre, cuyo fin último es el sometimiento” (Vásques y Rojas, 2020). Por consiguiente, un estudio realizado en Panamá realiza una investigación sobre dependencia emocional como factor de riesgo, en el que Estela y Zavala (2016) afirman que:

La dependencia emocional es un factor de riesgo para ser víctima de violencia de pareja, esto se expresa a través de la diferencia significativa en los grados de dependencia de las mujeres que acuden al Centro de Apoyo a la Mujer Maltratada (CAMM) y mujeres

que viven en el Sector Paraíso, Corregimiento Mateo Iturralde, Distrito de San Miguelito - Panamá. Consideramos que esta relación expresa una situación de mantenimiento de una relación violenta donde la víctima percibe algunos beneficios secundarios. (p.31)

No obstante, cabe destacar que la dependencia emocional según Castelló et al., (como se citó en Jaller Jaramillo y Lemos Hoyo, 2009) “involucra aspectos cognitivos, emocionales, motivacionales y comportamentales orientados a un otro como fuente de satisfacción y seguridad personal, para satisfacer necesidades afectivas, pero que no hace referencia a una sensación de indefensión, con respecto a otras áreas de su vida” (p. 78). Por ende, se toma en consideración varios aspectos psicológicos que se ven implicados en la necesidad que el dependiente emocional enlaza a su pareja lo que produce que continúe en una relación de pareja. Castelló como se citó en Jaller y Lemos (2009) plantea que:

Que la persona con dependencia emocional se caracteriza por su baja autoestima, temor a la soledad, comportamientos excesivos de aferramiento, idealización de la pareja y prevalencia de la sumisión en las relaciones de pareja, aun cuando en aquellos aspectos de la vida diferentes a la relación de pareja, se desempeña de forma eficiente y sin necesidad de contar con otras personas que le protejan. (p. 78)

Por lo que, los aspectos anteriormente mencionados se toman de referencia como factores de riesgo para la aparición de la dependencia emocional, recalcando que no todo dependiente emocional busca protección o aferramiento en otros aspectos de su vida diferentes a los de una relación afectiva, sino que, por el contrario, podrían ser igualmente eficientes en aspectos tan relevantes como el desempeño laboral, definiéndose cada una de la siguiente manera. En primer lugar, en cuanto al autoestima según Kazdin et al. cómo se citó en Navarro

et al. (2006):

En la preadolescencia y adolescencia adquiere un especial interés debido a la transición que el niño sufre desde la infancia a la adquisición de un rol adulto. Durante ese período se producen una serie de cambios, de asunción de responsabilidades y competencias que el joven tiene que afrontar y que pueden generar estados de inestabilidad emocional. (p. 8).

En segundo lugar, el temor a la soledad en el que la soledad se define como según Peplau y Perlman como se menciona por Rosillo (2019) “una experiencia extremadamente dolorosa derivada de la dificultad para satisfacer la necesidad de intimidad inherente al ser humano y su interés central es el componente afectivo de la soledad” (p.4). En tercer y último lugar, se tiene en cuenta la idealización de la pareja, entendida idealización según Murray et al. cómo se cita en Fernández Calixto (2015):

Un proceso social y cognitivo en el cual una persona en vez de sentirse restringida por los atributos reales, a veces decepcionantes, de su pareja; puede llegar a ver a su compañero sentimental a través de filtros prometedores (rosy filters) brindados por la imagen o expectativa del compañero ideal. Este 10 proceso se ve motivado por la necesidad de seguridad y estabilidad que buscan las personas en sus parejas. (p. 9-10).

Kenneth Kensington Citado en Polo (2009) consideraba que los problemas de los adolescentes tienen su punto de inicio en “tensión entre el yo y la sociedad”, es decir, una falta de correspondencia entre sentimientos respecto a lo que son y lo que la sociedad quiere que sean. Según Kensington, los adolescentes sienten una ambigüedad no sólo ante el orden social, sino ante sí mismos. Es posible que piensen que la sociedad es demasiado rígida y dominante; de ahí que intenten escapar asumiendo identidades y roles temporales.

Según Françoise Dolto “Las langostas, cuando cambian el caparazón, pierden primero el viejo y quedan sin defensa por un tiempo, hasta fabricar uno nuevo. Durante ese tiempo se hallan en gran peligro. Para los adolescentes vendría a ser la misma cosa. Y fabricar un nuevo caparazón cuesta tantas lágrimas y sudores (...) En las aguas de una langosta sin caparazón casi siempre hay un congrio que acecha, listo a devorarla (...) Nuestro congrio propio es todo lo que nos amenaza, en el interior de nosotros mismos y en ese exterior, en lo cual a menudo, no se piensa”.

Estas ideas de Doltó, pueden relacionarse con el actual concepto de “vulnerabilidad”, que es la potencialidad de que se produzca un riesgo o daño. Puede decirse que, debido a ciertas características de la adolescencia, se incrementa la potencialidad de que ocurran ciertos daños. Obviamente, habrá adolescentes con mayor o menor vulnerabilidad a uno u otro tipo de daño. Ello depende, en parte, de los factores de riesgo y de los factores protectores en juego. Por lo tanto, es importante dar mención de algunos factores protectores en los que el adolescente pueda enfrentar las situaciones de peligro de una mejor manera, según Haquin, C., Larraguibel, M., & Cabezas, J. (2004):

Un factor protector o de riesgo relevante es la familia, lo cual ejerce un rol modulador y modelador en el desarrollo de los factores de riesgo de psicopatología temprana. La familia fomenta en el niño o adolescente las expectativas a futuro, permite y facilita la pertenencia a grupos, genera un adecuado desarrollo moral, influye en el desarrollo del autoconcepto y autoestima y previene conductas de riesgo propias del adolescente, por lo tanto, el adolescente crea una adecuada salud mental, evitando la dependencia emocional en las futuras relaciones afectivas, puesto que la familia le enseña a protegerse y a enfrentarse a diferentes tipos de situaciones, desarrollando así sus

habilidades sociales ante las diversas problemáticas que pongan en riesgo su estabilidad emocional.

Otro factor protector es el sistema educativo puede jugar un rol decisivo en lo que se refiere a la prevención y manejo de las problemáticas de esta edad, principalmente en cuanto a lo académico e integración al grupo de pares. El área educacional puede convertirse en una fuente de satisfacción para el joven, otorgando la oportunidad de ejercitar y poner a prueba sus capacidades y habilidades. Puede, al mismo tiempo, dar la oportunidad de acumular una serie de conocimientos respecto de sí mismo y del medio, lo que apoya la creación de ciertas estrategias de enfrentamiento orientadas a obtener un mejor manejo o mayor percepción de control de las situaciones, incrementando de esta manera las expectativas de autoeficacia y en consecuencia favoreciendo el desarrollo de una autoestima positiva.

Entendiendo así, que la institución educativa es un factor protector e influyente en los adolescentes puesto que potencializan las habilidades sociales, el conocimiento así mismo y el autoestima como otro factor protector, creando bases para el afrontamiento adecuado a las diversas problemáticas que puede presentar la dependencia emocional, influyendo en su autonomía como persona y como ser capaz de amarse así mismo, puesto que según Haquin, C., Larraguibel, M., & Cabezas, J. (2004) la autoestima y el autoconcepto fortalecen las expectativas de autoeficacia en el enfrentamiento de diversas situaciones, esto incide en la motivación de logro, lo cual disminuye la tendencia al fatalismo y la evitación de problemas beneficiando su bienestar psicológico.

Otro gran factor protector es la inteligencia emocional la cual es definida como el conjunto de factores emocionales, sociales y personales que influyen en la adaptación de los individuos frente a las demandas y presiones del ambiente Lizeretti N, Rodríguez A. (2011)

citado en Mamani-Benito, O. (2018), ayudando al adolescente a identificar sus emociones, comprenderlas y regularlas, permitiendo la creación de estrategias para afrontar situaciones caóticas y ayudar a su propia autonomía emocional, por lo tanto la inteligencia emocional se encuentra como un factor protector ,puesto que, ayuda al adolescente a identificar los factores de riesgo de la dependencia emocional y enfrentarlos adecuadamente, por esto es importante fomentar en los adolescentes la regulación sana de las emociones para que puedan tener más estrategias para afrontar la dependencia emocional que se puede presentar en las parejas, ayudando a su autonomía y su desarrollo sano.

Metodología

Enfoque de investigación

La metodología a utilizar en la investigación es cuantitativa, que de acuerdo con Rodríguez Peñuelas (2010) señala que:

El método cuantitativo se centra en los hechos o causas del fenómeno social, con escaso interés por los estados subjetivos del individuo. Este método utiliza el cuestionario, inventarios y análisis demográficos que producen números, los cuales pueden ser analizados estadísticamente para verificar, aprobar o rechazar las relaciones entre las variables definidas operacionalmente, además regularmente la presentación de resultados de estudios cuantitativos viene sustentada con tablas estadísticas, gráficas y un análisis numérico (p.32)

Por lo tanto, corresponde a una investigación con enfoque cuantitativo, porque se utiliza la recolección y cuantificación de los datos buscando conocer la dependencia emocional en los adolescentes de 10° y 11° del Instituto Bilingüe Londres, a través del instrumento de "CDE" Cuestionario de dependencia emocional.

Diseño

El diseño a desarrollar en la presente investigación es el diseño no experimental, el cual, según Hernández et al., (2003) refiere que la investigación no experimental es aquella que se realiza sin manipular deliberadamente variables y en el que sólo se observan los fenómenos en su ambiente natural para después analizarlos.

Este diseño se escogió puesto que la investigación parte de variables ya existentes en el entorno a estudiar que no han sido manipuladas por las investigadoras, por lo tanto, se observa y se analiza las variables en la población escogida sin interferir en esta misma.

Tipo de investigación

El presente estudio busca desarrollar una investigación de tipo descriptivo, por ende, Glass y Hopkins como se cita en Abreu (2012) afirman que “La investigación descriptiva consiste en la recopilación de datos que describen los acontecimientos y luego organiza, tabula, representa y describe la recopilación de datos” (p.192). Por lo tanto, se escogió este tipo de investigación puesto que la variable a estudiar en la población se tabulará y describirá en la recopilación de datos de manera cuantitativa por medio del Cuestionario de dependencia emocional, haciendo referencia según Pita y Pértegas (2002) a “aquella en la que se recogen y analizan datos cuantitativos sobre variables” (p. 1).

Población

Según Arias (2012,) la población se define como “un conjunto finito o infinito de elementos con características comunes para los cuales serán extensivas las conclusiones de la investigación. Esta queda delimitada por el problema y por los objetivos del estudio” (p. 81).

Por lo tanto, la población de estudio para esta investigación son los estudiantes del Instituto Bilingüe Londres ubicado en el barrio Quinta Oriental de la ciudad de Cúcuta, Colombia. Esta institución educativa es de carácter privado con énfasis en inglés y con capacidad para prestar servicios educativos desde preescolar a 11°, teniendo 232 alumnos en total.

Muestra

La población de esta investigación se constituye a partir de los estudiantes de 10° y 11° del Instituto Bilingüe Londres de la ciudad de Cúcuta del cual se selecciona la muestra a través de un muestreo no probabilístico, específicamente un muestreo por cuotas. El muestreo no probabilístico según Scharager y Reyes (2001) “es un tipo de muestra también llamada muestra dirigida o intencional, la elección de los elementos no depende de la probabilidad sino de las condiciones que permiten hacer el muestreo (acceso o disponibilidad, conveniencia, etc.)” (p. 1). Así mismo, Scharager y Reyes (2001) afirman que:

Un tipo particular de muestreo intencional es el muestreo por cuota en el que el entrevistador o encargado de obtener la información contacta las unidades de análisis en el número proporcional al de las condiciones de la población que le son dadas y de estos él puede elegir según sea su conveniencia. (p. 2)

Se eligió este muestreo por cuotas, porque es pertinente que la población tenga una edad específica y haya tenido o tenga una relación afectiva para la validez del estudio.

Variables

Tabla 1 Variables

Variables	Definición
Dependencia emocional	Castelló (como se citó en Hoyos et al., 2007) “plantea que la dependencia emocional se define como la necesidad extrema de carácter

afectivo que una persona siente hacia su pareja” (p.56). De lo que se refleja la falta de autonomía y confianza en sí mismo. Además, Castelló (2000) recalca que la dependencia emocional es también “un patrón persistente de necesidades emocionales insatisfechas que se intentan cubrir de manera desadaptativa con otras personas” (p. 128).

Agregado a lo anterior, Lemos y Londoño (2006) afirman que:

Este patrón de necesidades incluye creencias acerca de la visión de sí mismo y de la relación con otros, tales como creencias sobrevaloradas frente a la amistad, la intimidad y la interdependencia. Además, creencias sobre las emociones generadas por las relaciones cercanas e íntimas, por la soledad y la separación. Son manifestaciones también los comportamientos interpersonales orientados a mantener la cercanía interpersonal como pedir o dar ayuda y consejos. (p.128)

Subvariables

El proyecto de investigación cuenta con 6 subvariables, basadas en las subescalas del Cuestionario de dependencia emocional, que según Lemos y Londoño (2006) estructuran seis factores definiendo así las subescalas en:

Tabla 2 Subvariables

Subvariables	Definición
Ansiedad por separación	<p>se describen las expresiones emocionales del miedo que se producen ante la posibilidad de disolución de la relación (...), las características esenciales de Ansiedad excesiva concerniente al alejamiento de aquellas personas quienes el sujeto está vinculado, Preocupación excesiva y persistente por la posible pérdida y separación de una figura vincular importante, son similares a los contenidos de los enunciados representados en los ítems de este factor.</p>
Expresión afectiva	<p>Necesidad del sujeto de tener constantes expresiones de afecto de su pareja que reafirmen el amor que se sienten y que calme la sensación de inseguridad (...) los siguientes enunciados conforman el factor: “Necesito constantemente expresiones de afecto de mi pareja”, “Necesito demasiado que mi pareja sea expresiva conmigo” etc.</p>

Modificación de planes

el cambio de actividades, planes y comportamientos debido a los deseos implícitos o explícitos por satisfacer a la pareja o a la simple posibilidad de compartir mayor tiempo con ella. Para el dependiente emocional su pareja es el centro de su vida, de tal forma que no existe nada más importante, incluyéndose a sí mismo, a sus hijos o al resto de su familia (...) Se incluye una serie de supuestos y preposiciones tales como: “Si mi pareja me propone un programa dejo todas las actividades que tenga para estar con ella”, “Si tengo planes y mi pareja aparece los cambio sólo por estar con ella”.

Miedo a la soledad

Se identifica el temor por no tener una relación de pareja, o por sentir que no es amado (...) El miedo a la soledad ha sido bastante tratado por Castelló (2005) quien ha afirmado que el dependiente, por encima de cualquier cosa, es consciente de su necesidad del otro, de no poder vivir sin su pareja, de la necesidad de contar con el otro y tenerlo a su lado. Esta sub-escala está conformada por

	<p>pensamientos automáticos del tipo “Me siento desamparado cuando estoy solo”, “No tolero la soledad”, y “Siento una fuerte sensación de vacío cuando estoy solo”.</p>
Expresión límite	<p>la posible ruptura de una relación para el dependiente emocional puede ser algo tan catastrófico por su enfrentamiento con la soledad y la pérdida del sentido de vida, que puede llevar a que el sujeto realice acciones y manifieste expresiones impulsivas de autoagresión, relacionadas con las características de la persona con un trastorno límite de la personalidad (...) Este factor está conformado por enunciados que describen eventos pasados, concepto actual sobre sí mismo y creencias sobre lo que se podría llegar a hacer, con el fin de retener al otro: “He amenazado con hacerme daño para que mi pareja no me deje”, “Soy alguien necesitado y débil” etc. (p. 136-137)</p>
Búsqueda de Atención	<p>Se expresa en el deseo o necesidad de que su pareja exprese esa atención en el dependiente emocional, es así como Lemos y Londoño</p>

citan a autores como Castelló, Morse et al., Bornstein para apoyar y ampliar su teoría, manifestando así que el dependiente emocional puede llegar a parecer un individuo histriónico al manifestar la necesidad de atención por parte de su pareja de forma exclusiva de los cuales utilizan numerosos medios con tal de lograr el objetivo que posee la finalidad de asegurar su permanencia en la relación y ser el núcleo de vida de su pareja (Lemos y Londoño, 2006).

Proceso de intervención

El proceso de intervención de la investigación está comprendido de acuerdo a seis fases por las cuales se ha llevado a cabo el procedimiento de este estudio para poder dar cumplimiento al problema de investigación y los diferentes objetivos de acuerdo a la temática mencionada. A continuación, se da una descripción de cada fase:

Fase I. Contextualización de la Información

En la primera fase se realizó adecuadamente el anteproyecto, el cual en base al tema de investigación "Dependencia emocional en adolescentes" se generó el planteamiento del problema a investigar, por consiguiente se hizo una construcción de los objetivos y justificación de la investigación, también se contextualizó de la problemática, se realizó antecedentes de acuerdo al tema mencionado, se elaboró el estado del arte a nivel internacional, nacional y regional, se obtuvieron bases teóricas las cuales se dividen en 4 capítulos que son la psicología clínica, la dependencia emocional, la adolescencia y los factores de riesgos y protectores de la adolescencia, posterior a esto, se procede con la metodología pertinente y los recursos a utilizar

para el tratamiento de la información o datos de la población de estudio.

Fase II. Acercamiento a la Población

En la segunda fase del proceso de intervención corresponde al acercamiento con la población de la investigación, en donde se identifica la población elegida los cuales son los estudiantes de 10° y 11° del instituto Bilingüe Londres de la ciudad Cúcuta, con la finalidad de aplicar del instrumento, posteriormente, se realiza el diligenciamiento de los consentimientos informados a los adolescentes para así llevar a cabo el estudio.

Fase III. Aplicación del Instrumento

Esta tercera fase, corresponde a la aplicación del instrumento Cuestionario de dependencia emocional (CDE), el cual está comprendido por las 6 variables, estas son: miedo a la soledad, ansiedad por separación, expresión afectiva de la pareja, modificación de planes, búsqueda de atención y expresión límite.

Fase IV. Análisis de la Información

En la cuarta fase se da el análisis de la información proporcionada a través de la aplicación del instrumento “CDE” con la población mencionada para la realización de la investigación.

Fase V. Discusión

En esta fase se realiza una discusión de acuerdo a los resultados de los datos obtenidos con la aplicación del instrumento seleccionado para detectar la dependencia emocional en la muestra.

Fase VI. Desarrollo de la Herramienta Preventiva

En esta última fase, se da inicio al desarrollo de la herramienta preventiva acerca de la dependencia emocional dirigida a los estudiantes de 10° y 11° del instituto Bilingüe Londres de la ciudad de Cúcuta, Colombia.

Instrumento

Para la técnica de recolección de información se utilizará el Cuestionario de dependencia emocional (CDE), para saber si prevalece la dependencia emocional en los estudiantes de 10° y 11° del instituto Bilingüe Londres de Cúcuta. El cuestionario evalúa la dependencia emocional como constructo total y seis subescalas, las cuales son miedo a la soledad, ansiedad por separación, expresión afectiva de la pareja, modificación de planes, búsqueda de atención y expresión límite, dividido así en 23 ítems. Es así como Lemos y Londoño describen los cinco factores anteriores recalcando aspectos propios del sujeto que facilitan o promueven la aparición de conductas desadaptativas que influyen directamente en su relación de pareja y que afecta el resto de relaciones o vínculos establecidos por el mismo, la ansiedad, el miedo, la necesidad de expresión afectiva y los otros factores conforma así un conjunto de necesidades o comportamientos que conforman la creación de un dependiente emocional, no obstante, el sexto y último factor denominado

Tabla 3 Ficha Técnica

Ficha Técnica	
Nombre original	Cuestionario de dependencia emocional
Autor	Nora H. Londoño Arredondo & Mari Antonia Lemos hoyos
Administración	Individual
Tipo de preguntas	tipo Likert
Duración	10 minutos
Aplicación	Estudiantes de 16-18 años
Materiales	Computador y el cuestionario de

	dependencia emocional.
Ámbito de aplicación	Educativo

Tabla 4 Recursos Disponibles

Recursos disponibles

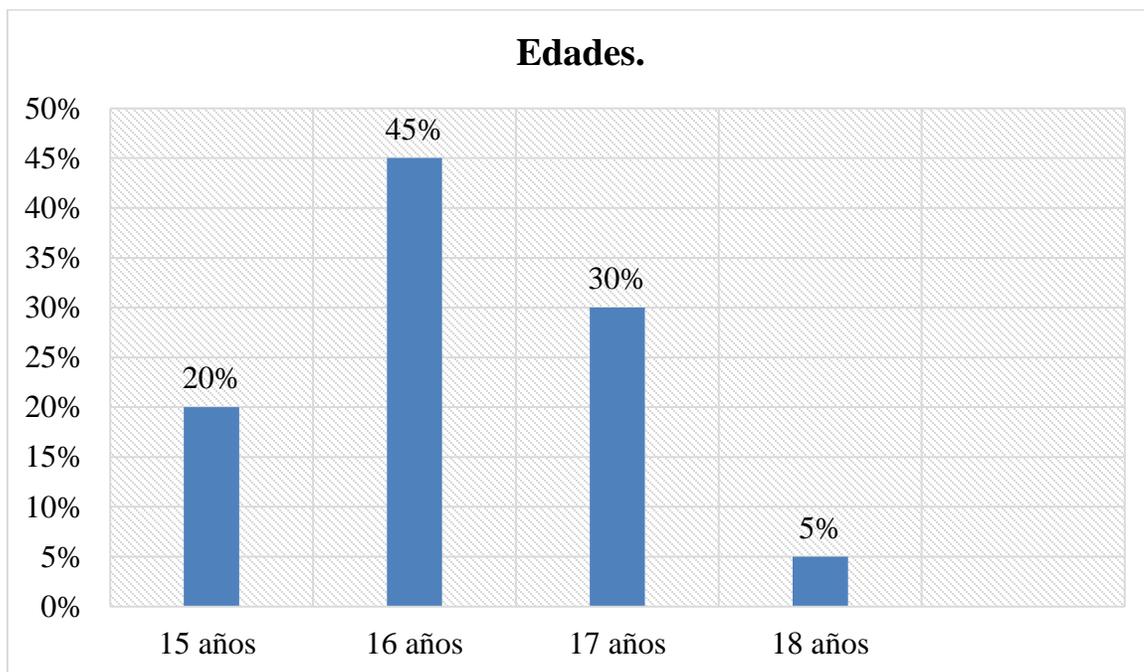
Recursos humanos	Estudiantes de 10° a 11°
Recursos fijos/ técnicos	Computador
	Internet
	Video Beam
	Diapositivas
	La prueba virtual
Recursos económicos	Transporte hacia la institución educativa

Resultados

A continuación, se visualizan los resultados obtenidos a partir de la implementación del cuestionario de dependencia emocional creado por Lemos y Londoño (2006) en la población de décimo y once grado de la institución educativa Bilingüe Londres, en este apartado se muestran diagramas de barras y un gráfico circular, a cada uno de estos le sigue un párrafo que permite dar a entender los porcentajes reflejados en las gráficas. En primer lugar, se muestra un diagrama de barras que refleja el porcentaje de la población que respondió al cuestionario según las edades correspondientes, en segundo lugar, se observa un gráfico circular que muestra el porcentaje de adolescentes que respondieron al cuestionario según cada grado, finalmente, se visualizan los resultados de cada pregunta de acuerdo al orden establecido por la agrupación en los factores mediante una serie de diagramas de barras que reflejan dicha información.

Perfil Sociodemográfico

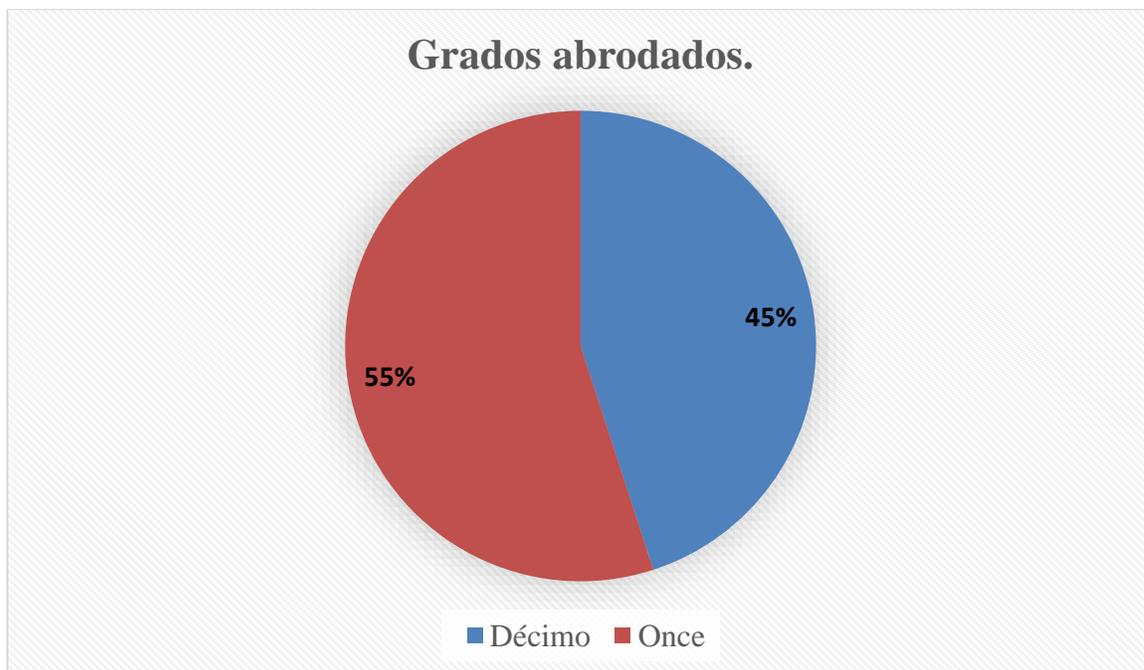
Gráfica 1 Edades de los estudiantes de 10° y 11° del instituto Bilingüe Londres.



Según la gráfica el rango de edad se mantuvo entre los 15 a los 18 años de edad,

inicialmente se había promediado el mismo rango de edad, posteriormente, se observa que 4 (20%) estudiantes tienen 15 años, 9 estudiantes (45%) 16 años, 6 estudiantes (30%) 17 años y un estudiante (5%) 18 años.

Gráfica 2 Porcentaje de estudiantes por grados académicos.



Según la gráfica los grados que se abordaron fueron de décimo y once, donde el 55% de la población es de 11° y el 45% restante hace parte de 10°.

Factores Evaluados

El cuestionario de dependencia emocional de Lemos y Londoño (2006), está compuesto por 6 factores los cuales evalúan diferentes conductas relacionadas a la dependencia emocional. Cada factor será evaluado por las preguntas que lo componen como lo indica la Tabla 5, por ende, se analizan los resultados de las respuestas de 4 a 6 en los estudiantes encuestados. Es importante resaltar que los resultados con respuesta de 4 a 6 generan una señal de alarma y serán los que se tendrán en cuenta para el análisis de los resultados, posteriormente, se desarrolla

un porcentaje general al final de cada factor y se observa la prevalencia del mismo en la población.

Tabla 5 Factores Evaluados

La tabla 5 muestra las variables estudiadas junto con las preguntas que evalúan cada factor correspondiente.

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

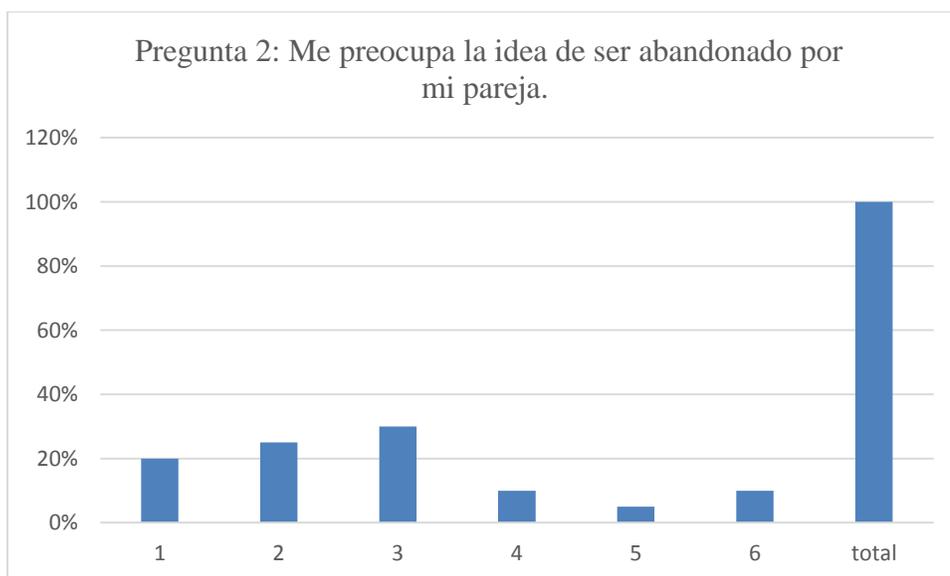
Factor 1: Ansiedad por separación

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

Tabla 6 Resultados pregunta 2.

Respuesta	Cantidad
1	7
2	5
3	2
4	2
5	1
6	3
Total general	20

Gráfica 3 Porcentaje de respuestas en la pregunta 2.



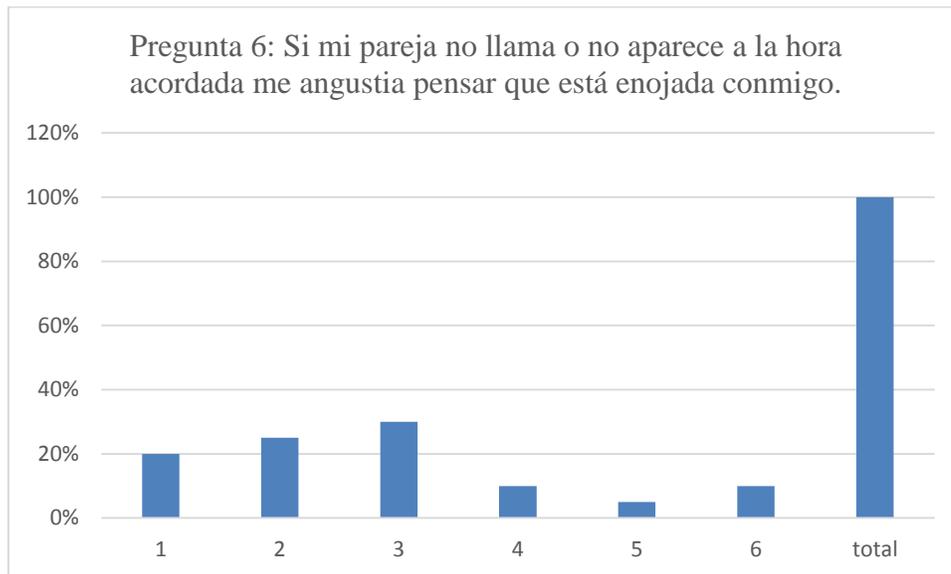
Según la tabla anterior se puede referir que de los 20 estudiantes a los que se les realizó la aplicación se encontró que 2 sujetos respondieron 4, un sujeto respondió 5 y 3 sujetos respondieron 6, en total el 30% de la población la cual generan una señal de alarma puesto que pueden tener rasgos de ansiedad por separación.

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

Tabla 7 Resultados pregunta 6.

Respuesta	Cantidad
1	2
2	3
3	9
4	2
5	2
6	2
Total general	20

Gráfica 4 Porcentaje de respuestas en la pregunta 6.



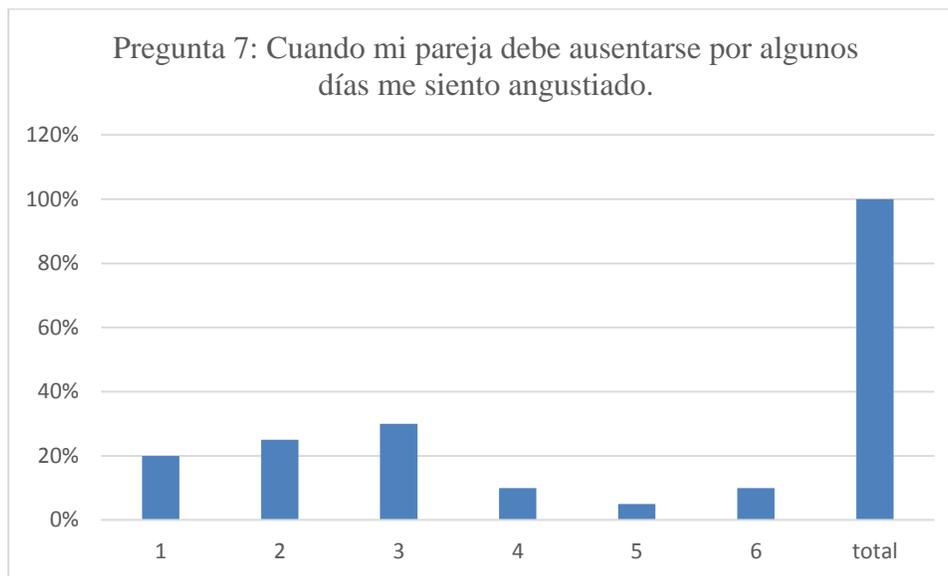
Según la tabla anterior se puede referir que de los 20 estudiantes a los que se les realizó la aplicación se encontró que 2 sujetos respondieron 4, 2 sujetos respondieron 5 y 2 sujetos respondieron 6, en total el 30% de la población la cual generan una señal de alarma puesto que pueden tener rasgos de ansiedad por separación.

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

Tabla 8 Resultados pregunta 7.

Respuesta	Cantidad
1	4
2	3
3	7
4	3
5	2
6	1
Total general	20

Gráfica 5 Porcentaje de respuestas en la pregunta 7.

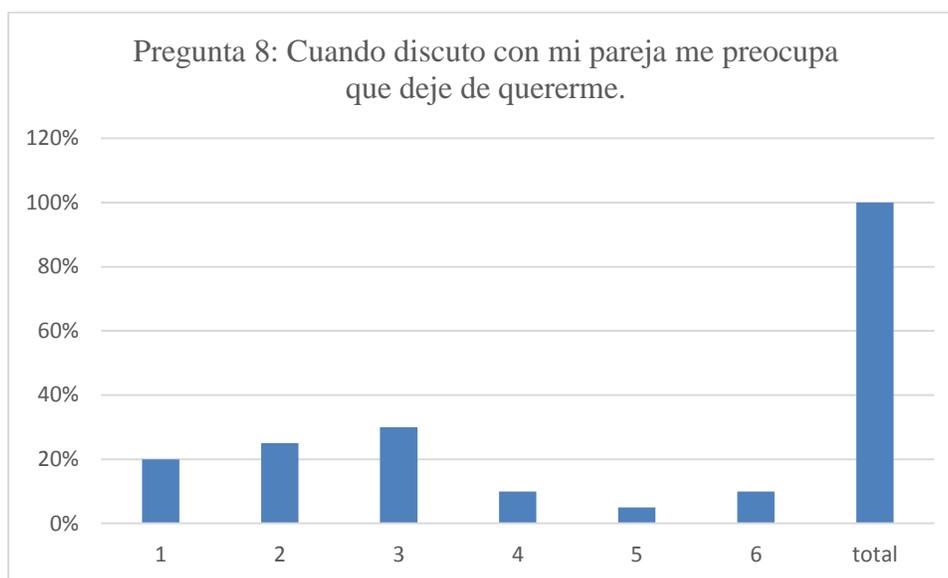


Según la tabla anterior se puede referir que de los 20 estudiantes a los que se les realizó la aplicación se encontró que 3 sujetos respondieron 4, 2 sujetos respondieron 5 y un sujeto respondió 6, en total el 30% de la población la cual generan una señal de alarma puesto que pueden tener rasgos de ansiedad por separación.

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

Tabla 9 Resultados pregunta 8.

Respuesta	Cantidad
1	7
2	3
3	4
4	1
5	4
6	1
Total general	20

Gráfica 6 Porcentaje de respuestas en la pregunta 8.

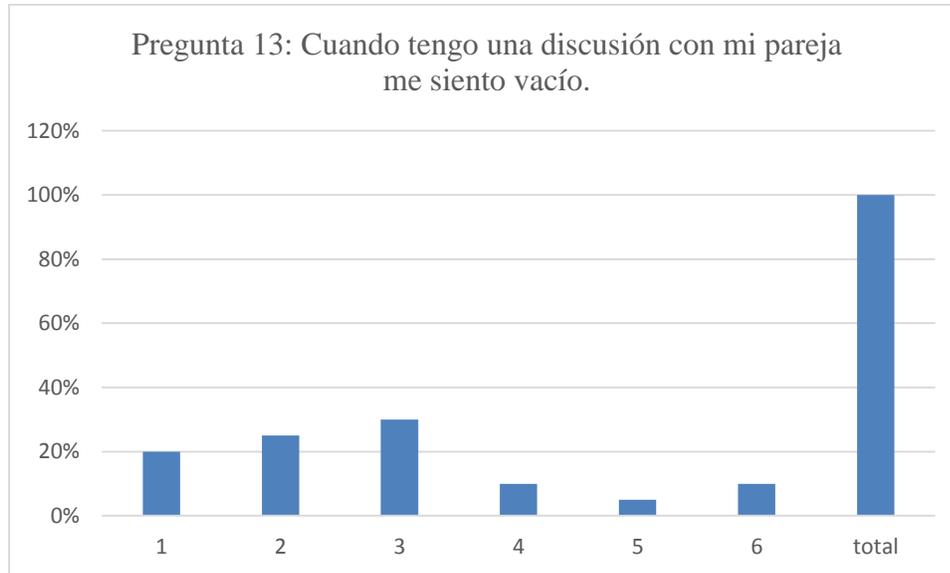
Según la tabla anterior se puede referir que de los 20 estudiantes a los que se les realizó la aplicación se encontró que un sujeto respondió 4, 4 sujetos respondieron 5 y un sujeto respondió 6, en total el 30% de la población la cual generan una señal de alarma puesto que pueden tener rasgos de ansiedad por separación.

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

Tabla 10 Resultados pregunta 13.

Respuesta	Cantidad
1	6
2	4
3	3
4	5
5	2
6	0
Total general	20

Gráfica 7 Porcentaje de respuestas en la pregunta 13.



Según la tabla anterior se puede referir que de los 20 estudiantes a los que se les realizó la aplicación se encontró que 5 sujetos respondieron 4, 2 sujetos respondieron 5, en total el 35% de la población la cual generan una señal de alarma puesto que pueden tener rasgos de ansiedad por separación.

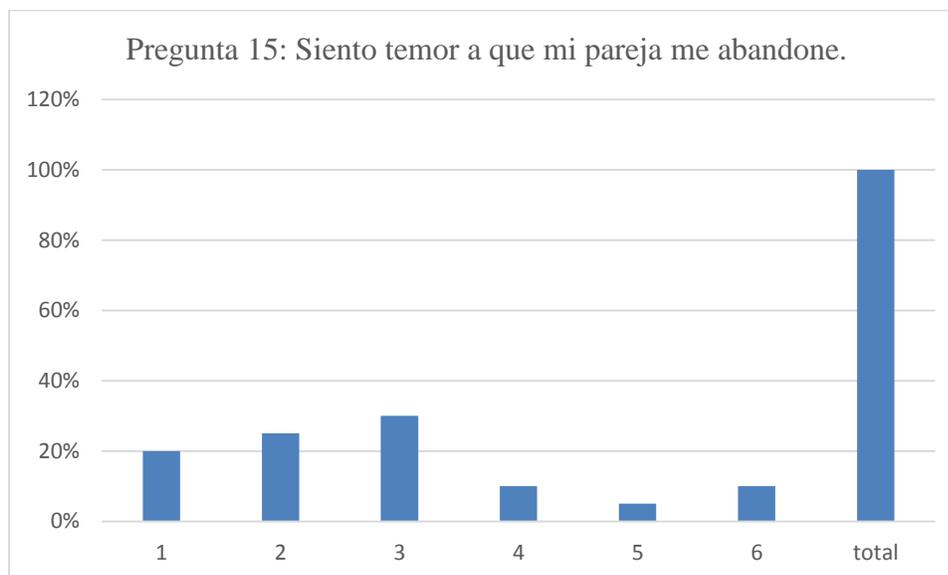
Pregunta 15: Siento temor a que mi pareja me abandone.

Tabla 11 Resultados pregunta 15.

Respuesta	Cantidad
1	7
2	3
3	7
4	0
5	2

6	1
Total general	20

Gráfica 8 Porcentaje de respuestas en la pregunta 15.



Según la tabla anterior se puede referir que de los 20 estudiantes a los que se les realizó la aplicación se encontró que 2 sujetos respondieron 5 y un sujeto respondió 6, en total el 15% de la población la cual generan una señal de alarma puesto que pueden tener rasgos de ansiedad por separación.

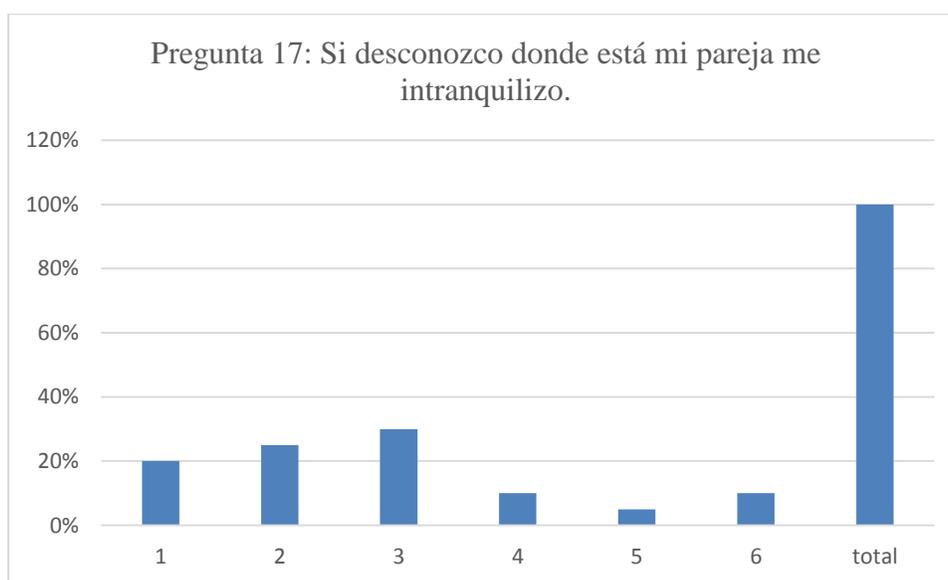
Pregunta 17: Si desconozco donde está mi pareja me intranquilizo.

Tabla 12 Resultados pregunta 17.

Respuesta	Cantidad
1	5

2	4
3	5
4	1
5	3
6	2
Total general	20

Gráfica 9 Porcentaje de respuestas en la pregunta 17.



Según la tabla anterior se puede referir que de los 20 estudiantes a los que se les realizó la aplicación se encontró que un sujeto respondió 4, 3 sujetos respondieron 5 y 2 sujetos respondieron 6, en total el 30% de la población la cual generan una señal de alarma puesto que pueden tener rasgos de ansiedad por separación.

Así mismo, según el análisis por cada pregunta que compone el factor ansiedad por separación y sus respectivas gráficas, se encuentra con un porcentaje total del 28% en señal de alarma, analizándolo desde la respuesta 4 hasta la respuesta 6.

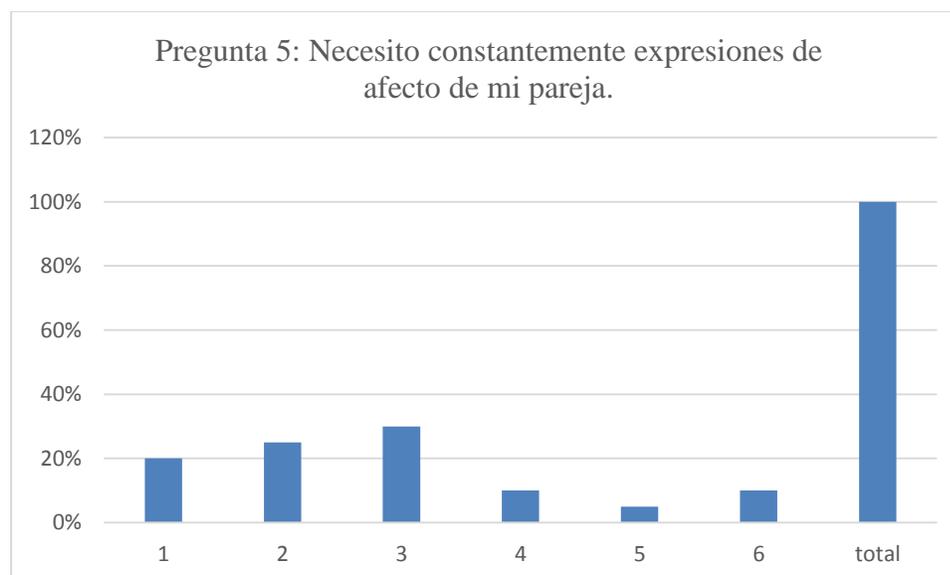
Factor 2: Expresión afectiva

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

Tabla 13 Resultados pregunta 5.

Respuesta	Cantidad
1	2
2	4
3	5
4	6
5	2
6	1
Total general	20

Gráfica 10 Porcentaje de respuestas en la pregunta 5.



Según la tabla anterior se puede referir que de los 20 estudiantes a los que se les realizó la aplicación se encontró que 6 sujetos respondieron 4, 2 sujetos respondieron 5 y un sujeto

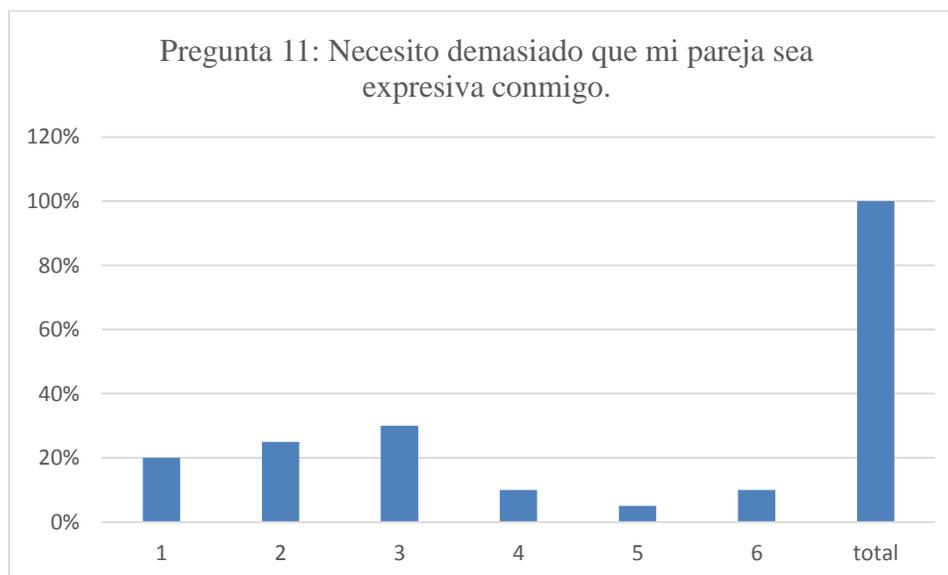
respondió 6, en total el 45% de la población la cual generan una señal de alarma puesto que pueden sentir la necesidad de tener constantes expresiones de afecto de su pareja que reafirmen el amor que sienten y que calme la sensación de inseguridad.

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

Tabla 14 Resultados pregunta 11.

Respuesta	Cantidad
1	4
2	5
3	3
4	3
5	3
6	2
Total general	20

Gráfica 11 Porcentaje de respuestas en la pregunta 11.



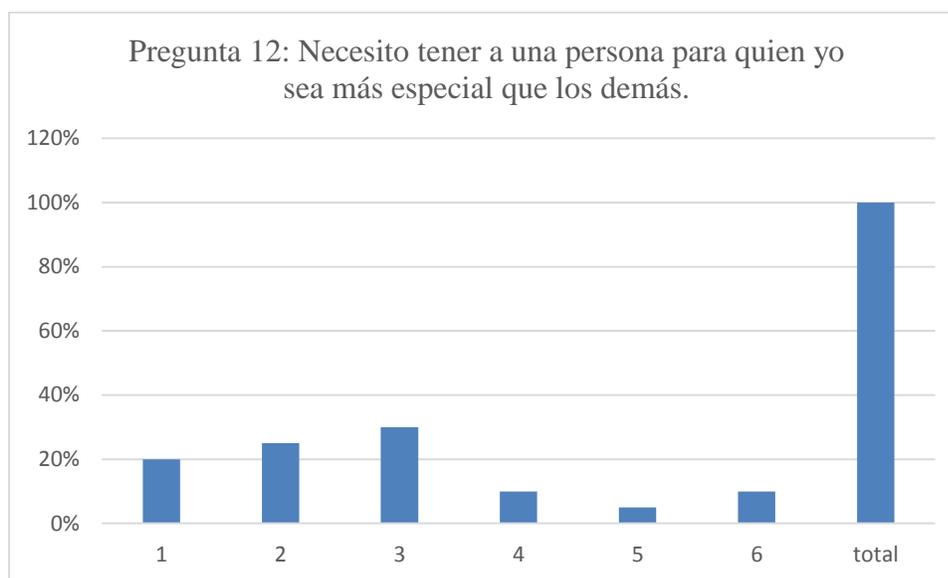
Según la tabla anterior se puede referir que de los 20 estudiantes a los que se les realizó la aplicación se encontró que tres sujetos respondieron 4, tres sujetos respondieron 5 y dos sujetos respondieron 6, en total el 40% de la población la cual generan una señal de alarma puesto que pueden sentir la necesidad de tener constantes expresiones de afecto de su pareja que reafirmen el amor que sienten y que calme la sensación de inseguridad.

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

Tabla 15 Resultados pregunta 12.

Respuesta	Cantidad
1	3
2	5
3	3
4	5
5	1
6	3
Total general	20

Gráfica 12 Porcentaje de respuestas en la pregunta 12.



Según la tabla anterior se puede referir que de los 20 estudiantes a los que se les realizó la aplicación se encontró que cinco sujetos respondieron 4, un sujeto respondió 5 y tres sujetos respondieron 6, en total el 45% de la población la cual generan una señal de alarma puesto que pueden sentir la necesidad de tener constantes expresiones de afecto de su pareja que reafirmen el amor que sienten y que calme la sensación de inseguridad.

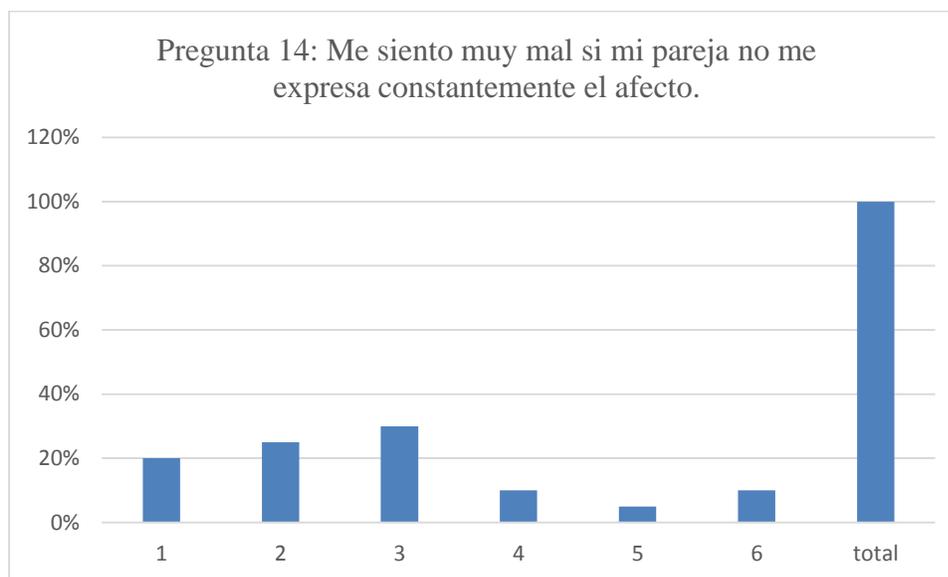
Pregunta 14: Me siento muy mal si mi pareja no me expresa constantemente el afecto.

Tabla 16 Resultados pregunta 14.

Respuesta	Cantidad
1	5
2	4
3	5
4	4

5	1
6	1
Total general	20

Gráfica 13 Porcentaje de respuestas en la pregunta 14.



Según la tabla anterior se puede referir que de los 20 estudiantes a los que se les realizó la aplicación se encontró que cuatro sujetos respondieron 4, un sujeto respondió 5 y un sujeto respondió 6, en total el 30% de la población la cual generan una señal de alarma puesto que pueden sentir la necesidad de tener constantes expresiones de afecto de su pareja que reafirmen el amor que sienten y que calme la sensación de inseguridad.

Así mismo, según el análisis por cada pregunta que compone el factor expresión afectiva y sus respectivas gráficas, se encuentra con un porcentaje total del 40% en señal de alarma, analizándolo desde la respuesta 4 hasta la respuesta 6.

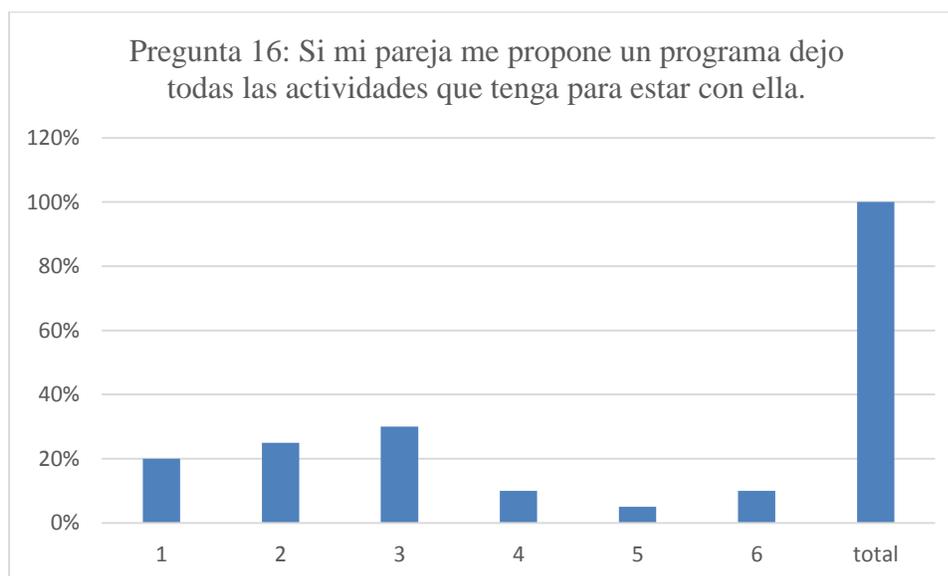
Factor 3: Modificación de planes

Pregunta 16: Si mi pareja me propone un programa dejo todas las actividades que tenga para estar con ella.

Tabla 17 Resultados pregunta 16.

Respuesta	Cantidad
1	2
2	6
3	4
4	3
5	2
6	3
Total general	20

Gráfica 14 Porcentaje de respuestas en la pregunta 16.

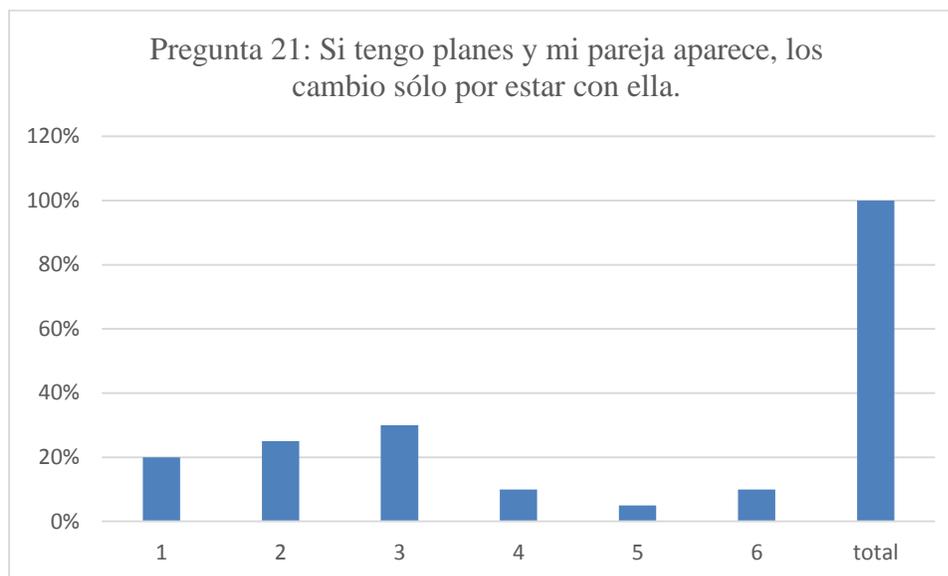


Según la tabla anterior se puede referir que de los 20 estudiantes a los que se les realizó la aplicación se encontró que tres sujetos respondieron 4, dos sujetos respondieron 5 y tres sujetos respondieron 6, en total el 40% de la población la cual generan una señal de alarma puesto que pueden sentir la necesidad de cambiar las actividades, planes y comportamientos debido a los deseos implícitos o explícitos por satisfacer a la pareja o a la simple posibilidad de compartir mayor tiempo con la pareja.

Pregunta 21: Si tengo planes y mi pareja aparece, los cambio sólo por estar con ella.

Tabla 18 Resultados pregunta 21.

Respuesta	Cantidad
1	3
2	7
3	5
4	2
5	2
6	1
Total general	20

Gráfica 15 Porcentaje de respuestas en la pregunta 21.

Según la tabla anterior se puede referir que de los 20 estudiantes a los que se les realizó la aplicación se encontró que seis sujetos respondieron 4, dos sujetos respondieron 5 y un sujeto respondió 6, en total el 45% de la población la cual generan una señal de alarma puesto que pueden sentir la necesidad de cambiar las actividades, planes y comportamientos debido a los deseos implícitos o explícitos por satisfacer a la pareja o a la simple posibilidad de compartir mayor tiempo con la pareja.

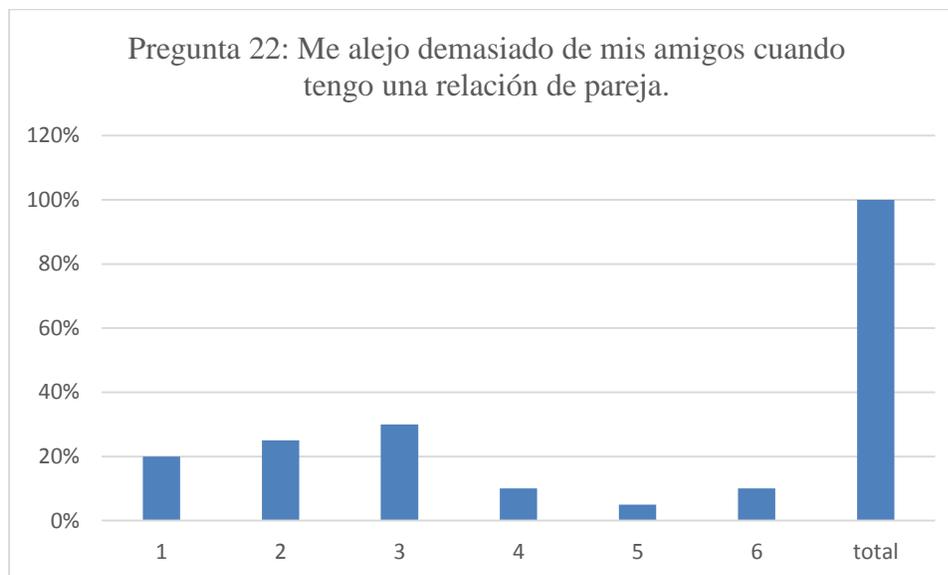
Pregunta 22: Me alejo demasiado de mis amigos cuando tengo una relación de pareja.

Tabla 19 Resultados pregunta 22.

Respuesta	Cantidad
1	8
2	2
3	6
4	2

5	1
6	1
Total general	20

Gráfica 16 Porcentaje de respuestas en la pregunta 22.



Según la tabla anterior se puede referir que de los 20 estudiantes a los que se les realizó la aplicación se encontró que dos sujetos respondieron 4, un sujeto respondió 5 y un sujeto respondió 6, en total el 20% de la población la cual generan una señal de alarma puesto que pueden sentir la necesidad de cambiar las actividades, planes y comportamientos debido a los deseos implícitos o explícitos por satisfacer a la pareja o a la simple posibilidad de compartir mayor tiempo con la pareja.

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

Tabla 20 Resultados pregunta 23.

Respuesta	Cantidad
-----------	----------

1	9
2	2
3	6
4	2
5	1
6	0
Total general	20

Gráfica 17 Porcentaje de respuestas en la pregunta 23.



Según la tabla anterior se puede referir que de los 20 estudiantes a los que se les realizó la aplicación se encontró que dos sujetos respondieron 4, un sujeto respondió 5, en total el 15% de la población la cual generan una señal de alarma puesto que pueden sentir la necesidad de cambiar las actividades, planes y comportamientos debido a los deseos implícitos o explícitos por satisfacer a la pareja o a la simple posibilidad de compartir mayor tiempo con la pareja.

Así mismo, según el análisis por cada pregunta que compone el factor modificación de

planes y sus respectivas gráficas, se encuentra con un porcentaje total del 32% en señal de alarma, analizándolo desde la respuesta 4 hasta la respuesta 6.

Factor 4: Miedo a la soledad

Pregunta 1: Me siento desamparado cuando estoy solo.

Tabla 21 Resultados pregunta 1.

Respuesta	Cantidad
1	3
2	4
3	9
4	2
5	0
6	2
Total general	20

Gráfica 18 Porcentaje de respuestas en la pregunta 1.



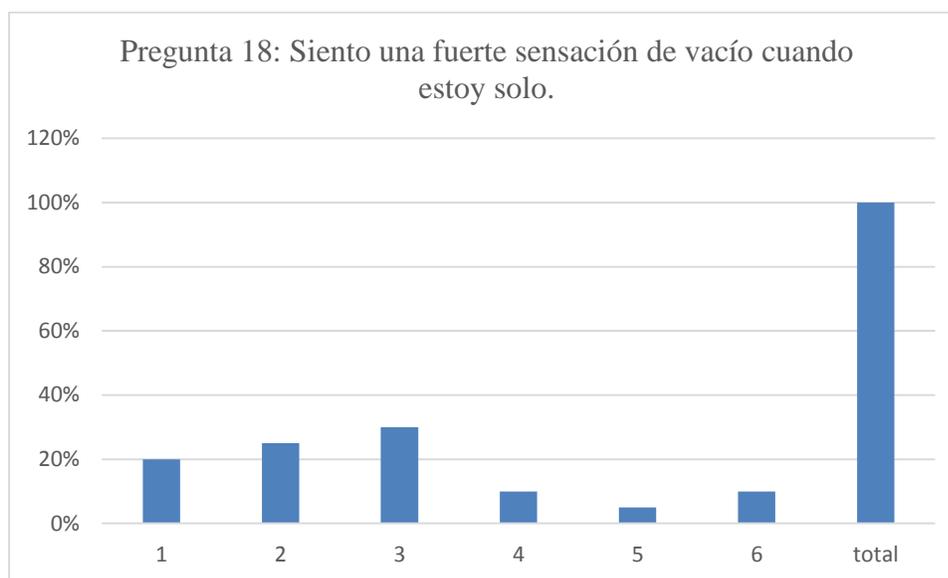
Según la tabla anterior se puede referir que de los 20 estudiantes a los que se les realizó la aplicación se encontró que dos sujetos respondieron 4 y dos sujetos respondieron 6, en total el 20% de la población genera una señal de alarma puesto que pueden sentir temor por no tener una relación de pareja, o por sentir que no es amado

Pregunta 18: Siento una fuerte sensación de vacío cuando estoy solo.

Tabla 22 Resultados pregunta 18.

Respuesta	Cantidad
1	6
2	5
3	7
4	0
5	1
6	1
Total general	20

Gráfica 19 Porcentaje de respuestas en la pregunta 18.



Según la tabla anterior se puede referir que de los 20 estudiantes a los que se les realizó la aplicación se encontró que un sujeto respondió 5 y un sujeto respondió 6, en total el 10% de la población genera una señal de alarma puesto que pueden sentir temor por no tener una relación de pareja, o por sentir que no es amado, pero es importante recalcar que genera alivio que el 90% de la población no siente ese temor tan predominante.

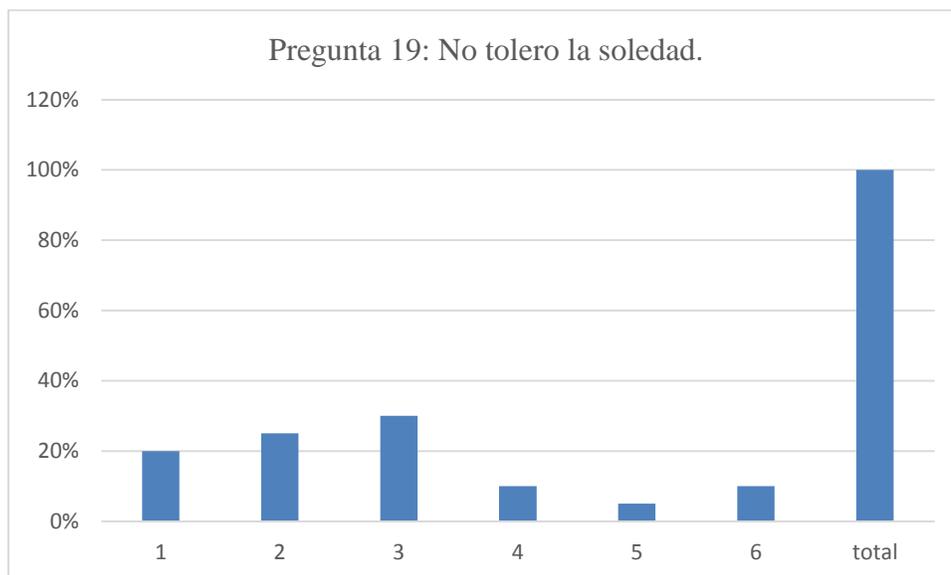
Pregunta 19: No tolero la soledad.

Tabla 23 Resultados pregunta 19.

Respuesta	Cantidad
1	8
2	2
3	8
4	1
5	0

6	1
Total general	20

Gráfica 20 Porcentaje de respuestas en la pregunta 19.



Según la tabla anterior se puede referir que de los 20 estudiantes a los que se les realizó la aplicación se encontró que un sujeto respondió 4 y un sujeto respondió 6, en total el 10% de la población genera una señal de alarma puesto que pueden sentir temor por no tener una relación de pareja, o por sentir que no es amado, pero es importante recalcar que genera alivio que el 90% de la población no siente ese temor tan predominante.

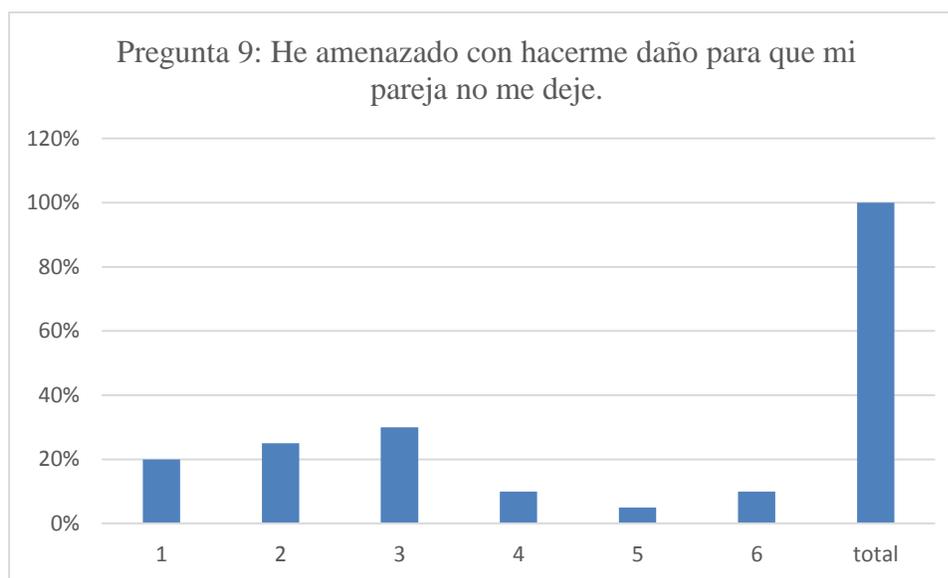
Así mismo, según el análisis por cada pregunta que compone el factor miedo a la soledad y sus respectivas gráficas, se encuentra con un porcentaje total del 13% en señal de alarma, analizándolo desde la respuesta 4 hasta la respuesta 6.

Factor 5: Expresión Límite

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

Tabla 24 Resultados pregunta 9.

Respuesta	Cantidad
1	17
2	2
3	1
4	0
5	0
6	0
Total general	20

Gráfica 21 Porcentaje de respuestas en la pregunta 9.

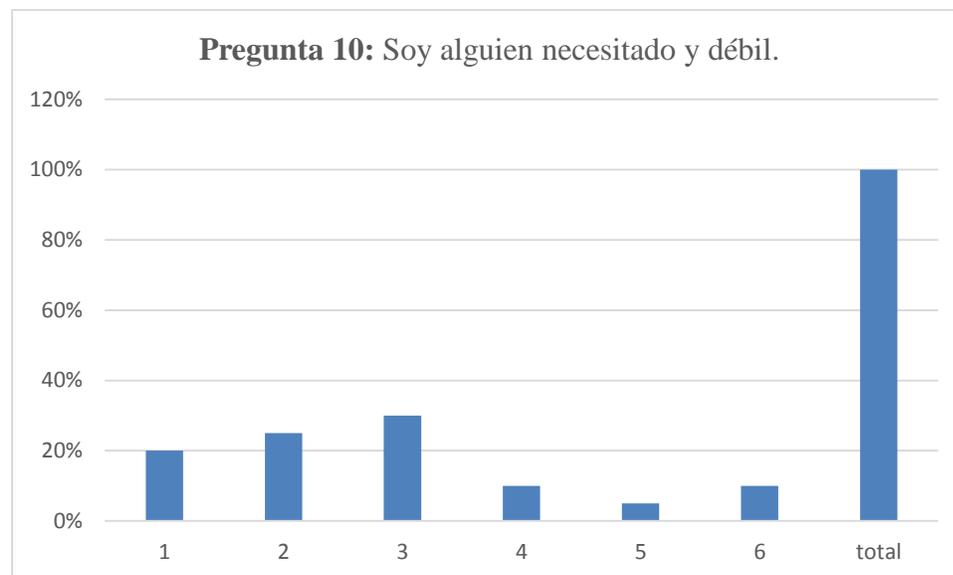
Según la tabla anterior se muestra que de los 20 estudiantes a los que se les realizó la aplicación del cuestionario se encontró que cero sujetos seleccionaron algunas de las respuestas 4, 5 y 6, por lo tanto, en total el 0% de la población seleccionada generan una señal de alarma, puesto que, no realizan acciones encaminadas a autoinfligirse daño con el objetivo de que su pareja no los abandone.

Pregunta 10: Soy alguien necesitado y débil.

Tabla 25 Resultados pregunta 10.

Respuesta	Cantidad
1	10
2	4
3	4
4	0
5	1
6	1
Total general	20

Gráfica 22 Porcentaje de respuestas en la pregunta 10.



Según la tabla anterior se muestra que de los 20 estudiantes que realizaron la aplicación del cuestionario, ningún sujeto seleccionó la respuesta 4, no obstante, uno seleccionó la respuesta 5 y uno seleccionó la respuesta 6, por lo tanto, el 10% de la población seleccionada se considera como alguien necesitado y débil reflejando cierto grado de necesidad frente a su

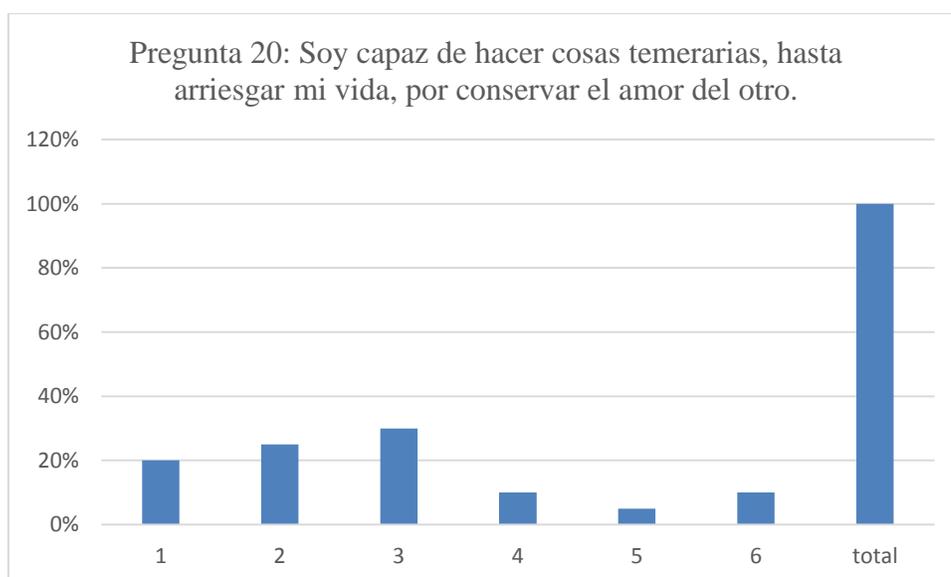
pareja.

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

Tabla 26 Resultados pregunta 20.

Respuesta	Cantidad
1	10
2	2
3	4
4	2
5	0
6	2
Total general	20

Gráfica 23 Porcentaje de respuestas en la pregunta 20.



Según la tabla anterior, se visualiza que de los 20 estudiantes que realizaron el cuestionario se encuentra que dos de los sujetos seleccionaron la respuesta 4, ninguno

selecciona la respuesta 5 y dos seleccionan la respuesta 6, por lo tanto, en total el 20% de la población genera una señal de alarma, puesto que, manifiesta ser capaz de hacer cosas temerarias, incluso arriesgar la vida, por conservar el amor del otro.

Así mismo, según el análisis por cada pregunta que compone el factor expresión límite y sus respectivas gráficas, se encuentra con un porcentaje total del 10% en señal de alarma, analizándolo desde la respuesta 4 hasta la respuesta 6.

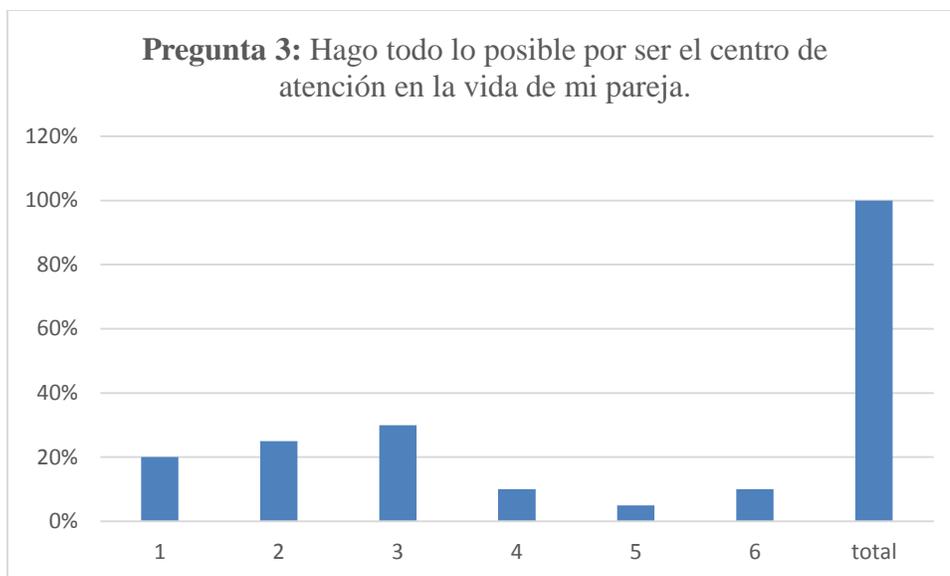
Factor 6: Búsqueda de atención

Pregunta 3: Hago todo lo posible por ser el centro de atención en la vida de mi pareja.

Tabla 27 Resultados pregunta 3.

Respuesta	Cantidad
1	4
2	4
3	4
4	2
5	4
6	2
Total general	20

Gráfica 24 Porcentaje de respuestas en la pregunta 3.



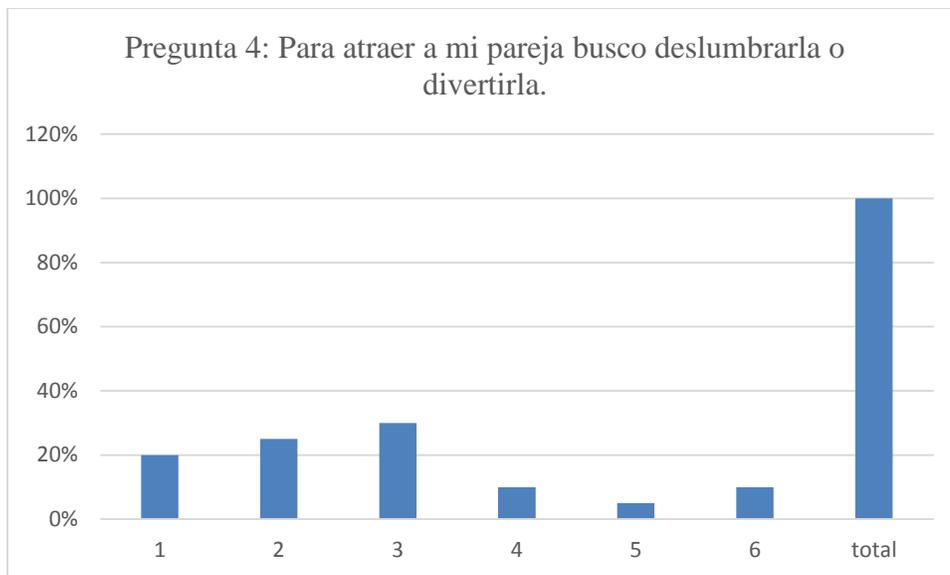
Según la tabla anterior se muestra que de los 20 estudiantes a los que se les realizó la aplicación del cuestionario se encuentra que dos de los sujetos seleccionaron la respuesta 4, cuatro seleccionaron la respuesta 5 y dos seleccionaron la respuesta 6, por lo tanto, en total el 40% de la población seleccionada generan una señal de alarma, puesto que, manifiestan hacer todo lo posible por ser el centro de atención en la vida de su pareja.

Pregunta 4: Para atraer a mi pareja busco deslumbrarla o divertirla.

Tabla 28 Resultados pregunta 4.

Respuesta	Cantidad
1	4
2	5
3	6
4	2
5	1
6	2
Total general	20

Gráfica 25 Porcentaje de respuestas en la pregunta 4.



Según la tabla anterior, se muestra que de los 20 estudiantes a los que se le realizó la aplicación del cuestionario se encontró que dos sujetos seleccionaron la respuesta 4, un sujeto seleccionó la respuesta 5 y dos sujetos seleccionaron la respuesta 6, por consiguiente, el 25% de la población seleccionada manifiesta que para atraer a la pareja busca deslumbrarla o divertirla generando a partir de esto una señal de alarma.

Así mismo, según el análisis por cada pregunta que compone el factor búsqueda de atención y sus respectivas gráficas, se encuentra con un porcentaje total del 32% en señal de alarma, analizándolo desde la respuesta 4 hasta la respuesta 6.

Discusión de resultados

A continuación se van a presentar la discusión de resultados según las respuestas obtenidas por medio del cuestionario de dependencia emocional, así mismo, se presenta un 28% como señal de alarma en la estudiantes seleccionados en el factor de ansiedad por separación, puesto que, se miraron desde la respuesta 4 al 6 , recordando que la respuesta 4 es moderadamente verdadero de mí, la respuesta 5 es la mayor parte verdadero de mí y la respuesta 6 menciona que lo describe perfectamente, entendiéndose así, que el 28% de la población se puede sentir identificada con un miedo constante que produce el pensamiento de que su pareja pueda irse o dejarlo totalmente solo, teniendo temor por el abandono o distanciamiento de la misma. Algunos pensamientos que pueden tener son: “Me preocupa la idea de ser abandonado por mi pareja”, “Si mi pareja no llama o aparece a la hora no acordada me angustia pensar que está enojado conmigo”, “Cuando mi pareja debe ausentarse por algunos días me siento angustiado”, “Cuando discuto con mi pareja me preocupa que deje de quererme”, entre otros, generando un miedo constante al abandono de su pareja como ya se había mencionado anteriormente. (Lemos M. & Londoño, N.H. 2006)

Seguidamente, se analiza el factor de expresión afectiva, el cual se presenta un 40% en los estudiantes cuestionados, en este caso es el factor más predominante en los estudiantes, en donde se pueden identificar según Lemos M. & Londoño, N.H. (2006) como la necesidad de la persona de tener constantes expresiones de afecto de su pareja, reafirmando así el amor que se sienten para así calmar la sensación de inseguridades, hay que resaltar que la desconfianza por el amor que pueda sentir la pareja y la necesidad de tener un amor totalmente incondicional pueden llevar a la dependencia emocional, exigiendo así constantes expresiones de amor o afecto, para asegurarse de que realmente se sienta amado.

De acuerdo a lo anteriormente mencionado, se consigue inferir que pueden tener

pensamientos como: “Necesito constantemente expresiones de afecto de mi pareja”, “Necesito demasiado que mi pareja sea expresiva conmigo”, “Necesito tener a una persona para quien yo sea más especial que los demás”, “Me siento muy mal si mi pareja no me expresa constantemente el afecto” (Lemos M. & Londoño, N.H. 2006), mostrando así que siendo uno de los factores más predominantes los adolescentes buscan constantes expresiones de afecto en su pareja y tienen la necesidad de poseer una persona que ellos puedan sentir que son más especiales que los demás.

Posteriormente se analiza el factor de modificación de planes que está en una prevalencia del 32% en la población encuestada, por lo tanto, se puede inferir que constantemente suelen cambiar las actividades, planes y comportamientos que se derivan de los deseos de su pareja ya sea implícitamente o explícitamente solo por el hecho de satisfacer a la pareja o la simple posibilidad de compartir mayor tiempo con ella. Teniendo en cuenta esto, menciona Lemos M. & Londoño, N.H. (2006) que para el dependiente emocional su pareja es el centro de su vida, de tal forma que no existe nada más importante, incluyéndose a sí mismo. Adicionalmente, este comportamiento hace referencia al deseo de exclusividad del dependiente emocional, el cual se da en ambos sentidos, tanto del dependiente que deja de involucrarse en otras actividades para estar enteramente dispuesto para su pareja, como en el deseo que su pareja realice lo mismo (Castelló, 2005). En este factor, se consigue inferir que pueden tener pensamientos como: “Si mi pareja me propone un programa dejo todas las actividades que tenga para estar con ella”, “Si tengo planes y mi pareja aparece los cambio sólo por estar con ella”, “Me divierto sólo cuando estoy con mi pareja”, “Me alejo demasiado de mis amigos cuando tengo una relación de pareja”, por ende, el individuo deja de último sus prioridades para satisfacer las necesidades o prioridades de su pareja. Lemos M. & Londoño, N.H. (2006)

De acuerdo con lo anterior, se analiza también el factor del miedo a la soledad con una prevalencia de un 13%, el cual es uno de los factores menos predominantes junto con el de

expresión límite. Se consigue entender que este pequeño porcentaje puede sentir temor por no tener una relación de pareja, o por sentir que no es amado. Es importante recalcar que Castelló (2005) ha afirmado que el dependiente, por encima de cualquier cosa, es consciente de su necesidad del otro, de no poder vivir sin su pareja, de la necesidad de contar con el otro y tenerlo a su lado. En esta subescala pueden tener pensamientos como: “Me siento desamparado cuando estoy solo”, “No tolero la soledad”, y “Siento una fuerte sensación de vacío cuando estoy solo”. (Lemos M. & Londoño, N.H. 2006)

Seguidamente, se analiza el factor expresión límite teniendo una prevalencia del 10% en los estudiantes encuestados, como se había mencionado anteriormente es el factor con menor prevalencia, pero la minoría podría sentir según Lemos M. & Londoño, N.H. (2006), un miedo constante de estar y/o enfrentarse a la soledad pensando que pueden perder el sentido de su vida sin su pareja, en base a esto, pueden tener manifestaciones impulsivas llegando a autolastimarse como posible estrategia para que su pareja no los abandone. En este factor las personas pueden tener pensamientos o acciones como: “amenazar con hacerme daño para que mi pareja no me deje”, “Soy alguien necesitado y débil”, “Soy capaz de hacer cosas temerarias, hasta arriesgar mi vida, por conservar el amor del otro”.

Por último, se encuentra el análisis de la búsqueda de atención con una prevalencia del 32%, por consiguiente, se puede inferir que el porcentaje de la población puede sentir la necesidad de la búsqueda activa de atención de la pareja para asegurar su permanencia en la relación y tratar de ser el centro en la vida de éste(a). Se expresa a través de la necesidad psicológica que el dependiente tiene hacia su pareja (Castelló, 2005). La búsqueda de atención podría verse como una tendencia histriónica que se presenta en algunos dependientes emocionales (Morse, Robins & Gittes-Fox, 2002 citado en Lemos M. & Londoño, N.H. 2006), aunque debe aclararse que esta búsqueda puede hacerse también por otros medios, tales como la asunción de una posición pasiva y sumisa, si esto es lo que la pareja desea (Bornstein, 1998a,

1998b Lemos M. & Londoño, N.H. 2006).

Esta búsqueda responde también a ese deseo del dependiente emocional de tener la atención de su pareja en forma exclusiva, de tal forma que lleva a cabo lo que sea necesario para tener siempre su atención (Castelló, 2005). Las personas con estos rasgos suelen tener pensamientos como: “Hago todo lo posible por ser el centro de atención en la vida de mi pareja”, “Para atraer a mi pareja busco deslumbrarla o divertirla” (Lemos M. & Londoño, N.H. 2006). Es importante mencionar que los factores más predominantes en el grado 10 y 11, fueron expresión afectiva, búsqueda de atención y modificación de planes, entendiéndose así que pueden presentar rasgos de dependencia emocional en estas áreas.

Conclusiones

A partir de los resultados obtenidos mediante el cuestionario de dependencia emocional de Lemos y Londoño (2006) en la población estudiada, se puede concluir que, el nivel de dependencia emocional en los estudiantes de décimo y once grado de la institución educativa Bilingüe Londres se considera alto respecto a las respuestas suministradas por los mismos, presentándose prevalencia en algunas conductas más que en otras, como lo es en expresión afectiva, en modificación de planes y en búsqueda constante de atención de la pareja, identificando así, que el porcentaje de estudiantes que se sienten familiarizados con estos factores, son individuos que pueden tener conductas dependientes a su pareja, modificando sus planes a última hora para complacer a su pareja, queriendo ser el centro de atención de su vida y tener la necesidad de que su pareja muestre un afecto constantemente para sentirse querido y aceptado.

Por otro lado, el menor grado de incidencia en la población se ubica en el factor de expresión límite con un 10%, por lo tanto, un porcentaje bajo de la población presenta conductas encaminadas a acciones impulsivas de autoagresión y pérdida del sentido de la vida en concordancia a la posible ruptura de la relación, sin embargo, se considera la importancia de tener en cuenta acciones para contrarrestar este tipo de conductas en la población, aunque el porcentaje sea bajo debido a las importantes consecuencias que puede representar la expresión límite en los adolescentes. No obstante, en cuanto a la prevalencia del factor de ansiedad por separación se encuentra en un 28% en la población el cual hace referencia a las expresiones emocionales del miedo que se producen ante la posibilidad de disolución de la relación y el factor de miedo a la soledad con un 13% de prevalencia, este factor se refiere a el temor por no tener una relación de pareja, o por sentir que no es amado.

Cada uno de los factores anteriormente mencionados, aunque tengan un porcentaje alto o bajo respectivamente requiere de especial atención, debido a la implicación que tendría en los

adolescentes poseer conductas que puedan conllevar a la dependencia emocional y a establecer relaciones de pareja insanas. Por lo tanto, se tiene en cuenta que la población adolescente se considera como un grupo poblacional vulnerable, no solo por los cambios generados en esta etapa, sino, por su capacidad de afrontamiento ante situaciones difíciles que puede exponer a la población a la realización de conductas nocivas o perjudiciales para sí mismos o para otros. Además de esto, se considera que la población seleccionada es pertinente en relación a la dependencia emocional debido a lo anteriormente mencionado, y que el instrumento seleccionado para esta investigación permite dar cumplimiento a los objetivos establecidos para la misma. De esta manera se determina el nivel de dependencia emocional en parejas adolescentes dentro de la población seleccionada, recolectando la información a partir de los factores del cuestionario de dependencia emocional generando una relación en los resultados obtenidos.

Es importante tener en cuenta la relevancia sobre la atención en salud mental, para así poder prevenir las consecuencias que conlleva una relación con dependencia emocional, también así, mejorar o disminuir la sintomatología que pueden presentar algunos estudiantes a raíz de una relación que puede ocasionar un gran impacto en sus vidas, evitando posibles relaciones disfuncionales a futuro y fomentando la priorización de su salud mental.

Recomendaciones

Se refleja la importancia de desarrollar una investigación de este tipo desde el abordaje cualitativo que permita indagar otros aspectos relevantes en torno a la dependencia emocional en población adolescente, aunque el abordaje cuantitativo del que se da aplicación en esta investigación permite recolectar información estadística relevante para generar deducciones en relación al tema, se considera que el abordaje cualitativo puede tomar en cuenta aspectos particulares en la población reconociendo datos importantes que podrían no detectarse desde la investigación cuantitativa, debido a que puede proporcionar información de tipo individual y mas profunda de la población.

Otra de las recomendaciones radica desde el punto de vista de la población, aunque se considera que la adolescencia es una etapa relevante a tener en cuenta debido al gran número de cambios y nuevas experiencias que convierte a esta población en una de las más vulnerables, también se estima que la población adulta podría poseer una considerable incidencia en dependencia emocional, debido a otros aspectos a tener en cuenta como lo es el matrimonio, la unión libre, el tiempo de relación, los vínculos afectivos creados como lo son los hijos.

También, se recomienda realizar la investigación de dependencia emocional desde una modalidad presencial, generando de esta manera una aproximación más adecuada a la población, que permita realizar las especificaciones requeridas, mayor agilidad en la resolución de consultas y dudas, entrar en contacto directo con la población seleccionada, mayor interacción e intercambio, permitiendo detectar mayor información que pueda ser relevante para la investigación. Así mismo, se recomienda la aplicación de otro u otros instrumentos que permitan aumentar la validez de la investigación y ampliar la información detectada, reduciendo de esta manera posibles sesgos, puesto que, la aplicación de otras herramientas para detectar la dependencia emocional puede estar encaminada al estudio y evaluación de otros aspectos que

ayudarían a determinar la prevalencia o no de la misma en la población.

Agregado a lo anterior, se recomienda además abordar la dependencia emocional desde la prevención de la misma, promoviendo en las poblaciones más jóvenes estrategias que les permitan hacer conciencia de conductas encaminadas a este patrón psicológico, buscando de esta manera reducir estos comportamientos y generar relaciones interpersonales sanas desde la juventud que permitan en el desarrollo de la adultez establecer vínculos de pareja sólidos y estables.

Referencias

- Abreu, J. (2012). Hipótesis, método & diseño de investigación (hypothesis, method & research design). *Daena: International Journal of Good Conscience*, 7(2), 187-197.
<http://www.spentamexico.org/v7-n2/7%282%29187-197.pdf>
- Aiquipa Tello, J. J. (2015). Dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja. *Revista de Psicología (PUCP)*, 33(2), 411-437.
<http://www.scielo.org.pe/pdf/psico/v33n2/a07v33n2>
- Álvarez Vélez, B. A. (2021). Ruta de atención psicológica idiográfica para el abordaje de víctimas de violencia de pareja.
<https://repository.javeriana.edu.co/bitstream/handle/10554/54349/RUTA%20DE%20ATENCI%20PSICOLOGICA%20EN%20CASOS%20DE%20VP%20BEATRIZ%20ALVAREZ%20MAESTRIA%20PSICOLOGIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Arias, F. (2012). *El Proyecto de Investigación. Introducción a la metodología científica*. (6ª Edición). Caracas: Editorial Episteme.
https://www.researchgate.net/publication/301894369_EL_PROYECTO_DE_INVESTIGACION_6a_EDICION
- Beraún, H. & Poma, E. (2020). La dependencia emocional como factor de riesgo en la violencia familiar, un problema de salud pública. *Revista Peruana de Ciencias de la Salud*, 2(4), 240-249. <http://revistas.udh.edu.pe/index.php/RPCS/article/view/226e>
- Bordignon, N. A. (2005). El desarrollo psicosocial de Eric Erikson. El diagrama epigenético

del adulto. *Revista Lasallista de investigación*, 2(2), 50-63.
<https://www.redalyc.org/pdf/695/69520210.pdf>

Bornstein, R. F. (1992). The dependent personality: Developmental, social, and clinical perspectives. *Psychological Bulletin*, 112(1), 3. <https://psycnet.apa.org/record/1992-39418-001>

Bregman, C., López-López, W., & García, F. (2015). La psicología clínica en las publicaciones hispanoamericanas: Un análisis bibliométrico del período 2012-2014. *Terapia psicológica*, 33(3), 205-219.
https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-48082015000300005

Cantero, F. P. (1996). Aproximación biológica al estudio de la emoción. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 12(1), 61-86.
<https://revistas.um.es/analesps/article/view/30251>

Cañete, E. P., & Novas, F. P. (2012). Resolución de conflictos de pareja en adolescentes, sexismo y dependencia emocional. *Quaderns de psicologia. International journal of psychology*, 14(1), 45-60.
<https://raco.cat/index.php/QuadernsPsicologia/article/view/254304>

Capafóns, J. y Sosa, D. (2015). RELACIONES DE PAREJA Y HABILIDADES SOCIALES: EL RESPETO INTERPERSONAL. *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*, 23(1). Pp. 25-34 https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2018/10/02.Capafons_23-1oa-1.pdf

Cárdenas Ruiz, V. A., Neves de Pinho, D., & Sanjuán Botello, M. I. (2019). Esquemas cognitivos y codependencia emocional en mujeres de 21 a 46 años del asentamiento urbano caracoles de la ciudad de Cúcuta. <https://hdl.handle.net/20.500.12442/6082>

- Carvajal Quintero, L. E., Peña Barrera, D. R., & Ramírez Mora, D. J. (2018). Dependencia Emocional en Mujeres Víctimas de Violencia de Género, En los Procesos Tramitados Bajo La comisaria De Familia De Cúcuta, Del Barrio Panamericano, Comuna 6. <https://bonga.unisimon.edu.co/handle/20.500.12442/3478>
- Casas, J. (2014). Psicología clínica: revisión contextual y conceptual. *Revista Electrónica Psyconex*, 6(9), 1-20. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/Psyconex/article/view/22435>
- Castelló, J. (2000). Análisis del concepto dependencia emocional. *In I Congreso Virtual de Psiquiatría* (Vol. 5, No. 8). <http://files.psicodx-funccog-personalidad.webnode.com.co/200000057-412c14225d/dependencia%20emocional.pdf>
- Congost, S. (2011). Manual de dependencia emocional afectiva. <https://psicopedia.org/wp-content/uploads/2014/02/GUIA-DEPENDENCIA+EMOCIONAL.pdf>
- Cuenca, E. (2006). *Fundamentos de Fisiología*. Thomson. Editores IT, editor. España; 2006.
- Erikson, E. H. (1970). *Infancia y sociedad*. *In Infancia y sociedad*. <http://bloguamx.byethost10.com/wp-content/uploads/2015/04/infancia-y-sociedad-erikson.pdf?i=1>
- Erikson, E. H. (1998). *O ciclo de vida completo*. Artes Médicas. <https://www.raco.cat/index.php/EducacioSocial/article/download/238983/369182/>
- ERIKSON, E. H. I. (1987). *Juventude e crise*. Editora Guanabara. Rio de Janeiro 2ª Edição
- Estela, H. G., & Zavala, R. L. Z. L. (2016). DEPENDENCIA EMOCIONAL COMO FACTOR DE RIESGO PARA LA VIOLENCIA DE PAREJA EN MUJERES DEL SECTOR PARAÍSO-CORREGIMIENTO MATEO ITURRALDE-DISTRITO DE SAN

MIGUELITO–PANAMÁ. REVISTA TENDENCIAS EN PSICOLOGÍA, *Tendencias en Psicología* 1(2), 25-35.

http://mail.upagu.edu.pe/files_ojs/journals/22/articles/332/submission/proof/332-97-1162-1-10-20161207.pdf

Fernández Molina, M. N. (2004). *La psicología clínica en España*. [Tesis doctoral, Universidad Complutense de Madrid] <https://eprints.ucm.es/id/eprint/4706/>

Fernández, M. (2015). *El proceso de idealización en las relaciones de pareja-una revisión de la literatura (Bachelor's thesis, Uniandes)* [Tesis de grado, Universidad de los Andes, Colombia]. <https://repositorio.uniandes.edu.co/handle/1992/17687>

Fernández-Abascal, E. G., Rodríguez, B. G., Sánchez, M. P. J., Díaz, M. D. M., & Sánchez, F. J. D. (2010). *Psicología de la emoción. Editorial Universitaria Ramón Areces*.

Gómez, M. P., Delgado, A. O., & Gómez, Á. H. (2014). Violencia en relaciones de pareja de jóvenes y adolescentes. *Revista latinoamericana de psicología*, 46(3), 148- 159. <https://www.redalyc.org/pdf/805/80533065002.pdf>

Haquin, C., Larraguibel, M., & Cabezas, J. (2004). Factores protectores y de riesgo en salud mental en niños y adolescentes de la ciudad de Calama. *Revista chilena de pediatría*, 75(5), 425-433. https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0370-41062004000500003

Health Canada (1995). *Dating violence. National Clearinghouse on Family Violence. En A.*

Hernández García, E. (2016). Dependencia emocional en las relaciones de pareja de los/las adolescentes del Puerto de la Cruz. <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/3582/DEPENDENCIA+EMOCIONAL+EN+LAS+RELACIONES+DE+PAREJA+DE+LOSLAS+ADOLESCENTES+DEL>

[+PUERTO+DE+LA+CRUZ.pdf;jsessionid=19478DBF67E8CC33A3DEA2D59CDFAD86?sequence=1](http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf)

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2003). Metodología de la investigación. Ciudad de México. Mc Graw Hill. <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>

Hernando (2007). La prevención de la violencia de género en adolescentes. Una experiencia en el ámbito educativo. *Apuntes de Psicología*, 26(3), 325–340. https://www.researchgate.net/publication/28200136_La_prevenccion_de_la_violencia_de_genero_en_adolescentes_Una_experiencia_en_el_ambito_educativo

Hernando-Gómez, Á., Maraver-López, P., & Pazos-Gómez, M. (2016). Experiencias positivas y negativas en las relaciones de pareja de jóvenes y adolescentes. *Revista de psicología (Santiago)*, 25(2), 01-19. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/revpsicol/v25n2/art07.pdf>

Hoyos, M. L., Jaramillo, C. J., Gonzales, A., León, Z. T. D., & De la Ossa, D. (2012). Perfil cognitivo de la dependencia emocional en estudiantes universitarios en Medellín, Colombia. *Universitas Psychologica*, 11(2), 395-404. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-92672012000200004

Huerta, R., Ramírez, N., Ramos, J., Murillo, L., Falcón, C., Misare, M., & Sánchez, J. (2016). Esquemas cognitivos disfuncionales y dependencia emocional en mujeres con y sin violencia en la relación de pareja de la ciudad de Lima. *Revista de investigación en psicología*, 19(2), 145-162. <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/12895>

- Izquierdo, M. (2013). Dependencia afectiva. En la Revista de psicología avances de las disciplinas. <http://www.redalyc.org/pdf/2972/297226904011.pdf> Bogotá Colombia.
- Jaller Jaramillo, C., & Lemos Hoyos, M. (2009). Esquemas desadaptivos tempranos en estudiantes universitarios con dependencia emocional. *Acta Colombiana de Psicología*, Vol. 12, no. 2 (jul.-dic. 2009); p. 77-83. <https://www.redalyc.org/pdf/798/79815640008.pdf>
- Kandel, E. (2000). Principles of Neural science. New York, USA: McGraw Hill. Korb S., Korb, S., Grandjean, D. & Scherer (2008). *Motor Commands of Facial Expressions: The Bereitschaftspotential of Posed Smiles*. https://www.researchgate.net/publication/5517606_Motor_Commands_of_Facial_Expressions_The_Bereitschaftspotential_of_Posed_Smiles
- Lavielle-Sotomayor, P., Jiménez-Valdez, F., Vázquez-Rodríguez, A., del Carmen Aguirre-García, M., Castillo-Trejo, M., & Vega-Mendoza, S. (2014). Impacto de la familia en las conductas sexuales de riesgo de los adolescentes. *Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social*, 52(1), 38-43. <https://www.redalyc.org/pdf/4577/457745480010.pdf>
- Mamani-Benito, O. J., Brousett-Minaya, M. A., Ccori-Zúñiga, D. N., & Villasante-Idme, K. S. (2018). La inteligencia emocional como factor protector en adolescentes con ideación suicida. *Duazary*, 15(1), 39-50. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6258007.pdf>
- Martínez, C. B. (2007). Emociones y cerebro. *Revista de la Real Academia de Ciencias Exactas, Físicas y Naturales, Real Academia de Ciencias Exactas, Físicas y Naturales*.101(1), 59-68. <https://rac.es/ficheros/doc/00472.pdf?>

- Mejía, D. I. L., de Yahya, A. V., Méndez-Díaz, M., & Mendoza-Fernández, V. (2009). El sistema límbico y las emociones: empatía en humanos y primates. *Psicología iberoamericana*, 17(2), 60-69. <https://www.redalyc.org/pdf/1339/133912609008.pdf>
- Moliniva, P., Alejandra, M., & Toscano Gonzalez, A. L. (2019). Influencia de la etapa de duelo por separación o muerte del cónyuge en la autoestima y la participación ocupacional del adulto mayor no institucionalizado de comfanorte de San José de Cúcuta, 2018. <https://repositorio.udes.edu.co/bitstream/001/4182/1/INFLUENCIA%20DE%20LA%20ETAPA%20DE%20DUELO%20POR%20SEPARACI%c3%93N%20O%20MUERTE%20DEL%20CONYUGUE%20EN%20LA%20AUTOESTIMA%20Y%20LA%20PARTIC.pdf>
- Momeñe, J., Jáuregui, P., & Estévez, A. (2017). El papel predictor del abuso psicológico y la regulación emocional en la dependencia emocional. *Psicología conductual*, 25(1), 65. https://www.researchgate.net/publication/317023470_El_papel_predictor_del_abuso_psicologico_y_la_regulacion_emocional_en_la_dependencia_emocional
- Moral Jiménez, M. & Sirvent, C. (2008). Dependencias sentimentales o afectivas: etiología, clasificación y evaluación. *Revista española de drogodependencia*. 33 (2). 150-167. https://www.aesed.com/descargas/revistas/v33n2_2.pdf
- Morgado, I. (1999). Emoción, recompensa y castigo. *Arbor*, 162(640), 523. [https://arbor.revistas.csic.es/index.php/arbor/article/view/1658#:~:text=El%20dolor%2C%20el%20placer%20y,castigos\)%20que%20gu%C3%ADa%20el%20comportamiento](https://arbor.revistas.csic.es/index.php/arbor/article/view/1658#:~:text=El%20dolor%2C%20el%20placer%20y,castigos)%20que%20gu%C3%ADa%20el%20comportamiento).
- Moya, M. y Álvarez, V. (Eds), Aproximación al tratamiento integral del alcoholismo (pp. 155-177). Valencia: FARE.
<http://www.pnsd.mssi.gob.es/Categoria2/publica/pdf/MonografiaFARE.pdf>

- Navarro, E., Tomás, J. M., & Oliver, A. (2006). Factores personales, familiares y académicos en niños y adolescentes con baja autoestima. *Boletín de psicología*, 88(1), 7-25.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2281290>
- Niño, D., & León, N. (2015). Relación entre dependencia emocional y afrontamiento en estudiantes universitarios. *Revista electrónica psyconex*, 7(10), 1-27.
<https://revistas.udea.edu.co/index.php/Psyconex/article/view/23127>
- Patton, S. (2007). *El coraje de ser tú misma*. (2 ed.). España: EDAF. Crecimiento interior. Madrid.
- Pita, S., & Pértegas, S. (2002). Investigación cuantitativa y cualitativa. *Cad Aten Primaria*, 9, 76-78. http://fisterra.com/mbe/investiga/cuanti_cuali/cuanti_cuali2.pdf
- Purves, D., Cabeza, R., Huettel, S., LaBar, K. y Woldorff, M. (2004). *Neuroscience*. Sunderland, Massachusetts, USA: Sinauer Associates Inc.
<https://www.sinauer.com/media/wysiwyg/tocs/PrinciplesCogNeuro2.pdf>
- Ramos Linares, V., Piqueras Rodríguez, J. A., Martínez González, A. E., & Oblitas Guadalupe, L. A. (2009). Emoción y Cognición: Implicaciones para el tratamiento. *Terapia psicológica*, 27(2), 227-237.
https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-48082009000200008
- Reyes, S. (2018). *Dependencia emocional e intolerancia a la soledad*. [Tesis de Grado, Universidad Rafael Landivar].
<http://biblio3.url.edu.gt/publijrcifuentes/TESIS/2018/05/22/Reyes-Sulma.pdf>
- Ríos, A. (s.f.). Las emociones. *aecc contra el cáncer*.
<https://www.contraelcancer.es/sites/default/files/migration/actualidad/publicaciones/do>

[cumentos/las-emociones.pdf](#)

Ríos, O., & Christou, M. (2010). Más allá del lenguaje sexista: Actos comunicativos en las relaciones afectivo-sexuales de los y las adolescentes. *Revista signos*, 43, 311-326.

<https://core.ac.uk/download/pdf/201004907.pdf>

Rodríguez de Medina Quevedo, I. (2013). La dependencia emocional en las relaciones interpersonales. <https://digibug.ugr.es/handle/10481/27754>

Rodríguez, J. (1998). Psicología de la salud y psicología clínica. *Papeles del psicólogo*, 69, 41-47. <http://www.papelesdelpsicologo.es/resumen?pii=772>

Rodríguez, M. (2010). *Métodos de investigación: diseño de proyectos y desarrollo de tesis en ciencias administrativas, organizacionales y sociales*. Culiacán: Universidad Autónoma de Sinaloa.

Rosillo, M. (2019). Adolescencia y soledad. [Tesis de grado, universidad pontificia, Madrid].

<https://repositorio.comillas.edu/xmlui/bitstream/handle/11531/31382/TFG-%20Rosillo%20LApez-BarrajAn%2c%20Matilde.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Saavedra, J., Díaz, W., Zúñiga, C., Navia, C. y Zamora, T. (2015). Correlación funcional del sistema límbico con la emoción, el aprendizaje y la memoria. *Morfología*, 7(2), 29-44.

<https://revistas.unal.edu.co/index.php/morfologia/article/view/52874/52541>

Salovey, P., & Mayer, J. (1990). Inteligencia emocional. *Imaginación, conocimiento y personalidad*, 9(3), 185-211.

https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/40394256/Inteligencia_emocional_wiki-with-cover-page-v2.pdf?Expires=1636782497&Signature=TiibqiL5GaaN4tNoK0ePD~pb5eBC1ZOc3qRRKgBZ72sEJkMVjW2h7z~8Cu6hj39NYI2G74c8oYCa3BD5SyRN2IZ9xL2fkY6dv

[2jnoUtAD-
fEoDVkzvAbiV8ArBMey0OCKVZflfKfD7qrHDxPPTwbNzu7XIFx29Hted~rxbmTP-
1zAqIJQem0fldO9sHsxUqgVXsMIOrcJEqk9JiJLkTbwOzYMO3ry37nh~hMKFP5hE
KNQpXSycaDqflURRTbbMgCRZpw9CSFbRWXmL5a-
yfZXng04qdcUeFliWLuqWWLNIRSkJsAQIxRDKXmI5rHC-
7UV14vaYn~oorN34cDjj6xjQ &Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA](#)

Schaeffer, B. (1998) *¿Es amor o es adicción?* Barcelona: Apóstrofe

Scharager, J., & Reyes, P. (2001). Muestreo no probabilístico. Pontificia Universidad Católica de Chile, Escuela de Psicología, 1-3. https://scholar.google.cl/citations?view_op=view_citation&hl=en&user=E-vgrsYAAAAJ&citation_for_view=E-vgrsYAAAAJ:KlAtU1dfN6UC

Trinidad, C. y Ureña, A. (2009). Tratamiento social. En López, A., González, M., Stretti, S., Sánchez, S., Pascual, F., Trinidad, C., Ureña, A., Pastor, A., Bombín, A., Martín, M., Moya, M. y Álvarez, V. (Eds), *Aproximación al tratamiento integral del alcoholismo* (pp. 155-177). Valencia: FARE. <http://www.pnsd.msssi.gob.es/Categoria2/publica/pdf/MonografiaFARE.pdf>

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://www.elsevier.es/es-revista-ansiedad-estres-242-articulo-dependencia-emocional-jovenes-relacion-con-S1134793716300537>

Villa Moral, ;, Garcia, A., Glenda, C. 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.

<https://www.redalyc.org/pdf/2451/245153986004.pdf>

Villegas, M. & Sánchez, N. (2013). Dependencia emocional en un grupo de mujeres denunciantes de maltrato de pareja. *Textos y sentidos*, (7), 10-29.

<https://revistas.ucp.edu.co/index.php/textosysentidos/article/view/510>