

Dependencia emocional en parejas con relaciones afectivas como noviazgo, unión libre y matrimonio.

Karen Dayana García Pérez

Cód. 1007402721

Keyla Yuraima Parra Medina

Cód. 1090529890



Universidad de Pamplona

Facultad de Salud

Programa de Psicología

Cúcuta

2021

Dependencia emocional en parejas con relaciones afectivas como noviazgo, unión libre y matrimonio.

Karen Dayana García Pérez

Cód. 1007402721

Keyla Yuraima Parra Medina

Cód. 1090529890

Monografía para optar el título de Psicología

Directora:

Psi. Esp. Dora Carolina Orduz Moreno

Universidad de Pamplona

Facultad de Salud

Programa de Psicología

Cúcuta

2021

Contenido

Resumen..... 8

Abstract 9

Introducción 10

PROBLEMA DE INVESTIGACION 13

 Formulación del problema 13

 Planteamiento del problema 13

 Descripción del problema..... 15

Justificación de la investigación 16

Objetivos 18

 General 18

 Específicos 18

ESTADO DEL ARTE..... 19

 Internacional..... 19

 Nacional 24

 Regional 27

MARCO TEÓRICO..... 31

 Capítulo I: Etapa de la adultez y las relaciones de pareja 31

 Capítulo II: La dependencia emocional. 37

 Capítulo III: Perspectiva de la dependencia emocional desde la psicología clínica y la psicología de la salud con intervención desde el modelo cognitivo. 44

MARCO CONTEXTUAL 53

MARCO LEGAL..... 55

MARCO METODOLOGICO..... 57

Enfoque y tipo de investigación	57
Población.....	57
Muestra.....	58
Hipótesis.....	59
Categorías.....	60
Instrumento.....	63
Procedimiento.....	63
RESULTADOS.....	66
DISCUSIÓN	78
CONCLUSIONES	84
RECOMENDACIONES.....	87
REFERENCIAS.....	89
ANEXOS	97

Lista de Tablas

Tabla 1. Categorías.	60
Tabla 2. Estadísticos descriptivos.....	66
Tabla 3. Estadísticos descriptivos.....	67
Tabla 4. Estadísticos descriptivos.....	67
Tabla 5. Pruebas de normalidad.....	68
Tabla 6. Pruebas de normalidad.....	69
Tabla 7. Anova de un factor.....	70
Tabla 8. Resumen de prueba de hipótesis.....	71

Lista de Figuras

Figura 1. Prueba Kruskall-Wallis de muestras independientes	72
Figura 2. Prueba Kruskall-Wallis de muestras independientes	73
Figura 3. Prueba Kruskall-Wallis de muestras independientes	74
Figura 4. Prueba Kruskall-Wallis de muestras independientes	75
Figura 5. Prueba Kruskall-Wallis de muestras independientes	76
Figura 6. Prueba Kruskall-Wallis de muestras independientes	77

Anexos

Anexo 1. Cuestionario de dependencia emocional	97
Anexo 2. Consentimiento informado.....	98
Anexo 3. Fan page “Aprendamos a amar”	98

Resumen

Esta monografía buscaba identificar la dependencia emocional en parejas que se encuentran en relaciones afectivas como noviazgo, unión libre o matrimonio. Para dar cumplimiento al mismo, se utilizó una metodología cuantitativa de tipo exploratorio, contando con una muestra de 9 parejas del barrio Ospina Pérez, con edades entre los 20 y 55 años. La muestra se seleccionó a través del método no probabilístico-intencional, eligiéndola con unos criterios específicos. Así mismo, el instrumento utilizado fue el Cuestionario De Dependencia Emocional construido y validado en Colombia. Con el estudio, se identificó que no se encuentra una notable diferencia entre los grupos seleccionados en relación a la dependencia emocional, sin embargo, si se pueden establecer ciertas características distintivas entre los factores evaluados, encontrando una mayor incidencia en las parejas de matrimonio. A partir de esto se creó una fan page a fin de contribuir a la calidad de las relaciones de pareja.

Palabras claves: Dependencia emocional, relaciones de parejas, vínculos afectivos.

Abstract

This monograph sought to identify emotional dependence in couples in affective relationships such as dating, free union or marriage. In order to achieve this goal, an exploratory quantitative methodology was used, with a sample of 9 couples from the Ospina Pérez neighborhood, with ages between 20 and 55 years old. The sample was selected through the non-probabilistic-intentional method, choosing it with specific criteria. Likewise, the instrument used was the Emotional Dependence Questionnaire constructed and validated in Colombia. With the study, it was identified that there is no notable difference between the selected groups in relation to emotional dependence; however, certain distinctive characteristics can be established among the evaluated factors, finding a higher incidence in married couples. Based on this, a fan page was created in order to contribute to the quality of couple relationships.

Key words: Emotional dependence, couple relationships, emotional bonds.

Introducción

La presente investigación lleva por título dependencia emocional en parejas con relaciones afectivas como noviazgo, unión libre y matrimonio, el cual tiene como objetivo la identificación de la dependencia emocional en parejas mediante el cuestionario de dependencia emocional, generando así estrategias que mejoren la calidad de las relaciones, de igual manera potenciando el amor propio y otras características de las cuales son carentes los dependientes emocionales, para ello se realizó una previa selección de la población partícipe, incluyendo así a los individuos con una edad entre los 20 y 55 años de la ciudad de Cúcuta, Norte de Santander, específicamente del barrio Ospina Pérez, esta fue realizada a través del método no probabilístico-intencional o de conveniencia, donde el tipo de investigación es de enfoque cuantitativo en el cual se utilizó una herramienta previamente validada en la población colombiana.

Para obtener una clara percepción de la información se dividió el marco teórico en capítulos, inicialmente se encuentra el denominado etapa de la adultez y las relaciones de pareja, seguido a ello se situó el segundo llamado dependencia emocional, finalmente se encontró la perspectiva de la dependencia emocional desde la psicología clínica y la psicología de la salud con intervención desde el modelo cognitivo, en continuidad con lo anterior y dando resolución a los objetivos planteados se concluyó después de una exhaustiva indagación sobre las investigaciones, que los estudios realizados de la temática planteada no abordaron como tal a ambos miembros de la pareja en su objetivo de estudio, por ende se consideró preciso hacer respectivas recomendaciones, entre ellas la continuación de la temática en otras investigaciones orientadas a ambos miembros de la pareja, ampliando la población a abarcar es decir que esta sea heterosexual u homosexual.

La dependencia emocional según Scott (1997) se relaciona más con una cuestión de necesidades que de amor, donde la persona llega a involucrarse tanto en la relación que sin el otro no es nada, perdiendo incluso su identidad cuando es maltratada, en relación a ello se logró establecer las diferentes características predominantes de las personas dependientes emocionales las cuales están relacionados a los vínculos afectivos, la persona en cuestión podría sentir ansiedad ante el abandono de la persona objeto de dependencia (Wigman, et al., 2008) .

Consecuentemente, manifestaría conductas de excesivo control de la pareja (Dutton, 1998). Además, se caracterizaría por: un vacío interior que nunca se llena; la necesidad de que alguien le de identidad (Peck, 1978); la intolerancia a la soledad (Dutton, 1998; Peck, 1978; Sirvent, 2000); la prioridad de la pareja sobre cualquier otra cosa; los deseos de exclusividad en la relación; la idealización del objeto y la baja autoestima (Murphy, Meyer & O'Leary, 1994; Murray, Rose, Bellavia, Holmes & Kusche, 2002).

De acuerdo con lo anterior, al momento de indagar en la dependencia emocional se consideró indispensable establecer una clara definición de las relaciones de pareja y el primer ciclo por el cual se atraviesa un ejemplo de ello es el proceso de selección, donde Satir (2008, 2015) indica aspectos significativos en la elección de la persona como es la percepción de la persona sobre sí misma o su autoestima, es decir si la persona tiene un bajo concepto de sí misma, podría no asumir sus temores de manera que pueda resolverlos, dependería de los demás para desarrollar su estima, ubicándolo en una posición de vulnerabilidad, en relación a ello Zinker (2005) plantea que "una pareja o una familia es un sistema de individuos comprometidos a permanecer juntos a lo largo de un periodo de tiempo extenso, manteniendo de este modo su continuidad".

Una vez se obtuvo mayor información se llevó a cabo el desarrollo y ejecución del estudio planteado, donde se logró identificar la presencia de dependencia emocional en la población

estudiada, en relación a ello se encontraron diferencias en las distintos tipos de relaciones en cuanto a las puntuaciones. Como resultado de este proyecto se creó una fan page cuyo contenido se enfocó en la temática planteada y el cual tuvo como finalidad mejorar la calidad de vida de la población en general, buscando de igual manera la promoción de relaciones sanas.

PROBLEMA DE INVESTIGACION

Formulación del problema

¿Cuál es la prevalencia de dependencia emocional en parejas con edades que oscilan entre los 20 y 55 años, las cuales se encuentran en relaciones afectivas como el noviazgo, la unión libre o el matrimonio?

Planteamiento del problema

Para obtener una mayor perspectiva sobre la problemática actual se analizó la población Norte Santandereana, más específicamente en sus relaciones de pareja, caracterizadas por su diversidad, encontrando diferentes tipos entre ellas el noviazgo, la unión libre y el matrimonio. Estas relaciones pueden presentar problemáticas a futuro en caso de que en un principio se evidencie la falta de comunicación asertiva, la desconfianza y otros factores desencadenantes, generando un estado donde la relación deja de ser sana para los integrantes. En esta población en específico es una temática relevante a tratar, porque el generar estudios facilita la identificación de la problemática que se pueda estar presentando, al igual que la prevención de la misma. Así mismo, permite reconocer algunos factores de riesgo, como lo pueden ser la inestabilidad emocional durante la etapa de crecimiento, presentar una baja autoestima, alteraciones en la percepción de mismo o crecer en un hogar donde se presentan comportamientos como el machismo o la violencia.

Partiendo de la caracterización de la dependencia emocional como un cuadro clínico en el cual se puede evidenciar la necesidad excesiva de la pareja, deseo de exclusividad en la relación, la prioridad de la pareja considerándola el centro de su existencia, idealización de la pareja, relaciones basadas en sumisión y subordinación, historia de relaciones de parejas desequilibradas, miedo a la ruptura, baja autoestima, intolerancia o miedo a la soledad y la

asunción del sistema de creencias de la pareja; es necesario generar un estudio focalizado en identificar la dependencia emocional en los diferentes tipos de relaciones afectivas y de esta manera establecer en cuál hay una mayor prevalencia de la misma.

Considerando así mismo, que las causas de estos síntomas se pueden deber a carencias afectivas tempranas, esquemas erróneos con respecto al amor o las relaciones adquiridos durante la infancia, desvalorizaciones por parte de las personas significativas para el individuo, factores biológicos y a factores culturales y de género. De acuerdo con lo anterior Castelló, (2005) estableció que estos factores aumentan la probabilidad de presentar relaciones inestables, disfuncionalidad en sus diferentes áreas de interacción, ser víctima de violencia por parte de su pareja y riesgo de padecer algún trastorno psicológico o de personalidad,

El estado de dependencia emocional se puede presentar en diversas parejas, ubicadas en diferentes sectores de la ciudad de Cúcuta, por este motivo es indispensable iniciar su estudio a mayor profundidad, considerando importante comenzar con las parejas del barrio Ospina Pérez de la ciudad de Cúcuta, en el cual se presentan estratos socioeconómicos 1 y 2, en donde hay diversidad en tipos de relaciones tales como las que interesaban para este estudio (noviazgo, unión libre y matrimonio), identificando la falta de profundización de estudios con esta población en la presente ciudad, dejando entrever la falta de relevancia que se le ha dado.

En la mayoría de los estudios realizados anteriormente y a los cuales se tuvo acceso no han profundizado a la pareja en su totalidad, por el contrario abarcan a uno de los dos integrantes de la pareja, por ende es de gran importancia tomar en cuenta tanto al hombre como a la mujer para así lograr establecer cuál de los dos presenta rasgos dependientes, generando que las herramientas suministradas tengan una mayor efectividad en el proceso logrando establecer

relaciones sanas. Esta indagación fortalece y genera nuevos conocimientos, los cuales siguiendo las recomendaciones deberán ser abordados por quien lo solicite de manera asertiva.

Descripción del problema

La dependencia emocional se plantea como un patrón el cual involucra aspectos cognitivos, emocionales, motivacionales y comportamentales orientados al otro como fuente de satisfacción y seguridad personal, implicando creencias erróneas acerca del amor, de la vida en pareja y de sí mismo. Estas creencias llevan a pensar, a quienes presentan este patrón, que la vida solo puede concebirse dentro de una relación, aun cuando esta les genere dolor e insatisfacción, presentado dificultad para colmar sus necesidades emocionales irresueltas o les produce sentimientos de inseguridad frente a la disponibilidad de una persona particular cuando la requieran (Castelló, 2005). Así mismo, Bornstein la define como una necesidad de protección y apoyo, en donde la confianza existente en la relación es un elemento esencial que influye en la autoestima, identidad y funcionamiento general de la persona; en contraste, Sánchez enfoca su definición hacia una dimensión de la personalidad proponiéndola como un trastorno de la personalidad, Congost (2011) concibe el concepto como una adicción hacia la pareja.

Por lo tanto, es importante evitar este estado psicológico porque generan relaciones destructivas. Una de las características que se manifiestan en personas con dependencia emocional según Castelló (2000), “es una autoestima deficiente, un sentimiento continuo de soledad y una insaciable necesidad de afecto, por lo tanto, las parejas que llegan a tener en su vida son personas que los maltratan”. Sin embargo, el ser dependiente, no siempre va involucrado de la mano con una relación amorosa, en ocasiones también se puede presentar en un ámbito familiar o social (amigos).

Castelló (2000) describe una serie de fases por las que pasa la dependencia emocional, son: fase inicial de euforia, subordinación, deterioro, ruptura con importante sufrimiento asociado, relaciones de transición y reinicio del ciclo. Estas fases conllevan a tener una relación “tóxica” en la que el individuo en ocasiones no cierra ciclos o se empareja con personas del mismo perfil de su anterior relación amorosa generando así un ambiente poco agradable y satisfactorio para su bienestar.

Con el desarrollo del cuestionario se pretendió determinar si en las parejas con edad que oscilan entre los 20 y 55 años, las cuales se encuentran en diferentes relaciones afectivas como lo es el noviazgo, la unión libre o el matrimonio del barrio Ospina Pérez de la ciudad de Cúcuta, se encuentra la dependencia emocional, reconociendo además la presencia de disfuncionalidades que pueden afectar emocional y psicológicamente a esta población.

Justificación de la investigación

¿Por qué investigar acerca de la dependencia emocional? Hay muchas razones del porque hacerlo, entre ellas podemos mencionar las siguientes: *Valor teórico*: investigar la dependencia emocional tanto a nivel internacional, nacional y regional es importante, porque permite enfatizar en la relevancia de esta temática, y de esta manera pueda ser tomada como una problemática que puede afectar a cualquier persona o en otras ocasiones las personas pueden estar presentándolo sin ser consciente de ello, por ende, es primordial el estudio de la misma, pues la omisión de esta podría desencadenar estados de ansiedad, de obsesión, depresión, baja autoestima, entre otros. Estos pueden llegar a ser devastadores para las personas hasta el punto de sufrir un trastorno depresivo grave o quieran terminar con su vida.

El investigar y conocer acerca de esta realidad será de vital importancia para promover relaciones sanas, amor propio, aumento de la autoestima al igual que la capacidad de toma de decisiones, disminuir la constante búsqueda de aprobación por parte de los demás y establecer una óptima salud mental disminuyendo los niveles de ansiedad, depresión u otros factores que se pueden presentar.

Respecto a la relevancia social: la dependencia emocional afecta a nivel global y no solo en un sector de la población, por ende, los estudios e investigaciones sobre la misma se deben realizar de manera que el beneficio sea colectivo, con esta exploración se pretende dar un paso hacia ello, comenzando directamente con las parejas con edad entre los 20 y 55 años, las cuales se encuentran en diferentes relaciones afectivas como lo es el noviazgo, la unión libre o el matrimonio del barrio Ospina Pérez de la ciudad de Cúcuta a quienes se pudo llegar con la realización de este estudio. Y de esta manera lograr impartir conciencia acerca de la importancia de mantener relaciones sanas en todos los ámbitos de la vida, para así poder establecer los patrones de comportamientos evidentes en las personas dependientes y suministrarles la estrategia diseñada (Fan page) para trabajar la dependencia emocional o la prevención de la misma.

Las relaciones de pareja cada vez tienen un mayor cambio en la manera en la que se llevan a cabo por las partes involucradas, esto debido a las nuevas percepciones que tienen las personas sobre su situación sentimental, se ha destacado la relevancia del establecimiento de estos lazos afectivos como parte del desarrollo del individuo, pero es indispensable establecer la importancia de mantener una relación sana para que esta no afecte la integridad y la salud física o mental de quienes la conforman, debido a ello se considera fundamental abordar esta temática con el fin de presentar no solo a quienes integren el estudio sino también a la sociedad en general.

Objetivos

General

Identificar la dependencia emocional en parejas que se encuentran en relaciones afectivas como el noviazgo, la unión libre y el matrimonio mediante el cuestionario de dependencia emocional, generando así estrategias que mejoren la calidad de las relaciones.

Específicos

Conocer en cuál tipo de las relaciones sentimentales se da una mayor existencia de dependencia emocional.

Establecer las semejanzas relacionadas entre una relación de noviazgo, unión libre y matrimonio, a partir de las especificaciones del cuestionario de dependencia emocional.

Diseñar una fan page cuyo contenido contribuya a la calidad de las relaciones de pareja.

ESTADO DEL ARTE

En este apartado se encuentran estudios a nivel internacional, nacional y local/regional, los cuales tienen en su mayoría un enfoque cuantitativo y están directamente relacionados con la temática planteada en la investigación de dependencia emocional, enfocados en características de relaciones de pareja previamente establecidas, el miedo a la soledad y las estrategias de afrontamiento, teniendo sus respectivas pruebas validadas para la obtención de los datos, su análisis y posteriores recomendaciones sobre la investigación para aquellos que se encuentren interesados en ahondar otros factores, pero como base principal la temática planteada.

Internacional

A nivel internacional se resaltan tres investigaciones, una de ellas realizada en Guatemala y las otras dos en Perú respectivamente. Estos tres trabajos de grado van orientados al estudio de la dependencia emocional en parejas y su relación con diferentes temáticas.

Título: Dependencia emocional e intolerancia a la soledad

Autor: Sulma Yesenia Reyes Argueta

Año de publicación: 2018

Ciudad: Quetzaltenango, Guatemala

La dependencia emocional e intolerancia a la soledad es una situación insatisfecha que interfiere con el inadecuado desenvolvimiento del sujeto en relaciones interpersonales, el objetivo general de esta investigación es identificar el nivel de dependencia emocional e intolerancia a la soledad que presentan las parejas que asisten en la iglesia de Cristo del Municipio de San Antonio Suchitepéquez. El estudio se realizó con un grupo de 26 parejas de 18 a 60 años de edad, que viven en el área rural y urbana, pertenecientes a familias con características

de necesidades emocionales que tienen complicaciones para desenvolverse solos en la vida y necesita una compañía.

Así mismo, la investigación es de tipo descriptiva, en la cual primero que todo se realizó la selección de los temas: dependencia emocional e intolerancia a la soledad; luego se hizo la elaboración y aprobación del sumario, siguiente a esto, se elaboró el índice, el marco teórico, el planteamiento del problema y la elaboración del método. Posteriormente, se llevó a cabo la aplicación de la prueba y escala, la tabulación de los resultados, y se efectuó el uso de estadística descriptiva; luego, se desarrolló el análisis de los resultados y se realizó la discusión la cual es la etapa del proceso donde se verificó el alcance de los objetivos por medio del cotejo de los antecedentes. Para operacionalizar las variables se empleó el test psicométrico IDE (Inventario de Dependencia Emocional), es una prueba que cumple con las condiciones psicométricas adecuadas para medir de forma explícita y específica el nivel de dependencia emocional e intolerancia a la soledad en parejas.

Tras la aplicación de la prueba, se logró concluir que las parejas que asisten a la Iglesia de Cristo presentaron las mujeres un 38.4 % nivel alto de Dependencia emocional por situaciones que las aferra a una relación nociva, las parejas evaluadas tanto hombres como mujeres manifestaron un 40.4% nivel de intolerancia a la soledad, porque creen que es necesario tener a alguien a su lado y se consideran incompleto/a, también que la dependencia emocional se manifiesta en los hombres de manera minoritaria ya que ellos se sienten seguros de su cónyuge, y que el miedo a la soledad, se basa en el mismo miedo a la muerte, morir solos y con recuerdos distantes es un problema que interfiere en sentimiento emocional de la vida.

Se determinó que los niveles de dependencia que manejan las parejas tiene un carácter afectivo, se logró reforzar y sensibilizar el desarrollo de la propia identidad. Por esta razón la

intolerancia a la soledad tiene un avance ligado a la acción emancipadora y liberadora de las mujeres, y se comprendió las consecuencias que este problema emocional puede atraer a sus vidas, por lo que se recomienda que se les proporcionen herramientas necesarias para lograr un mejor equilibrio emocional en la pareja, como talleres, capacitaciones, retiros espirituales, y ser feliz en el presente.

Título: Dependencia Emocional en Parejas y Dimensiones de la Personalidad en Miembros de una Escuela de Oficiales PNP.

Autor: Juana Luisa Giovana Álvarez Palomino

Año de publicación: 2018

Ciudad: Lima, Perú.

Esta investigación tuvo como objetivo principal determinar si existen diferencias significativas en las cantidades de los participantes dependientes emocionales y no dependientes emocionales en miembros de una escuela de oficiales, por lo cual su muestra estuvo conformada por 115 policías, quienes mantienen una relación o son casados, hombres y mujeres de 25 hasta 45 años, de una escuela de Oficiales. Por otra parte, realizaron un estudio con un diseño descriptivo- comparativo debido a que buscaba describir las dimensiones de la personalidad de los oficiales que tienen dependencia emocional y hacer las comparaciones respectivas, siendo a su vez sustancial lo que les permitió explicar y predecir una realidad.

Para evaluar la dependencia emocional implementaron el inventario de la dependencia emocional (IDE), instrumento desarrollado por Aiquipa (2009), la cual se basa en 7 factores: miedo a la ruptura, miedo a la intolerancia a la soledad, prioridad de la pareja, necesidad de acceso a la pareja, deseos de exclusividad, subordinación y sumisión y deseos de control y dominio. También se aplicó el Inventario de Personalidad Eysenck Forma B para adultos (EPI),

instrumento desarrollado por Hans Jurgen Eysenck – Sybil Blanca Eysenck (1964), mide los factores de la personalidad y nos da un diagnóstico temperamental del melancólico, colérico, flemático, sanguíneo. Consta de 57 ítems. Tras la recolección de los datos, lograron concluir que existen diferencias significativas en las cantidades de los participantes dependientes emocionales y no dependientes emocionales en miembros de una escuela de oficiales, lo cual indica que no es una enfermedad frecuente en oficiales.

Así mismo, se evidenció que en ambas dimensiones introvertidos y extrovertidos existe dependencia emocional, sin embargo, se presentó una mayor incidencia en las personas introvertidas. Igualmente, en las hipótesis específicas se determinó que existen diferencias entre los introvertidos y extrovertidos considerando las áreas de la dependencia emocional como prioridad a la pareja, deseos de exclusividad y deseos de control, encontrando mayor tendencia en la realización de estas conductas por los introvertidos, sin embargo, no se encontró diferencias significativas en las áreas como miedo a la ruptura, intolerancia a la soledad, necesidad de acceso y subordinación y sumisión. A partir de los resultados obtenidos, se sugirió brindar soporte emocional y consejería psicológica, a través del área de departamento psicopedagógico, a los oficiales que presentaron altos niveles de dependencia para lograr una mejor estabilidad emocional y laboral en los oficiales, al igual que brindar capacitación a los profesionales de la salud mental y ejecución de talleres sobre dependencia emocional.

Título: Dependencia emocional según género en docentes casados de colegios privados de la provincia de Chepén.

Autor: Jackelin Georgette Espil Cabanillas

Año de publicación: 2016

Ciudad: Trujillo, Perú

El objetivo general de esta investigación fue dirigido a analizar las diferencias de la Dependencia emocional según género en docentes casados de colegios Privados de la Provincia de Chepén, y con esta información sentar las bases para futuros estudios, al igual que elaborar programas de mejora para formar adultos más saludables, con un mejor desenvolvimiento en las relaciones interpersonales, y con vínculos amorosos más firmes. Para la ejecución de este proyecto se seleccionó una muestra conformada por 90 docentes casados, siendo 44 hombres y 46 mujeres; con edades que oscilan entre 28 y 55 años, el cual se determinó por un muestreo no probabilístico intencional, basado en el diseño de investigación descriptivo-comparativo con estudio sustantiva, es decir soportado en la teoría científica.

Así mismo, como instrumento utilizó el “inventario de dependencia emocional que fue elaborado por Jesús Aiquipa Tello en el año 2009, en Lima – Perú, validada en la misma ciudad, en el 2012. Además, las pruebas estadísticas utilizadas fueron t – student y U de Mann Whitney las cuales le permitieron comparar el rango medio de las dos muestras relacionadas y determinar si existen diferencias entre ellas. La recolección y análisis de los datos le permitió concluir que existe diferencia altamente significativa de la dependencia emocional entre docentes varones y docentes mujeres, encontrando en las mujeres una mayor prevalencia en el nivel muy alto, mientras que la mayoría de los hombres puntuaban en el nivel bajo o normal.

Con base en los resultados, estableció como recomendaciones que las instituciones educativas donde se llevó acabo el estudio socializaran la información con los participantes con la finalidad de tomar medidas de fortalecimiento de los docentes permitiendo mejorar los resultados y lograr una mejor estabilidad emocional en ellos, al igual que implantar criterios de evaluación, entrenamiento y fortalecimiento con miras a establecer la aplicación de programas y talleres con fundamento teórico cognitivo – conductual.

Nacional

A continuación, en Colombia se encontraron tres investigaciones que tienen como tema principal la dependencia emocional con diferentes factores a evaluar. Estos estudios se realizaron en tres diferentes ciudades, más específicamente Bogotá, Medellín y Tunja.

Título: Relación entre dependencia emocional y afrontamiento en estudiantes universitarios.

Autores: Diana Carolina Niño Rodríguez y Nancy Abaunza León

Año de publicación: 2015

Ciudad: Tunja, Colombia.

El objetivo de la presente investigación fue identificar la relación entre Dependencia Emocional y Estrategias de Afrontamiento ya que es un tema que no tiene ningún estudio publicado que relacione estas dos variables, en cuanto a la muestra estuvo conformada por 110 estudiantes universitarios pertenecientes a la carrera de psicología con edades entre 18 y 33 años (76 mujeres y 34 hombres) adscritos entre primero y décimo semestre de psicología de la Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia; la selección de esta se llevó a cabo mediante un muestreo probabilístico estratificado por géneros y por semestres, para así evitar el error de muestreo y la afectación en los resultados, en cuanto al instrumento se utilizó la Escala de Estrategias de Coping Modificada (EEC-M), y el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE), validados en población colombiana.

El diseño de esta investigación es no experimental de tipo descriptivo-correlacional, posterior a ello se realizó el análisis de los resultados a partir del coeficiente de correlación de Spearman y el programa estadístico SPSS 20.0. Los hallazgos obtenidos en la presente investigación muestran que en cuanto a la Dependencia Emocional, el 25% de los participantes presentaron tendencias para que con frecuencia aparezcan en sus vidas características de dependencia

emocional En cuanto a los resultados encontrados sobre la conexión de estas dos variables, se encontró que hay relación entre la dependencia emocional y la estrategia de afrontamiento reacción agresiva.

Título: Dependencia emocional en las relaciones de pareja heterosexuales

Autores: Alejandra Álvarez Castrillón y Leyla Montoya Yepes

Año de publicación: 2010

Ciudad: Medellín

El presente trabajo se realizó con el fin de hacer un aporte a la especialización de los procesos de intervención familiar con el objetivo de develar. Qué factores desencadenan e influyen en la dependencia emocional de las relaciones de pareja heterosexual, este trabajo será entendido como una opción metodológica y teórica a partir de las siguientes categorías: pareja, heterosexualidad y dependencia emocional, de ahí que contribuye a identificar los procesos de intervención que se dan al interior de la pareja en las etapas del ciclo vital personal y conyugal; desde la perspectiva interdisciplinar del Desarrollo Familiar y la Psicología clínica cognitiva, para ello se realizó una revisión documental y de análisis cualitativo de los estudios sobre la dependencia emocional en las relaciones de pareja heterosexuales en el periodo comprendido de 1997- 2007 bajo la modalidad de monografía.

Entre sus conclusiones encontramos que establecen, aproximarse a las diferentes publicaciones que se han realizado en este estudio monográfico, en torno a la dependencia emocional en las relaciones de pareja heterosexual, permite otras lecturas que servirán de referente para la Intervención de los Procesos Familiares. Por lo tanto, este estudio investigativo fue un ejercicio parcial, ya que la información encontrada es puntual, en este sentido, se les otorga a los profesionales en el área de la psicología y el Desarrollo Familiar un cuerpo de

conocimientos teóricos, metodológicos y prácticos que iluminan su quehacer y discurso frente a su objeto de estudio los procesos de intervención con parejas.

Título: Relación entre las dimensiones de celos y dependencia emocional en una muestra de miembros de la policía nacional en el departamento de Cundinamarca y la ciudad de Bogotá.

Autor: Leidy Marcela Patiño Gasca

Año de publicación: 2020

Ciudad: Bogotá, D.C.

El objetivo del presente estudio fue determinar la relación existente entre las dimensiones de celos y dependencia emocional en una muestra de 102 Patrulleros, Nivel Ejecutivo y Oficiales de la Policía Nacional en el departamento de Cundinamarca y la ciudad de Bogotá. Este fue un estudio de corte cuantitativo, que corresponde a un diseño no experimental de tipo transversal correlacional. Las variables fueron medidas mediante el Cuestionario de Dependencia Emocional CDE y el CECLA.

Dentro de los resultados se encontró una correlación positiva y significativa entre las dimensiones de los instrumentos aplicados. En el análisis el cual se realizó por medio del programa Jeffrey's Amazing Statistics Program JASP versión 0.9.2., en el cual se observa mayor puntuación de celos y dependencia emocional en relaciones de pareja menores a un año, los celos pasionales tienen mayor presencia en parejas casadas, los celos obsesivos y delirantes en parejas menores a un año, a mayor presencia de celos, mayor ansiedad por separación, miedo a la soledad y necesidad de constantes expresiones de afecto, allí se recomendó evaluar para futuros estudios relacionar estas dos variables las cuales son celos y dependencia emocional, con cada variable sociodemográfica.

Regional

Para profundizar en la temática se indagó en tres estudios que tienen como eje central la dependencia emocional, estos se llevaron a cabo en la ciudad de Cúcuta y en el municipio de Pamplona, en el departamento de Norte de Santander.

Título: Dependencia emocional y estilos de crianza en mujeres de la comuna 3 de la ciudad de Cúcuta.

Autores: Mayra Alejandra Rangel Urbina y Yuleisi Virginia Moreno Cruz.

Año de publicación: 2018.

Ciudad: Cúcuta, Colombia.

Esta investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre la dependencia emocional y los estilos de crianza en mujeres entre 30 a 45 años de la comuna 3 de la ciudad de Cúcuta. Por ende, la investigación tiene un enfoque cuantitativo, de tipo no experimental, transversal, con alcances correlacionales, así mismo, se diseñó y se aplican los cuestionarios DEPAF y ECARI.

De acuerdo con la aplicación del cuestionario DEPAF y al análisis de los resultados, se resalta la presencia de dos rasgos de dependencia, el primero de ellos la independencia emocional, siendo este el de mayor prevalencia, seguidamente se encuentra en menor proporción rasgos significativos de moderada dependencia emocional en las participantes de la investigación, así mismo, cabe resaltar, que no se presentan casos de mujeres con presencia de rasgos altos de dependencia emocional, debido a lo anterior se establecen recomendaciones como la siguiente en primer lugar, realizar más investigaciones relacionadas con la dependencia emocional, vínculos afectivos y otras temáticas afines con la emocionalidad, contribuyendo al conocimiento de las causas de una problemática latente como es la dependencia emocional.

Título: Dependencia afectivo-emocional en parejas universitarias: una mirada sistémica desde tres estudios de casos

Autor: Leidy Mariana Arenas Sierra y Marly Julieth López Duarte.

Año de publicación: 2017

Ciudad: Pamplona, Colombia.

La presente investigación, se enmarca dentro del corte cualitativo transversal con diseño de estudio descriptivo, cuyo objetivo es explorar la dependencia afectivo-emocional en parejas universitarias, por medio de tres estudios de casos cualitativos, con el fin de que existan espacios reflexivos en el centro de bienestar universitario, en los casos donde existan riesgos de dependencia afectivo-emocional, La población a estudiar está conformada por parejas universitarias que habitan en el barrio camellón de la ciudad de Pamplona, Norte de Santander, el cual cuenta con un área aproximada de 70.313 metros cuadrados y está constituido por cuatro manzanas, dicha muestra las cuales no son generalizables a otras muestras es analizada por unidades de análisis categorial en cada una de las muestras (parejas, amigos, expertos).

En términos generales la dependencia afectivo-emocional fue identificada en 3 participantes de las 3 parejas de nuestro estudio de investigación. De lo cual se infiere: que de las 3 parejas evaluadas, 3 participantes presentan rasgos de dependencia afectivo-emocional, dado a que las entrevistas aplicadas fueron los que dieron respuestas que demuestran el índice de dependencia. Por tal motivo la falta de comunicación y dominancia interfieren en una relación de pareja, en cuanto a las recomendaciones se sugiere también para los investigadores interesados en este tema de la dependencia emocional, se les recomienda complementar la metodología con instrumentos de corte cuantitativo que puedan ofrecer una visión más completa de este fenómeno. Por el cual

se sugiere que este tipo de investigaciones sean mixtas para así poder conocer la prevalencia de la variable de dependencia emocional en la población, así como los factores que la constituyen.

Título: Dependencia Emocional en las Parejas Homosexuales y Heterosexuales de la Ciudad de Pamplona.

Autor: Yesica Paola Leguizamón Mendoza y Amada Esther Gutiérrez Mestre.

Año de publicación: 2017

Ciudad: Pamplona, Colombia.

La presente monografía tiene como objetivo general explorar la interacción y desarrollo de la dependencia emocional en parejas de adultos jóvenes homosexuales y heterosexuales de la ciudad de Pamplona, mediante estudios de caso, que permita el entendimiento de la dinámica de la relación en dichas parejas y el establecimiento de pautas orientadas a un mejor manejo emocional y de independencia. Para el desarrollo del trabajo implementaron el enfoque cualitativo basándose en el diseño descriptivo y seleccionaron una muestra comprendida por parejas en edades de 20 y 30 años de edad, presentando un total de un hombre y tres mujeres en la etapa de adultez joven, esta selección se llevó a cabo a través del método por conveniencia estableciendo criterios específicos para la misma. Así mismo, aplicaron 3 técnicas (la entrevista semi estructurada, el relato de vida y la observación no participante).

Con base en lo anterior, la entrevista semi estructurada estuvo conformada por 47 preguntas abiertas las cuales se dividieron en cinco categorías: dinámica de la relación de pareja, dependencia, personalidad (sumisa- dominante), autoestima y toma de decisiones, necesidad afectiva y económica. Por su parte en el relato de vida establecieron tres (3) categorías las cuales constan de nueve (9) a trece (13) preguntas dando un total de treinta y tres (33), las cuales estaban orientadas a conocer un poco más de la vida del entrevistado, específicamente en las

etapas de infancia y adolescencia, reconstruyendo así sus experiencias personales. Por última técnica, utilizaron la observación no participante en cada una de las sesiones.

En la triangulación de estas tres técnicas obtuvieron como resultado que los participantes tenían índices de dependencia en cuanto a sus parejas actuales, evidenciándose diferentes rasgos como desequilibrio en sus roles conyugales, roles no establecidos en la pareja, personalidad dominante y personalidad sumisa generadas a causa del apego inseguro que desarrollaron. Con base en los resultados obtenidos plantearon recomendaciones dirigidas a la importancia de continuar investigando la temática a profundidad, al igual que implementar actividades psicoeducativas con la población adolescente que están iniciando sus relaciones de pareja impartiendo toda la información pertinente, sin dejar a un lado a los padres de familia de las personas instruyéndolos en la importancia de establecer vínculos sanos y la presencia de normas y límites durante la infancia.

MARCO TEÓRICO

Capítulo I: Etapa de la adultez y las relaciones de pareja

La presente investigación cuenta con una población compuesta por parejas en edades comprendidas entre los 20 y 55 años, por lo cual es indispensable centrarse en la etapa de la adultez abordando los cambios que se vivencian durante la misma, profundizando así en la posible relación entre la dependencia emocional y los tipos de parejas encontrados en esta fase esencial del ciclo vital, abordándolas cada uno por separado.

La adultez puede analizarse desde diferentes enfoques y se puede definir de diversas maneras, algunos autores conceptualizan al adulto con base en los roles sociales que éstos ocupan, y no solo en términos de edad o maduración psico-física. La vida adulta se organiza en función de situaciones colectivas, factores que afectan a más de un grupo generacional, acontecimientos sociales, etc., y no solamente a partir de las capacidades biológicas de las personas (Cornachione, 2011). Por ende, es importante estudiar las transformaciones experimentadas, al igual que las transiciones vivenciadas durante su ciclo (donde cada persona la experimenta de forma única y pueden generarse en tiempos diferentes), esto permite tener un mayor conocimiento acerca de ellos y comprender los cambios experimentados dentro de sus conductas, pensamientos y su componente emocional.

Autores como Erickson (1994) citado por Cornachione (2011), hacen hincapié en que a lo largo del ciclo vital el ser humano va a ir desarrollando diversas formas de actuar las cuales van a configurar y caracterizar las distintas etapas evolutivas del desarrollo. Resaltando las primeras etapas de transición hacia la adultez donde se evidencia la adultez temprana, en la cual el individuo es más activo, potencializa su propio sentido de autonomía y direcciona su

comportamiento a buscar su independencia, aislándose un poco de su núcleo familiar, aunque en algunas ocasiones esto llega a tornarse complicado o presentarse un tiempo después. Así mismo, encontramos adultos con edades comprendidas entre los 22 y 28 años de los cuales se espera una mayor consolidación de las bases de su vida y el camino a seguir, teniendo un estilo de vida propio evidenciando la independencia de sus padres, encaminándose a formar su propia familia o en otros casos se enfocan en crecer en áreas profesionales o laborales, es así como el adulto se enfoca en cumplir sus objetivos y proyectos planteados.

Es la etapa en que Levison (1987) citado por Cornachione (2011) determina el proceso donde la persona se convierte en hombre/mujer por derecho propio, es decir se separan de las personas que ejercieron autoridad en sus vidas. Así mismo, Levinson (1977) en Cornachione (2011) habla de cuatro etapas de la adultez: la salida del hogar, el ingreso en el mundo adulto, la transición de la cuarta década y el establecimiento. Para el autor, la salida del hogar es el momento donde el hombre o la mujer llegan a ser más independientes, tanto económica como emocionalmente.

En un sentido más actual, Cornachione (2011) postula que la edad adulta es el período más próspero de la vida de una persona, durante el cual experimenta el matrimonio, la paternidad o la maternidad, así como el potencial sexual en la mayor medida posible. Por otro lado, se espera que esta sea la etapa de desarrollo durante la cual los individuos ganen paulatinamente la estabilidad laboral, se fortalezcan las relaciones de amistad y se presente una mayor proyección hacia su futuro, interesándose por su salud física, mental y sus relaciones personales. Por este motivo, es de vital importancia profundizar en la temática de las relaciones personales, haciendo énfasis en las relaciones de pareja y en el interés existente por su propia salud, siendo esto esencial en la adultez, pues gracias a esto se obtiene una diversidad de datos acerca de su

bienestar, funcionalidad y aspectos relevantes de la personalidad, entre otros factores importante del ser humano.

Con base en lo anterior, y como sustento relevante de esta investigación se abordaron los diferentes tipos de relaciones de pareja, específicamente el noviazgo, la unión libre y el matrimonio y cómo estos se vivencia desde la adultez. En un primer momento, se encuentra que el establecimiento de una relación de pareja estable y perdurable en el tiempo es una de las tareas más importantes que los jóvenes deben realizar en la adultez emergente (Arnett, 2001). Esta búsqueda se inicia en la adolescencia y se vincula con la capacidad de establecer relaciones de intimidad (Erickson, 1963). Es por esto que el noviazgo posee una característica importante en el desarrollo de la pareja y es que en el también intervienen factores sociales y familiares, los cuales deben ser compatibles e integrarse de manera asertiva para que la relación crezca y perdure.

Las relaciones amorosas adolescentes transitan a lo largo de cuatro etapas, siendo las relaciones de pareja comprometidas propias de la finalización del período (Connolly & Goldberg, 1999). Esta elección, según Adams (1986), supone cuatro etapas: la primera etapa inicia cuando la persona a partir de su interacción con otros elige a su pareja basándose en diferentes aspectos relevantes para ella como lo es la atracción física, aspectos de la personalidad, intereses y aficiones similares, la inteligencia y el conjunto de valores que adquirieron durante su desarrollo también juegan un papel importante. Es decir, se suele buscar a alguien que tenga categorías sociales, condiciones económicas y geográficas similares a las suyas (Lemaire, 1986; Leñero, 1987). La segunda etapa es un complemento de la primera, pues aquí la pareja comienza a entablar una relación más cercana, con mayor comunicación y se

presenta la comparación entre los valores que cada uno posee y si estos van acorde, la relación se refuerza.

Luego, en la tercera fase, intervienen los roles presentes en cada uno dentro de la relación y se comienza a evaluar su compatibilidad, pues en este momento donde la pareja comienza a identificar las diferencias y los aspectos no tan agradables o positivos de cada uno. Si logran superar las dificultades la relación se consolida. En la última fase, la pareja se enfoca en crecer mutuamente, cumpliendo los objetivos y proyectos planteados tanto a nivel personal como en la relación, trabajando en la construcción de su futuro, el cual esta direccionado al compromiso. Para su formación, cada persona debe construir una identidad propia en donde se logre la integración y la acomodación de ambas individualidades. Esto permitirá la consolidación de la pareja y la creación de un proyecto de vida en común (Contreras, Guzmán, Alfaro y Jiménez, 2011; Pineda, 2005). El noviazgo tiene un gran valor para los jóvenes, no sólo como periodo que anticipa y los prepara para el matrimonio, sino también por su importancia afectiva y social en su presente (Guerrero, 2003).

Y es así como se da paso a un segundo momento, en el cual se establece el compromiso en la pareja consolidándose en la unión libre o el matrimonio. Es importante señalar que el estado civil de la unión libre años atrás tenía una connotación negativa y no era tan aceptable socialmente, pero con el transcurrir del tiempo esto fue cambiando y cada vez más parejas viven en unión libre antes de casarse y muchas lo hacen indefinidamente, sin llegar al matrimonio. Con ello, se muestra una panorámica en la cual los individuos comienzan a optar por la unión libre no solo como una experiencia previa o experimental al matrimonio sino realmente como una forma de unión y de vida en pareja (García, Salvador y Guzmán, 2012).

Específicamente en Colombia, entre 1968 y 2005 se promulgaron varias leyes que incrementaron la seguridad legal de las uniones libres y sus descendientes, siendo la Ley 54 de 1990 la que definió legalmente la unión marital como “la formada por un hombre y una mujer, que, sin estar casados, hacen una comunidad de vida permanente y singular”. Además, esta ley regula el régimen patrimonial entre compañeros permanentes con un lapso de tiempo no inferior a los dos años de convivencia. Sin embargo, tiempo después se establece la ley 979 de 2005, la cual modificó parcialmente la Ley 54 de 1990, instaurando mecanismos ágiles para demostrar las uniones maritales de hecho, además de precisar otros efectos patrimoniales (Castro Martín et al., 2011).

Por otra parte, la unión libre permite analizar el tema de las relaciones de pareja desde una visión más amplia, donde la sociedad juega un papel importante puesto que busca romper con la discriminación social y la desigualdad de género que en algún momento fue tan significativa. La unión libre construye sus bases en la igualdad entre el hombre y la mujer, el cual es un cambio que ha generado una revolución en la estructura familiar (Pérez, Gallego & Sanchez, 2007). Sin embargo, para el autor Lipovetsky (2001), en la unión libre, las parejas presentan una tendencia a la individualidad, generando un aumento de amor sin compromiso y parejas que viven juntas, pero cada quien sigue viviendo su vida con sus propios compromisos, amistades y relaciones.

A partir de lo anterior, se logra inferir, que aquellas parejas sin un compromiso evidente como lo es el matrimonio presentan un amor más liberal, mientras que las personas con matrimonio reflejan una mayor responsabilidad con sus relaciones. Esto se relaciona con una investigación realizada por Montilva (2007), en la cual las mujeres percibían la unión libre como ese escape de las instituciones y la rutina del matrimonio. Para ellas el convivir en unión libre generaba una relación más romántica y transparente, haciendo más sólida la relación.

Por último, en la adultez se evidencia que algunas parejas se encuentran en la etapa del matrimonio, la cual se manifiesta como un fenómeno cultural en sociedades industrializadas a partir de los cambios sociodemográficos de las últimas décadas, tales como el aumento del acceso a la educación universitaria, el aumento de la fuerza laboral, y la postergación de hitos como el matrimonio y tener hijos (Arnett, 2000). El matrimonio se ha transformado de manera sorprendente y con el transcurrir de los años ha cambiado su perspectiva, pues antes era concebido hasta la muerte y las parejas se casaban desde muy joven y duraban juntas por mucho años, generalmente hasta la muerte de alguno de los cónyuges, pero esta perspectiva se ha modificado y muchas parejas terminan en divorcios o se casan cuando ya han cumplido otros objetivos de sus proyectos de vida y como se menciona anteriormente postergando el matrimonio.

En un estudio realizado por Cervantes (2005) sobre las concepciones de las mujeres y hombres acerca de las relaciones de pareja, el matrimonio y el amor, se encontró que para la mayoría de las mujeres el matrimonio es la principal muestra de autorrealización en la vida pero para los hombres esto no es así. Sin embargo, ambos grupos de personas concordaron que se casaban por tres razones: por amor, para formar una familia y para tener hijos. Esta información es relevante pues suministra una visión más amplia acerca de lo que el adulto espera durante la etapa del matrimonio y como van consolidando su vida para alcanzar los objetivos propuestos.

Por ende, se enfatiza en las relaciones de pareja específicamente en el matrimonio, donde la satisfacción se manifiestan a través de las percepciones y vivencias de una persona sobre su propio ambiente, a partir de lo cual se construyen estructuras donde se compara lo que el sujeto quiere contra lo que realmente es (Hicks y Platt, 1979; Melendez, Aleixandre y Saez, 1993). Por tal motivo, se infiere que cuando estos componentes encuentran su equilibrio y tiene una

connotación positiva la relación de pareja será más sólida y estable, lo cual contribuye a la creación de lazos afectivos fuertes y duraderos. Por el contrario, si estos componentes presentan una connotación negativa o un desequilibrio la relación puede tornarse conflictiva y desadaptativa.

Por otra parte, autores como Acevedo, et. al, (2007) exponen una actitud multidimensional hacia el cónyuge y la relación, la cual implica una evaluación global e integral de sentimientos, pensamientos y conductas. Este enfoque permite tener una visión más amplia de la relación de pareja, donde se centra en diferentes componentes que son fundamentales para la persona desde su individualidad y a su vez esto contribuye para el fortalecimiento y entusiasmo dentro del matrimonio, resaltando el papel activo que juega cada miembro en la relación, encaminados a la resolución de conflictos y al crecimiento mutuo.

Por último, Freedman (1978, citado en Arias-Galicia, 2003) relaciona la satisfacción de una relación con el bienestar físico y psicológico del individuo y de la pareja. Con base en lo anterior es fundamental investigar las diferentes situaciones que se puedan presentar dentro de las relaciones de pareja con el objetivo de intervenir de manera asertiva, aplicando los conocimientos adquiridos e implementando las habilidades y herramientas oportunas.

Capítulo II: La dependencia emocional.

En este capítulo, se abordará la temática central de la investigación denominada dependencia emocional, conceptualizándola desde diferentes autores como Bowlby (1986), Castello (2005) y Riso (2008), los cuales intentan darle un significado y establecer los posibles factores que desencadenan presentar dependencia emocional, adquiriendo mayor información de su posible diagnóstico, en este mismo sentido se plantean comparaciones con la adicción al amor y su

parecido innegable, para posterior a ello ahondar en “el síndrome de Fortunata” considerado como un tipo de dependencia que podría ser confundido.

Con base en lo anterior, para todo ser humano resulta indispensable y necesario contar con vínculos afectivos con otras personas, y esto se ve reflejado con la búsqueda constante de la cercanía con los otros, la cual brinda una base segura para enfrentar entornos desconocidos o de peligro, por lo que la búsqueda se hace hacia aquello considerado fuerte, esto John Bowlby (1986), lo define como Apego.

Bowlby (1986), desarrolló toda una teoría en relación a esto, donde queda establecida esta necesidad, sobre la cual él concluye que es donde se fundamenta gran parte del desarrollo socio-afectivo de las personas; resultando así una especie de regulador de las experiencias emocionales y un punto de partida para la personalidad y su expresión. Por esta razón, el apego guarda relación directa con componentes a nivel emocional, cognitivo, conductual y social, dando lugar a diversos sentimientos como, la pertenencia, la seguridad y la autoestima; por lo que las experiencias de apego que se tengan en la infancia influirán en las personas durante toda su vida, determinando ciertas pautas en cuanto a la relación con los otros.

Bajo estas consideraciones sobre el apego afectivo, la relación de este con el desarrollo emocional y las formas de relación interpersonal, es donde se puede ir situando una problemática que ha ido tomando fuerza con el paso de los años y que es cada vez más común ver en relaciones interpersonales, la cual ha sido identificado bajo el nombre de dependencia emocional. La dependencia emocional se relaciona y muchas veces se confunde con conceptos tales como el apego, conducta obsesiva, codependencia, adicción al amor, entre otras (Castelló. 2000), sin embargo, todos estos conceptos han contribuido al reconocimiento de este fenómeno y de las

personas que se encuentran dentro de una relación inadecuada donde el amor inseguro es la clave.

La dependencia emocional de acuerdo a Castelló (2005), se define como “un patrón persistente de necesidades emocionales insatisfechas que se intentan cubrir de manera desadaptativa con otras personas”. Existen dos corrientes para describir el origen de la dependencia emocional, por un lado, se ha propuesto que la dependencia emocional parte de una situación de sobreprotección en las carencias de infancia implicando una falta de experimentación de sentimientos de estrés y frustración, lo cual desemboca en un profundo temor a la pérdida de las relaciones personales (Riso, 2008). En relación a lo anterior, las personas cuando presentan dependencia emocional tienden a desarrollar diversas estrategias de control para conservarse cerca de su pareja y así evitar el sentimiento de soledad o la ansiedad producto de dicha separación (Lemos y Londoño, 2006).

En sentido contrario, autores como Castelló (2005) y Schaeffer (1998) describen que la dependencia emocional proviene de una serie de carencias afectivas en los primeros años. Todo ello deriva de situaciones adversas experimentadas durante la infancia las cuales dan lugar a esquemas mentales desadaptativos, pero dichas situaciones no llegan a ser tan extremas, por lo tanto la persona no sufre una desconexión emocional. Como consecuencia, las personas que presentan dependencia emocional se implican continuamente en una serie de relaciones personales insatisfechas para intentar complacer sus carencias afectivas a través de vínculos estrechos y éstas suelen presentar patrones desadaptativos (Castelló, 2000).

A su vez la dependencia se ve acompañada por ciertas creencias en torno a si mismo y a la relación que se establece con otros, involucrando aspectos como la soledad, la separación, el miedo, el autoengaño, la vulnerabilidad, las altas expectativas y el compromiso (Cid, 2009). Así

mismo, Norwood (1985), establece factores los cuales contribuyen a que estas relaciones se establezcan, se mantengan, se consoliden y se renuevan constantemente a lo largo de la vida de las personas dependientes emocionales. Dentro de estos factores se encuentran miedo a la pérdida, carencia afectiva, especialmente la que se da en edades tempranas, establecimiento y conservación de vínculos afectivos problemáticos y dañinos para la persona, situar la autoestima en los otros, a cuestiones culturales y de género, entre otros.

Por otra parte, al hablar de diagnóstico, se evidencia que propiamente la dependencia emocional no se encuentra presente en ninguna clasificación de trastornos mentales ni en ningún manual de trastornos como el DSM-IV o el CIE-10, sin embargo pudiera ser considerada dentro de la categoría de “trastorno de la personalidad no especificado” o dentro de “trastorno de personalidad por dependencia”, debido a que sus características o síntomas se acercan más a los criterios establecidos para dichos trastornos (Sirvent & Moral, 2007; Castelló, 2000, 2005).

Sin embargo Castelló (2005), en uno de sus trabajos propone que para el diagnóstico del trastorno de la personalidad por necesidades emocionales se evalúen en las personas el cumplimiento de cinco o más de los siguientes criterios: necesidad de la pareja, la búsqueda constante de una pareja cuando no la hay, la sumisión ante la pareja, la priorización de la relación por encima de cualquier cosa, miedo constante a que la relación termine, autoestima baja, miedo excesivo a la soledad, idealización de la pareja; aunado a esto también se puede hacer uso de la historia de vida de la persona, así como de entrevistas y cuestionarios que aporten más información sobre la situación, dentro de los cuestionarios encontramos al Test de perfil relacional (RPT) de Bornstein y Languirand (2002), cuestionario de dependencia emocional CDE de Lemos y Londoño (2006), el inventario de dependencia interpersonal (IDI) de Hirschfeld, Klerman, Gough, Barrett, Korchin y Chodoff (1977).

Así mismo, la dependencia emocional ha sido ligada a el síndrome de Fortunata ya que presentan características en cuanto a factores de la personalidad de la persona, según Akhtar (1985) presentan rasgos de ansiedad también otros como lo es baja autoestima que podría ser el principal desencadenante de la dependencia, inseguridad personal, como también ambivalencia de sentimientos y síntomas propios del trastorno límite de personalidad, allí se hace hincapié en que este síndrome se presenta en las mujeres hacia hombres casados cuando se adentran en una relación dependiente, denominándolo en ocasiones como un fenómeno social, pero también siendo llamado un tipo de dependencia emocional estableciendo así un lazo estrecho entre estas, donde hay una clara distorsión cognitiva.

Una de las singularidades del síndrome son los pensamientos recurrentes del hombre abandonando su matrimonio o primer hogar establecido, también se justifica pensando que es un infortunio haberse enamorado de un hombre casado, pero a la vez una mala casualidad, idealizando a el sujeto y desvalorizando su capacidad crítica, dándole así la razón constante a él, entre los estudios se acentúa un hecho y es el de la mujer presentando un nivel socioeconómico menor al del hombre, suele ser más joven y con menos experiencia que él, dejándola vulnerable a la manipulación de quien posee mayor intelecto o veteranía.

Existen rasgos o comportamientos establecidos como patrones del síndrome o la dependencia como rasgos masoquistas, resultados del conflicto de Edipo aun no resuelto en su momento, una creencia continua del hecho de estar sin la persona con quien sostiene una relación la vida no tiene sentido, algunos factores desencadenantes están enunciados como los patrones educativos, donde muchas mujeres crecen en ambientes con roles específicos en su familia y comentarios de subordinación o dependencia económica de un hombre, también el miedo a la soledad donde este termina siendo uno de los factores precipitante al mantenimiento de relaciones, sin dejar de

nombrar las evidentes diferencias que existen entre la dependencia y el síndrome ya que la mujer en este tiene un deseo de exploración y aceptación por ser la segunda o la otra en una relación, con constante esperanza de ser la única.

Por otro lado, se enfatiza la dependencia emocional en contexto con los cambios tecnológicos, estos puede ser utilizado por la persona dependiente para localizar u obtener información de la personas con la cual estableció una relación, volviéndose parte de la rutina sentimental, donde se ha destacado en la persona dependiente la cual puede ser demostrativo en ausencia de su pareja, cabe señalar sobre la relación la cual no equivalente al "amor utópico" el cual se define como una decisión conjunta o bilateral, siendo ventajosa y rica, una pasión unida donde existe compromiso de privacidad, además de tener la libertad ambas partes.

La constante asociación a otras temáticas es común donde se debe estudiar o analizar en distintas situaciones, una de ellas es en la cognición más específicamente en las mujeres que han sido vulneradas o víctimas de violencia, está ya sea psicológica, física o sexual. Por lo general presentan patrones de pensamientos después de haber sufrido de maltrato por parte de su pareja sentimental o cualquier persona, encontrándose en varios estudios los evidentes cambios en cuanto a pensamientos y creencias, por lo general estos cambios se dan hacia sí mismas y hacia lo que creen merecer como mujeres.

Igualmente crecer en un hogar con constante maltrato genera esquemas en la persona sobre la normalización de estas situaciones en los hogares, entablando creencias que pueden ser disfuncionales para la persona a largo plazo, generando desequilibrio en como la persona lleva a cabo sus relaciones interpersonales, esta temática en particular se menciona anteriormente esto debido a lo indispensable de entender no solo la crianza sino su papel fundamental en la vida de los seres humanos funcionales.

Las personas maltratadas pueden inicialmente presentar una desconfianza a quienes están más cercano a ellos, entendiendo así sus necesidades de afecto o cuidado las cuales no serán satisfechas por una posible pareja, ni donde este se interese despreocupadamente por hacerlo, categorizando así lo más cercano a ella es su entorno como lastimador o donde le generara daño, ya que anteriormente ha sido así, percibiendo por parte de los demás una necesidad por generarles daño para su placer, es decir se da una alteración en la percepción. Ligándose a varios conceptos como lo es la personalidad autodestructiva en donde se busca constantemente el dolor, absteniéndose de vivir experiencias agradables o las cuales le generen alegría, denominado mayormente como masoquismo, llegando a la sumisión con tal de ser aceptada y aprobada por el individuo, generando así establecimiento de relaciones con personas narcisistas los cuales necesitan atención excesiva y atención, sosteniendo relaciones conflictivas y con pensamientos irreales de ser importantes.

La adicción amorosa también es asociado siendo esta comparado en numerosas ocasiones con la adicción sin sustancias, siendo una necesidad inminente de tener pareja y de estar con ella, queriendo su atención y ser parte de su vida, priorizándola de igual manera sobre cualquier actividad o persona, dejando de un lado sus propios intereses con tal de realizar los del otro sujeto, si esta persona no se encuentra cerca o alcance entonces se genera una búsqueda de ella, evitando lo mayor posible encontrarse alejados, también se presenta una llamada abstinencia que se da cuando esta relación llega a su fin, generada por un ruptura por parte de la otra parte involucrada, esto provoca un dolor enorme llegando a evidenciarse en episodios ansiosos o depresivos que la persona puede desarrollar debido a esto, pero también debido a otros motivos como pensamientos intrusivos de celos y desconfianza.

La persona puede aumentar sus sentimientos de fracaso hasta el punto de sentirse inferior o indigno de establecer una relación con cualquier persona, pero teniendo cambios de humor drásticos y generando una persona mal humorada constantemente, podría decirse que la descripción anterior es correspondiente a la dependencia emocional, teniendo como foco que la adicción está centrada hacia las relaciones interpersonales más específicamente hacia una pareja contrario a la dependencia que se puede presentar en las relaciones de familia, amigos o pareja, es decir de forma más amplia.

La necesidad constante de agradar a los demás no es sino característica de la dependencia debido a su búsqueda de aprobación por su pareja, la otra persona suele sentirse abrumado o invadido donde el dependiente abarca la mayor atención posible, teniendo comportamientos parecidos al del apego ansioso. Las comparaciones son incontables igual que los parecidos con ciertas patologías o comportamientos des adaptativos, por ello se debe tener el mayor conocimiento de la temática posible, para evitar cometer errores con este tipo de situaciones.

Capítulo III: Perspectiva de la dependencia emocional desde la psicología clínica y la psicología de la salud con intervención desde el modelo cognitivo.

Comprender la dependencia requiere de la consulta de diversos autores que lo ahonden desde su perspectiva, entre ellos se encuentran Korchin (1976) y Goldenberg (1973), junto a ello se continua con la consideración de la dependencia como síntoma de otros trastornos y como una posible categoría en el DSM, para que posterior a eso sea abordado desde la psicología clínica y la psicología de la salud, donde se establecen ambas definiciones , por último se entablan las posibles intervenciones que se pueden llevar a cabo y los factores a tener en cuenta durante el proceso.

La psicología clínica ha sido definida por varios autores, inicialmente Korchin en (1976) quien la considera una especialidad, la cual procura entender la conducta humana y mejorar la situación de las personas quienes se encuentran con problemas, utilizando para ello los conocimientos y las técnicas más avanzadas y procurando, mediante la investigación, mejorar las técnicas y ampliar los conocimientos para buscar mayor eficiencia.

En un segundo momento se encuentra a Goldenberg (1973) quien la entiende como una rama de la Psicología que investiga y aplica sus principios a la situación única y exclusiva del paciente para reducir sus tensiones y ayudarlo a funcionar de una forma más eficaz, para poder guiarse en este sentido y teniendo en cuenta las diversas definiciones sobre esta rama de la psicología, se logra enfatizar en la relación con la dependencia emocional ya que esta es una clara alteración del individuo y sus áreas de funcionamiento, necesitando una atención de manera particular, dentro de la cual se debe realizar inicialmente una evaluación clara y concisa de este, la relación va más allá de las definiciones en sí, son de relevancia debido a los autores quienes coinciden esto sea considerado como una adicción el establecimiento y mantenimiento de relaciones interpersonales, con un patrón específico ya sea de comportamientos o pensamientos.

En un primer momento la dependencia emocional es considerada por algunos autores como un posible síntoma de otros trastornos, llegando al punto de considerarlo como parte del DSM y de una categoría diagnóstica más específica en las adicciones no relacionadas con sustancias, esto genera diversas conclusiones de la dependencia generando características propias, por medio de conceptos teóricos que se han especializado en ello y con el acompañamiento de una exploración a un nivel más clínico, para ahondar más en el individuo se ha recomendado establecer la causa de la necesidad de estos tipos de lazos, por ende se profundiza en la infancia, enfatizando en experiencias de maltrato infantil en el seno familiar. Para tener un mejor contexto

sobre los enfoques en los que se puede trabajar y generar un lazo entre las ramas de la psicología y la dependencia emocional se debe indagar del mismo modo la psicología de la salud proporcionando un mayor criterio en general.

Para abordar la psicología de la salud y que esta sea de manera complementaria con las temáticas anteriormente mencionadas, se establece el enlace cercano con la dependencia emocional, para ello se enmarca la definición de la psicología de la salud, entendida como “la disciplina o el campo de especialización de la Psicología que aplica los principios, las técnicas y los conocimientos científicos desarrollados por ésta a la evaluación, el diagnóstico, la prevención, la explicación, el tratamiento y/o la modificación de trastornos físicos y/o mentales o cualquier otro comportamiento relevante para los procesos de la salud y enfermedad, en los distintos y variados contextos en que éstos puedan tener lugar”, según Oblitas, (2006). Se abarcan desde distintas perspectivas como lo es la prevención de enfermedades donde cumple un rol importante o de igual manera donde modifica hábitos que pueden ser perjudiciales para el individuo.

Después de obtener suficiente información se establece la relación entre las temáticas anteriormente mencionadas las cuales pueden ser asociadas, teniendo en cuenta la problemática, la cual afecta en gran medida al ser como individuo y a su entorno a mayor escala, donde la persona presenta patrones de conducta como, alejarse de quienes se han convertido en su posible red de apoyo, sin dejar de un lado que esta persona puede llegar a generarse accidentes autolesivos por la necesidad inminente de su pareja, allí enfocan la necesidad de generar una prevención a estas conductas y a estas adicciones.

Por lo tanto, se generan rutas alternativas para estos pensamientos enfocándose en la relevancia de que la persona sea sinónimo de salud no solo física sino que también mental, para

de esta manera implementar múltiples estrategias a un nivel global, siendo estas de gran utilidad para todas las personas, quienes deseen y sean conscientes de su problemática, estas se encuentran enfocadas hacia la asimilación y enfrentamiento, específicamente de aquello definido o establecido como aqueja a la persona, sin evadir responsabilidades las cuales deben asumir ante ciertos pensamientos, los cuales llevan a cabo pero teniendo como prioridad y como punto de referencia la conservación de su salud, el generar estrategias requiere de estudiar los diferentes enfoques desde los cuales se pueden aplicar y el público al cual se desea llegar, para ello se abarcan temáticas centradas en ello, donde también toquen diversidad de temáticas para generar así un mayor conocimiento en quien los utiliza.

El cuestionario de dependencia emocional fue construido con base a la teoría del modelo de la terapia cognitiva de Beck la cual es una de las terapias consideradas con mayor relevancia en la psicología cognitivo-conductual y podría tenerse en cuenta como una psicoterapia de orientación cognitiva ya que según la teoría cognitiva de Beck, cualquier influencia en la cognición debería ir seguida de un cambio de humor o de un cambio en el estado de ánimo y, como resultado, cambios de comportamiento. También podemos destacar del autor su publicación sobre la depresión, causas y tratamiento, allí es donde enfatiza el modelo de la terapia de la depresión, para tener en cuenta las obras publicadas por el autor han sido claves para quienes continúan trabajando en aquella temática y de igual manera para las personas encargadas de generar métodos de tratamiento, por ello se profundiza en un primer momento sobre la teoría y en que consiste para en un segundo momento abarcar el cuestionario y las sub-escalas, las cuales se generaron como resultado de la investigación a profundidad de la teoría del modelo de terapia cognitiva.

Para obtener una mayor perspectiva del cuestionario se logra indagar en los diferentes factores evaluados allí, lo cual genera en quien lo lee un conocimiento más completo sobre los puntos a tener en cuenta, encontrando primeramente “ansiedad por separación” en el cual se describen las expresiones emocionales del miedo producido ante la posibilidad de disolución de la relación. Si bien como cuadro clínico la Ansiedad por separación hace parte de los Trastornos de la infancia, la niñez o la adolescencia (American Psychiatric Association, 2002), allí se evidencian expresiones emocionales ante la posibilidad de la pérdida de la relación establecida y también se presentan constantes inseguridades ante su pareja.

En un segundo momento el factor “Expresión afectiva” donde la persona es catalogada como dependiente presenta una notable necesidad donde se le demuestre cariño o afecto constante, calmando todo pensamiento de inseguridad, necesitando de esto diariamente y refiriéndose a ello como un amor incondicional, esta necesidad se ha catalogado como una adicción insaciable de afecto, seguidamente hay tercer factor denominado “Modificación de planes” como su nombre lo menciona la persona ansiosa de atención establece un horario de acuerdo a los de su pareja dejando de un lado su calendario tratando de compartir más tiempo con su pareja o simplemente con el fin de complacerle, convirtiendo a esta persona en el centro de todo.

Miedo a la soledad es considerado el cuarto factor en el cual se da una clara imagen a el temor de encontrarse aislado y sin un ser amado que le proporcione cariño, Castello (2005) quien ahonda en la temática establece que la persona acepta el miedo que presenta y manifiesta tener sentimiento de vacío sin esta persona, ya que le proporciona equilibrio emocional. Como quinto factor se expone el denominado expresión límite donde algunas situaciones puede desencadenar en la persona dependiente acciones auto lesivas, entre otras relacionadas estrechamente con el trastorno límite de personalidad, estos se suelen dar ante pérdidas de relaciones o inminentes

alejamiento de las personas a las cuales consideran importantes y vitales para su vida, es decir un rompimiento generado por la otra persona.

En cuanto al último factor llamado búsqueda de atención que tiene una clara relación con los demás factores donde de manera continua se intenta obtener el interés y la atención de la pareja (Castelló, 2005), para tener completa seguridad de que esta no se alejara, tratando y esforzándose por mantener el protagonismo y el foco de la otra persona, llenando en gran medida su necesidad de afecto.

Para entablar un posible tratamiento se debe profundizar en los inicios teóricos y así tener bases sólidas para su ejecución, se sugiere esto se haga de una manera específica, donde sean integradas aquellas dimensiones las cuales puedan estar siendo alteradas debido a la problemática, teniendo como prioridad resultados positivos del proceso terapéutico, en ello el terapeuta tiene un papel principal donde pone a prueba sus características como profesional y la implementación del tratamiento de manera individual potencializando al paciente como ser y de esta manera el proceso tenga mayor éxito.

Inicialmente se debe evaluar en su totalidad la gravedad del asunto, es decir si esta es leve a niveles más bajos o grave siendo alarmante y afectando totalmente sus diferentes áreas de interacción, esta información solo se obtiene por medio de la indagación y la observación, para ello se implementa los cuestionarios de dependencia emocional, el cual da una imagen más clara de la situación de la persona, generando recomendaciones de modificación a esos patrones de conducta, para de forma escalonada evitar el resultado de la consulta, obtenidos los resultados , inicialmente se aborda el de mayor puntuación y el cual puede ser de atención, sin dejar atrás los otros factores con niveles los cuales llaman la atención.

Para analizar a profundidad la relación y si esta es inminente a una ruptura , se sugiere mantenerse al margen de las relaciones un tiempo prudente en el cual haya realizado su proceso de duelo, siendo indispensable el acompañamiento para lograr de esta manera en la persona dependiente el inicio de la autoexploración, es decir se conozca a mayor profundidad y haga una evaluación a conciencia, será de importancia para la persona quien obtendrá el conocimiento de sus límites y las áreas a reforzar, sentirse mejor consigo mismo estando en un estado sentimental soltero para así establecer en un momento posterior una relación más sana y rompa estos patrones abusivos, las redes de apoyo de las cual se alejó por voluntad propia , deben reconstruirse para el proceso, el cual requiere del mayor apoyo al cual pueda acceder el individuo ,completando el proceso de manera exitosa, para ello se deben tener en cuenta temáticas como el autoestima, establecimiento de reglas y demás, los cuales se evidencien han sido afectadas en la persona en cuestión.

En el proceso se evalúa si el individuo el cual acude al tratamiento es suficientemente consciente de la importancia de su pasado, más específicamente de su infancia o adolescencia, considerando que no se debe centrar en esto sino en el presente y en el posible futuro generando automotivación para llevar a cabo proyectos por sí mismo, esta es una de las recomendaciones a tener en cuenta para se de una mejor ejecución del proceso, lo que garantiza en gran mayoría el éxito, teniendo en cuenta el perfil distintivo desde el modelo cognitivo el cual establece “es claro que en cada sujeto existen ciertas creencias y estrategias que forman parte de su perfil característico (Beck et al., 2007). Estas son importantes en la medida que guían su procesamiento de la información y la formación de representaciones mentales de sí mismo y del entorno, lo que le permite al sujeto adaptarse al medio (Beck, 2000), teniendo en cuenta lo anterior se establecen ciertas características, las cuales se deben identificar como lo son los esquemas desadaptativos

tempranos y las distorsiones cognitivas, estas permiten entender la dependencia emocional desde la parte cognitiva, comprendiendo los patrones en la dependencia y ciertos factores de este.

Para obtener una mejor visión desde diferentes perspectivas se tiene en cuenta el enfoque psicodinámico en cuanto a los mecanismos de defensa o los procesos inconscientes que se ejecutan, para lograr esto se deben estudiar a profundidad lo que son las dimensiones del sujeto más concretamente aquellas que están siendo afectadas por la patología, de las cuales se toma en cuenta la psicodinámica que está particularmente centrada en los procesos cognitivos inconscientes como lo son los mecanismos de defensas o también las estrategias de afrontamiento.

Mediante las dimensiones se encuentra el bloqueo afectivo el cual tiene gran relevancia, debido a su manera de aparición, la cual es seguida y más específicamente en la dependencia emocional, podría ser descrita como la protección de la persona hacia el mismo después de una pérdida amorosa por lo general, lo cual evita mayor unión íntima con otras personas, lo anterior genera indicadores de sus próximas relaciones, las cuales se llevaran a cabo con mayor seriedad evitando de esta manera su ruptura a costa de todo, allí el tratamiento destaca la eliminación de estos tipos de mecanismos, en primer momento se le suministra el mayor apoyo emocional que esté al alcance del profesional para el paciente, teniendo en cuenta el compromiso de trabajo diario.

En cuanto a la dimensión afectiva ,esta se relaciona con temáticas como lo es, el autoestima pero también está incluida en el estado de ánimo y en la constante sensación de ya sea bienestar o malestar que pueda sentir la persona hacia sí misma, ya sea tristeza, alegría, desesperación o cualquier otro, el trabajo de esta área requiere de la parte interna y externa, la persona dependiente deseara tener un equilibrio emocional en cuanto a su pareja, esto es denominado el

suministro de afecto exterior y se lleva acabo cuando la persona ya ha recibido una guía y se encuentra lista para este paso, teniendo el apoyo de su red cercana, pero antes de ello debe trabajar en el interno ya que se plantean el hecho de quererse así mismo, logrando que la persona tenga conocimiento de su valor, en un primer instante siendo consciente de sus capacidades y el potencial que tiene como profesional o como ser humano. El tratamiento debe ser generado por un profesional que con anterioridad realice la evaluación correspondiente evitando así pasar por desapercibida cualquier área que necesite su debida atención.

MARCO CONTEXTUAL

Cúcuta, oficialmente San José de Cúcuta, es un municipio colombiano, capital del departamento de Norte de Santander y núcleo del Área metropolitana de Cúcuta. Cuenta con una población aproximada de 777.106 habitantes, (Departamento Administrativo Nacional de Estadística, 2020). Lo cual lo convierte en el municipio más poblado del departamento y el sexto municipio más poblado del país. Siendo así, el principal escenario político, económico, industrial, artístico, cultural, deportivo y turístico de Norte de Santander. Así mismo, la ciudad de Cúcuta está conformada por 10 comunas, entre ellas se encuentra la comuna 7, la cual está constituida por 18 barrios, siendo el Ospina Pérez uno de ellos.

Este sector de la ciudad cuenta con una gran diversidad poblacional, social y estructural. Está conformado por una población aproximadamente de 30.000 habitantes, de acuerdo con el presidente de la Junta de Acción Comunal, aunque refiere que no existe este dato con certeza. En cuanto a su estratificación económica en esta se reflejan los estratos 1 y 2 específicamente.

De igual manera, el barrio Ospina Pérez desde su edificación cuenta con una institución educativa y diversos hogares infantiles del Instituto Colombiano de Bienestar de Familiar, así mismo, se construyeron espacios para la recreación de los niños y sus familias, tales como parques biosaludables, canchas de fútbol y baloncesto. También, la comunidad cuenta con escenarios de salud, como lo son las droguerías, el centro de salud I.P.S. Ospina Pérez, odontologías y la fundación Hoasis. Igualmente, se evidencian diversas ideologías dentro de la comunidad por lo cual se cuentan con iglesias que practican la religión católica e iglesias que practican la religión cristiana.

Por otra parte, en el barrio Ospina Pérez se resalta su variedad en temas de comercio, encontrando así negocios como, supermercados, tiendas de barrio, restaurantes, tiendas de textil,

almacenes de ropa, spa de uñas, barberías y corresponsales bancarios. Esta información es de vital importancia, puesto que permite conocer como está constituido el barrio, en el cual habitan las parejas seleccionadas para el proyecto de investigación, suministrando datos relevantes sobre su condición de vida, lo cual permite analizar su contexto de salud y bienestar.

MARCO LEGAL

El trabajo de investigación tomó en consideración el cumplimiento de la ley 1090 de 2006 por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones, donde se establecen las disposiciones generales del artículo 2, de los principios generales: los psicólogos que ejerzan su profesión en Colombia se regirán por principios universales, dentro de las cuales las psicólogas en formación a cargo de la presente investigación actuaron por medio de ello.

Primeramente se estableció la confidencialidad, la cual es entendida como la obligación básica de los psicólogos respecto a la confidencialidad de la información obtenida de las personas en el desarrollo de su trabajo como psicólogos. Revelaran tal información a los demás solo con el consentimiento de la persona o del representante legal de la persona, excepto en aquellas circunstancias particulares en que no hacerlo llevaría a un evidente daño a la persona u a otros. Los psicólogos informaran a sus usuarios de las limitaciones legales de la confidencialidad, lo cual se realizó momentos antes de llevar a cabo la aplicación de pruebas, donde se dialogó todo lo concerniente y se resolvieron las dudas de los participantes.

En un segundo momento se encontró la evaluación de técnicas, esta se da en el desarrollo, publicación y utilización de los instrumentos de evaluación, los psicólogos se esforzarán por promover el bienestar y los mejores intereses del cliente. Evitarán el uso indebido de los resultados de la evaluación. Respetarán el derecho de los usuarios de conocer los resultados, las interpretaciones hechas y las bases de sus conclusiones y recomendaciones. Se esforzarán por mantener la seguridad de las pruebas y de otras técnicas de evaluación dentro de los límites de los mandatos legales. Harán lo posible para garantizar por parte de otros el uso debido de las técnicas de evaluación, para ello se indago de manera previa sobre la técnica a aplicar, su

validación y forma de uso, lo cual facilitó la suministración a la población la herramienta de manera adecuada.

En cuanto a la investigación con participantes humanos, se debe tener en cuenta la decisión de acometer una investigación descansa sobre el juicio que hace cada psicólogo sobre como contribuir mejor al desarrollo de la psicología y al bienestar humano. Tomada la decisión, para desarrollar la investigación el psicólogo considera las diferentes alternativas hacia las cuales puede dirigir los esfuerzos y los recursos. Sobre la base de esta consideración, el psicólogo aborda la investigación respetando la dignidad y el bienestar de las personas que participan y con pleno conocimiento de las normas legales y de los estándares profesionales que regulan la conducta de la investigación con participantes humanos.

Es de vital importancia resaltar la aprobación suministrada por los participantes haciendo pleno uso de facultades en cuanto al consentimiento informado, la cual se estableció es de interés académico, para ello se implementó el artículo 29, el cual especifica la exposición oral, impresa, audiovisual u otra, de casos clínicos o ilustrativos con fines didácticos o de comunicación o divulgación científica, debe hacerse de modo que no sea posible la identificación de la persona, grupo o institución de que se trata, o en el caso de que el medio utilizado conlleve la posibilidad de identificación del sujeto, será necesario su consentimiento previo y explícito.

MARCO METODOLOGICO

Enfoque y tipo de investigación

El proyecto de investigación aquí nombrado sobre la dependencia emocional es de enfoque cuantitativo aplicándose así con ayuda de herramientas las cuales recaban información confiable basada en procedimientos estadísticos, algunos de estos son la recolección de datos por medio de test, cuestionarios o entrevistas y por último el análisis y la globalización de los resultados. La metodología cuantitativa de acuerdo con Tamayo (2007), consiste en el contraste de teorías ya existentes, a partir de una serie de hipótesis surgidas de la misma, siendo necesario obtener una muestra, ya sea en forma aleatoria o discriminada, pero representativa de una población o fenómeno objeto de estudio. Por lo tanto, para realizar estudios cuantitativos es indispensable contar con una teoría ya construida, dado que el método científico utilizado en la misma es el deductivo. Así mismo, es de tipo exploratorio, ya que nos suministra las bases para identificar la existencia de un fenómeno o poder estudiarlo dentro de una población aislada, es decir en la cual la variable no se ha estudiado con anterioridad, (Vera, 2021).

Población

Para el desarrollo de esta investigación, se sabe de una población aproximadamente de 30.000 habitantes del barrio Ospina Pérez de la Ciudad de Cúcuta, Norte de Santander, de acuerdo con el presidente de la Junta de Acción Comunal. De igual manera, refiere que no existe este dato con certeza.

Muestra

La selección de las parejas que participaron en la investigación fue realizada a través del método no probabilístico-intencional o de conveniencia, el cual permitió elegirlos cuidadosamente teniendo en cuenta unos criterios específicos, sin embargo, ya que no todos los sujetos tuvieron la misma probabilidad de ser elegidos, los resultados de este estudio no son generalizables a toda la población (Hernández et al., 2010). Así mismo, este muestreo posibilita la inclusión de grupos aparentemente típicos, es decir, aquellos que comparten características en común y de interés para la investigación, seleccionando sujetos que están accesibles o disponibles” (McMillan, J. H. y Schumacher, S., 2005).

Con base en lo anterior, la muestra está conformada por 9 parejas del barrio Ospina Pérez de la Ciudad de Cúcuta, Norte de Santander, con edades que oscilan entre los 20 y 55 años, así mismo mantienen una relación heterosexual de mínimo 3 años de duración para relaciones afectivas de unión libre y matrimonio, y de 8 meses para relaciones sentimentales de noviazgo, obteniendo 3 parejas de cada condición.

Criterios de selección***Criterios de inclusión***

- Parejas que tienen una relación heterosexual.
- Personas que se encuentran actualmente en una de las tres relaciones de parejas, siendo estas el noviazgo, la unión libre y el matrimonio.
- Parejas que viven en el barrio Ospina Pérez de la Ciudad de Cúcuta, Norte de Santander.
- Parejas con edades que oscilan entre los 20 y 55 años de edad.
- Parejas que se encuentran en una relación de noviazgo con un tiempo de relación estimado de ocho (8) meses como mínimo.

- Parejas que se encuentran en una relación de convivencia denominada unión libre con un tiempo de relación estimado de tres (3) años como mínimo.

- Parejas que se encuentran en una relación de matrimonio con un tiempo de relación estimado de tres (3) años como mínimo.

Criterios de exclusión

- Parejas que no completaron los datos socio-demográficos o dejaron casilleros en blanco en la encuesta.

- Parejas que voluntariamente no desean participar en el desarrollo del cuestionario de dependencia emocional.

- No estar en una relación sentimental como lo es el noviazgo, la unión libre o el matrimonio.

- Las parejas no cumplen con el tiempo mínimo estipulado de relación o las edades indicadas en el estudio.

Hipótesis

1. Se espera encontrar una diferencia de los resultados entre los distintos grupos de relaciones afectivas a evaluar.

2. La expectativa que se tiene acerca de la relación de noviazgo es que presente una mayor puntuación sobre los otros tipos de relaciones, evidenciando así mayor presencia de los rasgos de dependencia emocional.

3. En cuanto a los factores a evaluar con el Cuestionario de Dependencia Emocional, específicamente el de ansiedad por separación, lo esperado es que esté presente una mayor incidencia en los grupos evaluados.

Categorías

Tabla 1. Categorías.

<p>1. Dependencia emocional</p>	<p>La dependencia emocional se plantea como un patrón que involucra aspectos cognitivos, emocionales, motivacionales y comportamentales orientados al otro como fuente de satisfacción y seguridad personal, que implica creencias erróneas acerca del amor, de la vida en pareja y de sí mismo. Creencias que llevan a pensar, a quienes presentan este patrón, que la vida solo puede concebirse dentro de una relación, aun cuando esta les genere dolor e insatisfacción. (Castelló, 2005).</p>
<p>2. Factores del cuestionario de dependencia emocional</p>	<p>Definición</p>
<p>Ansiedad por separación</p>	<p>Expresiones emocionales de miedo que se produce ante la posibilidad de disolución de la relación, 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” (Lemos & Londoño, 2006).</p>
<p>Expresión afectiva</p>	<p>Constante necesidad de expresiones de afecto de su pareja que reafirmen el amor que se sienten y que calme la sensación de inseguridad. La desconfianza por el amor de la pareja y la</p>

	necesidad de un amor incondicional llevan a que el dependiente emocional demande de su pareja expresiones constantes de afecto, que le aseguren que es amado (Lynch, Robins & Morse, 2001).
--	---

Modificación de planes	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” (Lemos & Londoño, 2006).
------------------------	---

Miedo a la soledad	Temor de encontrarse aislado y sin un ser amado que le proporcione cariño, Castello (2005) quien ahonda en la temática establece que la persona acepta el miedo que presenta y manifiesta tener sentimiento de vacío sin esta persona, ya que le proporciona equilibrio emocional.
--------------------	--

Expresión límite	Pérdida del sentido a la vida que lo lleva a cometer acciones autolesivas y que manifieste expresiones impulsivas de autoagresión, las cuales se generan ante la posibilidad de la ruptura de la relación. Las manifestaciones límites frente a la pérdida, pueden ser vistas como estrategias de aferramiento ante su pareja, (Castelló, 2005; Bornstein et al, 2002).
------------------	---

Búsqueda de atención	Tendencia a 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). 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).

3. Tipos de relaciones de pareja	Definición
Noviazgo	Se considera la etapa inicial de la historia de amor y está guiada por el enamoramiento. En el noviazgo la pareja busca el conocimiento mutuo, van a citas, se da la conquista y la seducción. (Nicuesta, 2014). Si la relación se formaliza terminaran casándose o viviendo juntos.
Unión libre	Unión Marital de Hecho, la formada entre un hombre y una mujer, que, sin estar casados, hacen una comunidad de vida permanente y singular. (art.1 ley 54 de 1990). Es una relación en la cual la pareja convive de forma estable, adquiriendo un compromiso mutuo, estableciendo los roles y dinámicas familiares pertinentes.
Matrimonio	Unión legal de dos personas de distinto sexo, realizada voluntariamente, con el propósito de convivencia permanente, para el cumplimiento de todos los fines de la vida. (Vara, 2006).

Instrumento

Como instrumento se empleó el Cuestionario de dependencia emocional construido con base en la teoría del modelo de la terapia cognitiva de Beck siendo una de las terapias con mayor relevancia en la psicología cognitivo-conductual, posteriormente también se enfatizó en la teoría de dependencia emocional de Castelló. Este cuestionario fue construido y validado en Colombia en el año 2006 por Mariantonia Lemos Hoyos y Nora Helena Londoño Arredondo en la ciudad de Medellín-Colombia, donde la población estaba conformada por estudiantes (últimos grados de secundaria y universitarios) y personas laboralmente activas, donde su muestra fue de 815 participantes, 506 (62.1%) mujeres y 309 (37.9%) hombres, con rango de edad de 16 a 55 años.

El instrumento inicialmente estaba compuesto por 66 ítems, sin embargo 43 fueron eliminados por medio del análisis factorial puesto que no cumplían con los criterios para la selección, estableciendo así un total de 23 ítems. Cada ítem se encuentra valorado en una escala Likert de seis puntos que va desde uno (completamente falso de mí) hasta seis (me describe perfectamente), y evalúan factores como: Factor 1: Ansiedad de separación (7 ítems, $\alpha = 0.87$), Factor 2: Expresión afectiva de la pareja (4 ítems, $\alpha = 0.84$), Factor 3: Modificación de planes (4 ítems, $\alpha = 0.75$), Factor 4: Miedo a la soledad (3 ítems, $\alpha = 0.8$), Factor 5: Expresión límite (3 ítems, $\alpha = 0.62$) y Factor 6: Búsqueda de atención (2 ítems, $\alpha = 0.7.8$). El Alfa de Cronbach del cuestionario obtuvo un total de 0,927, con una explicación de la varianza del 64.7%.

Procedimiento

Fase I

En primer momento, para la realización de la investigación se indagó acerca de la bibliografía de la temática a trabajar, lo que a su vez aportó a la construcción del marco teórico, luego se plantearon los objetivos pertinentes los cuales son clave fundamental para dar seguimiento a la

construcción del proyecto. Posterior a ello, se formuló el planteamiento del problema con el objetivo de revelar la viabilidad del proyecto y establecer una solución oportuna a la problemática. Por último, en la fase de diseño se elaboró el estado del arte en el cual se exploraron diferentes investigaciones realizadas a nivel internacional, nacional y regional y de esta manera darle sustento teórico al objeto de estudio y así conocer que tanto se ha estudiado anteriormente y en la actualidad.

Fase 2

Seguidamente, se realizó la aplicación del cuestionario, para llevar a cabo este proceso primero que todo se contó con la aprobación de las parejas seleccionada, esto por medio de un consentimiento informado que se les entregó de manera personal teniendo en cuentas las normas de bioseguridad. Posteriormente, se socializó de manera general el contenido y objetivo del estudio y se llevó a cabo la aplicación del Cuestionario de dependencia emocional, suministrando las indicaciones pertinentes para el desarrollo del mismo. Para finalizar esta fase, se recopiló la información para su posterior análisis.

Fase 3

En esta fase se procedió a realizar el análisis de los datos, para ello se empleó el sistema global para el análisis de datos denominado SPSS en su versión 21.0.0.0. Así mismo, en esta fase se dio a conocer a las personas los hallazgos del proceso, con el propósito de promover una observación personal de sus emociones, sus expectativas y la detección de los distintos factores que influían en ellas.

Fase 4

Después, se realizó una oportuna atención implementando la estrategia psicoeducativa desarrollada, donde se expone información relevante sobre la dependencia emocional, para que de esta manera puedan obtener las herramientas necesarias y así logren identificar si presentan

rasgos de dependencia emocional e invitar a la comunidad en general a ser partícipe de la misma y construir relaciones sanas donde se prevenga la presencia de este estado psicológico.

Fase 5

Por último, en esta fase se hizo entrega del trabajo de investigación realizado para la debida revisión por parte de los jurados, posterior a ello se ejecutaron las correcciones pertinentes para su sustentación de acuerdo a lo establecido en el calendario académico, a partir de esto se hizo la divulgación de la estrategia establecida la cual corresponde al fan page.

RESULTADOS

Para el estudio de la información anteriormente recolectada se empleó el sistema global para el análisis de datos denominado SPSS en su versión 21.0.0.0., el cual es utilizado en diversas áreas y una de ellas son las ciencias sociales. Este programa es conocido por su capacidad de procesamiento para bases de datos grandes, por lo tanto, permitió realizar un examen estadístico completo, suministrando los resultados pertinentes para dar respuesta a los objetivos e hipótesis planteadas.

En un primer momento, en la tabla 2, se logró percibir los datos descriptivos suministrados por el programa, donde se evidencio que el estudio realizado contó con una muestra de 9 parejas heterosexuales, es decir un total de 18 personas, en las cuales sus edades oscilan entre 19 y 58 años, presentando una edad promedio de 30,06, así mismo mantienen una relación afectiva de noviazgo, unión libre o matrimonio.

Tabla 2. Estadísticos descriptivos

<i>Estadísticos descriptivos</i>					
	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
Edad	18	19	58	30,06	13,488
Sexo	18	1	2	1,50	,514
Relación	18	1	3	2,00	,840
N válido (según lista)	18				

Obtenido de: sistema global para el análisis de datos SPSS en su versión 21.0.0.0.

En la tabla 3, continuando con el análisis de los resultados descriptivos, se obtuvo a través del programa el total de cada categoría, adquiriendo de esta manera el mínimo y máximo de las puntuaciones de cada factor evaluado en las parejas, evidenciando así mismo el promedio (media) de cada uno, destacando la prevalencia que presenta el factor de Ansiedad por separación sobre los demás.

Tabla 3. Estadísticos descriptivos

<i>Estadísticos descriptivos</i>					
	N	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típ.
Ansiedad por separación	1 8	11	40	24,00	10,857
Expresión afectiva de la pareja	1 8	9	23	16,22	4,453
Modificación de planes	1 8	4	22	13,28	5,378
Miedo a la soledad	1 8	3	17	8,39	4,313
Expresión límite	1 8	3	11	5,44	2,640
Búsqueda de atención	1 8	2	12	7,44	3,329
N válido (según lista)	1 8				

Obtenido de: sistema global para el análisis de datos SPSS en su versión 21.0.0.0.

En la tabla 4, se evidencio el total descriptivo del Cuestionario de Dependencia Emocional, el cual suministra los datos pertinentes como mínimo (41) que puntuó una de las personas en la prueba hasta la puntuación máxima (113) de la misma, reflejando a su vez una media de 74,78, la cual indica que si la prueba se divide en partes iguales este sería el promedio de cada participante.

Tabla 4. Estadísticos descriptivos

<i>Estadísticos descriptivos</i>					
	N	Míni mo	Máxi mo	Medi a	Desv. típ.
Total	18	41	113	74,78	23,033
N válido (según lista)	18				

Obtenido de: sistema global para el análisis de datos SPSS en su versión 21.0.0.0.

Por otra parte, se analizaron las tablas de normalidad y de esta manera se pudo evaluar cuál sería el procedimiento estadístico acorde para cada proceso, para la identificación de esto se utilizó el test Shapiro-Wilk, el cual permitió contrastar la normalidad de un conjunto de datos.

En la Tabla 5, la prueba de normalidad de los factores que evalúa el Cuestionario de Dependencia Emocional reflejó que los datos no estaban distribuidos de forma normal, ya que factores como el de Ansiedad por separación y el de Expresión limite presentaban una normalidad inferior a .05; mientras que factores como Expresión afectiva de la pareja, Modificación de planes, Miedo a la soledad y Búsqueda de atención tenían una normalidad superior a .05. Si el valor p es menor que o igual al nivel de significancia (.05), la decisión es concluir que sus datos no siguen una distribución normal (Minitab Statistical Software, 2019).

Así mismo, en la Tabla 6 se expone la prueba de normalidad del total del Cuestionario de Dependencia Emocional, la cual suministro los resultados pertinentes para establecer que los datos se distribuyeron de forma normal, siendo este total de 0,149, es decir superior a .05. Si el valor p es mayor que el nivel de significancia, la decisión es que no se tiene suficiente evidencia para concluir que los datos no siguen una distribución normal (Minitab Statistical Software, 2019). De lo anterior se infiere que los datos se distribuyen de forma normal.

Tabla 5. Pruebas de normalidad

	<i>Pruebas de normalidad</i>		
	Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.
Ansiedad por separación	,875	18	,021
Expresión afectiva de la pareja	,935	18	,238
Modificación de planes	,949	18	,405
Miedo a la soledad	,939	18	,281
Expresión limite	,853	18	,009
Búsqueda de atención	,913	18	,096

*. Este es un límite inferior de la significación verdadera.

a. Corrección de la significación de Lilliefors

Obtenido de: sistema global para el análisis de datos SPSS en su versión 21.0.0.0.

Tabla 6. Pruebas de normalidad

<i>Pruebas de normalidad</i>			
Shapiro-Wilk			
	Estadístico	gl	Sig.
To	,923	18	,149

tal

a. Corrección de la significación de Lilliefors

Obtenido de: sistema global para el análisis de datos SPSS en su versión 21.0.0.0.

Teniendo en cuenta los datos expuestos en las tablas de normalidad, se decidió utilizar estadísticas paramétricas para el análisis del total del Cuestionario de Dependencia Emocional con los diferentes grupos, (Tabla 6). Las pruebas paramétricas son un tipo de pruebas de significación estadística que cuantifican la asociación o independencia entre una variable cuantitativa y una categórica. Estas, exigen ciertos requisitos previos para su aplicación: la distribución Normal de la variable cuantitativa en los grupos que se comparan, la homogeneidad de varianzas en las poblaciones de las que proceden los grupos. (Rubio & Berlanga, 2012)

Por otra parte, se empleó la estadística no paramétrica ya que algunos de los factores no cumplieron con el estadístico de normalidad, es decir algunos presentaban valores inferiores a .05, lo que indica que la distribución no es normal (Tabla 5). El autor Moses considera que las estadísticas no paramétricas son aplicables a los datos jerarquizados; se pueden usar cuando dos series de observaciones provienen de distintas poblaciones; son la única alternativa cuando el tamaño de muestra es pequeño; y son útiles a un nivel de significancia previamente especificado.

En ambos casos, se implementaron estadísticos de tres o más condiciones de muestras independientes, las cuales se seleccionan de forma aleatoria para que sus observaciones no dependan de los valores de otras observaciones. (Minitab Statistical Software, S.F). Con base en lo anterior, para la evaluación del total del Cuestionario de Dependencia Emocional se realizó el

procedimiento con la prueba Anova I factor y para el análisis de los factores que evalúa el cuestionario se empleó la prueba Kruskal-Wallis.

En la estadística paramétrica Anova I factor (Tabla 7) los datos revelaron que no hay diferencias significativas entre los diferentes grupos porque la significancia es mayor a .05.

Tabla 7. Anova de un favor

ANOVA de un factor					
	Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
Inter-grupos	1410,111	2	705,056	1,39 0	,279
Intra-grupos	7609,000	15	507,267		
Total	9019,111	17			

Obtenido de: sistema global para el análisis de datos SPSS en su versión 21.0.0.0.

Posterior a ello, se realizó la observación por factores de los diferentes grupos a través de los resultados reflejados en la Prueba Kruskal-Wallis de muestras independientes (Tabla 8), el cual señaló que la significancia es superior a .05 indicando que dentro de los grupos no se evidencian diferencias significativas, por lo tanto, se debe retener la hipótesis nula en cada factor evaluado. Debido a que en estadística si el p -valor de la prueba es menor que a (.05), se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se concluye que existen diferencias estadísticamente significativas entre los grupos, sin embargo, en el caso contrario se debe retener la hipótesis nula. (Soto et al, 2018).

Tabla 8. Resumen de prueba de hipótesis

Resumen de prueba de hipótesis				
	Hipótesis nula	Test	Sig.	Decisión
1	La distribución de TotalAns es la misma entre las categorías de Relacion.	Prueba Kruskal-Wallis de muestras independientes	,148	Retener la hipótesis nula.
2	La distribución de TotalExap es la misma entre las categorías de Relacion.	Prueba Kruskal-Wallis de muestras independientes	,327	Retener la hipótesis nula.
3	La distribución de TotalMod es la misma entre las categorías de Relacion.	Prueba Kruskal-Wallis de muestras independientes	,081	Retener la hipótesis nula.
4	La distribución de TotalMied es la misma entre las categorías de Relacion.	Prueba Kruskal-Wallis de muestras independientes	,756	Retener la hipótesis nula.
5	La distribución de TotalExli es la misma entre las categorías de Relacion.	Prueba Kruskal-Wallis de muestras independientes	,080	Retener la hipótesis nula.
6	La distribución de TotalBusq es la misma entre las categorías de Relacion.	Prueba Kruskal-Wallis de muestras independientes	,194	Retener la hipótesis nula.

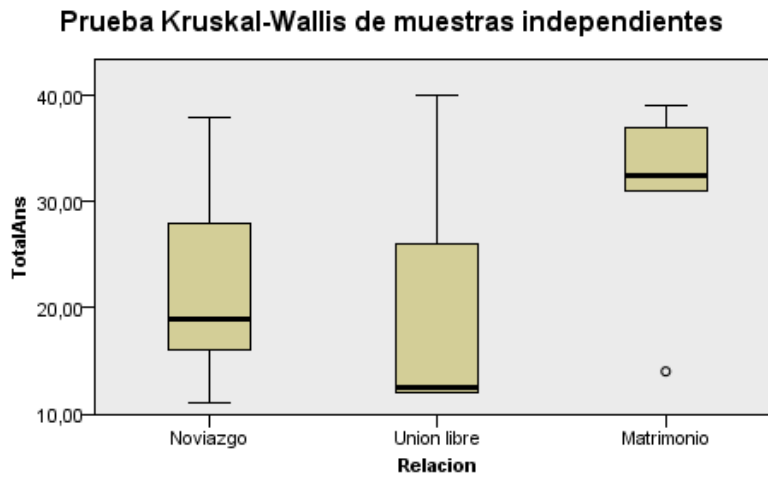
Se muestran las significancias asintóticas. El nivel de significancia es ,05.

Obtenido de: sistema global para el análisis de datos SPSS en su versión 21.0.0.0.

Una vez obtenido los resultados se consiguió establecer en un primer momento que no existe una diferencia significativa, sin embargo, se logró percibir variaciones entre los factores existentes. Así mismo, en las gráficas se pudieron evidenciar en su distribución el mínimo y máximo de las puntuaciones de los grupos evaluados, al igual que el total de 18 personas evaluadas.

En la gráfica del factor de Ansiedad por separación (Figura 1) se logró constatar que su puntuación obtuvo un mínimo de 11 y un máximo de 40, lo cual generó una media de 24,00. Determinando de igual manera que el grupo de matrimonio presento una mayor puntuación, esto se ve reflejado en el rango que alcanza cada tipo de relación siendo el de matrimonio (12,83), unión libre (7,00) y noviazgo (8,67).

Figura 1. Prueba Kruskal-Wallis de muestras independientes



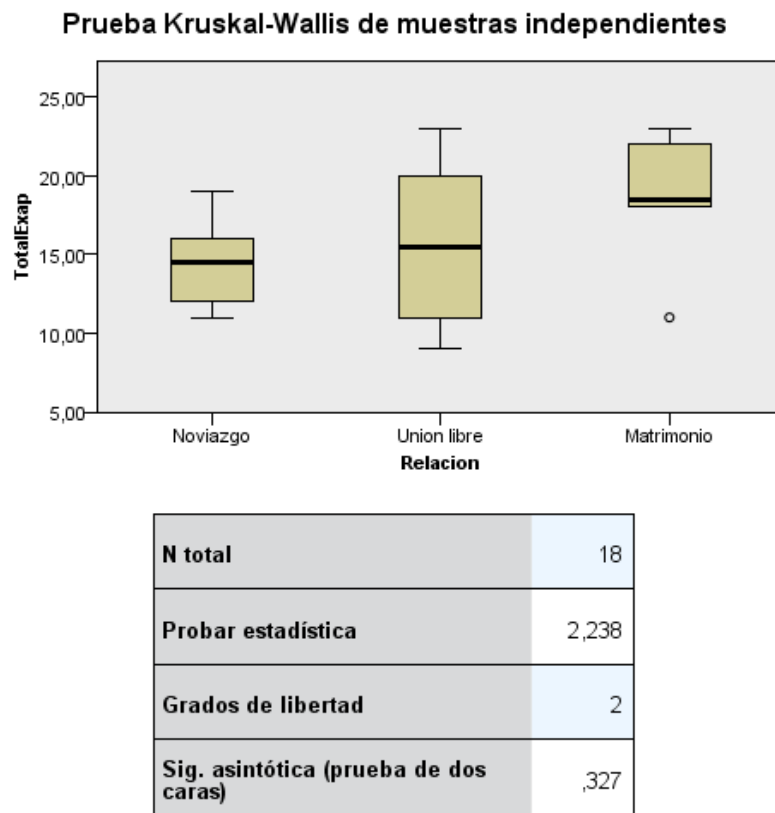
N total	18
Probar estadística	3,817
Grados de libertad	2
Sig. asintótica (prueba de dos caras)	,148

1. Las estadísticas de prueba se ajustan para empates.
2. No se realizan múltiples comparaciones porque la prueba global no muestra diferencias significativas en las muestras.

Obtenido de: sistema global para el análisis de datos denominado SPSS en su versión 21.0.0.0

En cuanto a la gráfica del factor de Expresión afectiva de la pareja (Figura 2) se identificó un mínimo de 9 y un máximo de 23, reflejando un promedio de 16,22. De igual manera la gráfica permitió evidenciar el rango de cada tipo de relación, siendo el de matrimonio (12,00) unión libre (9,00) y noviazgo (7,50), presentando en este factor una mayor puntuación el matrimonio.

Figura 2. Prueba Kruskal-Wallis de muestras independientes

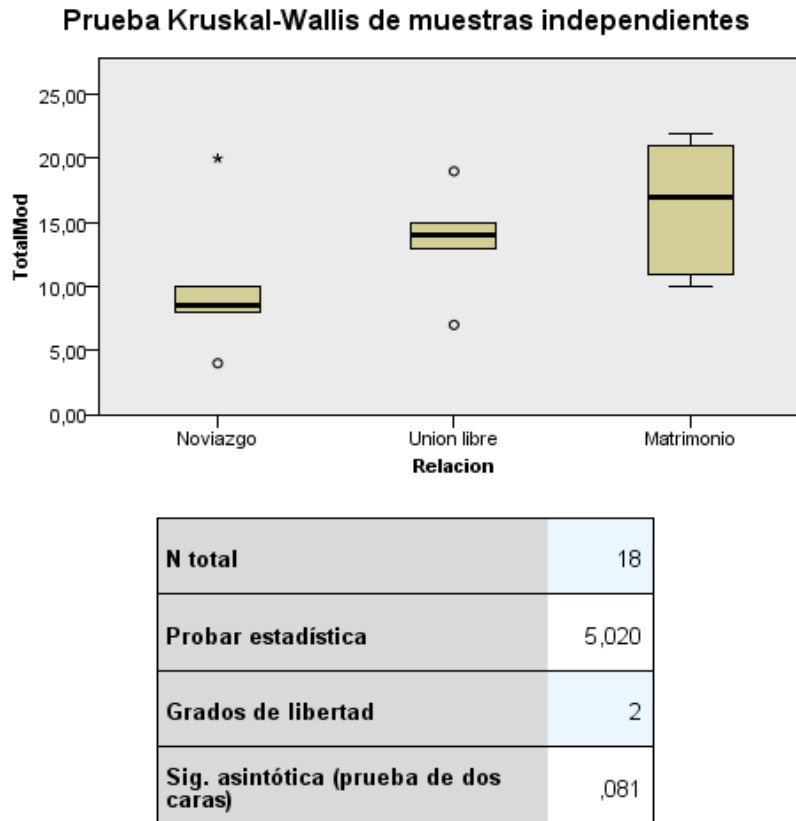


1. Las estadísticas de prueba se ajustan para empates.
2. No se realizan múltiples comparaciones porque la prueba global no muestra diferencias significativas en las muestras.

Obtenido de: sistema global para el análisis de datos SPSS en su versión 21.0.0.0

Así mismo, en la gráfica del factor de Modificación de planes (Figura 3) se percibió un mínimo 4 y un máximo de 22, determinando una media de 13,28. Estos datos permitieron reconocer la disminución en las puntuaciones de los tipos de relación, en un primer momento el noviazgo con un rango de (5,83), y en un segundo momento la unión libre con un rango de (10,00), culminando con el matrimonio el cual obtuvo un rango de (12,67) manteniendo así la mayor puntuación.

Figura 3. Prueba Kruskal-Wallis de muestras independientes

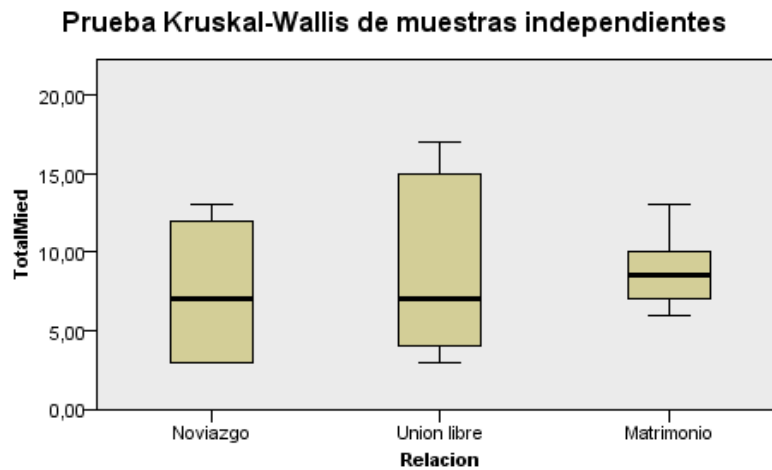


1. Las estadísticas de prueba se ajustan para empates.
2. No se realizan múltiples comparaciones porque la prueba global no muestra diferencias significativas en las muestras.

Obtenido de: sistema global para el análisis de datos SPSS en su versión 21.0.0.0

La gráfica perteneciente al factor de Miedo a la soledad (Figura 4) presentó un notable cambio en cuanto al valor máximo de unión libre y noviazgo, (valor mínimo 3 y máximo 17, con una media de 8,39), siendo este superior al matrimonio, el cual por otro lado presentó un rango medio de (10,50) evidenciando así una mayor puntuación que el noviazgo con un rango de (8,25) y unión libre con un rango de (9,75).

Figura 4. Prueba Kruskal-Wallis de muestras independientes



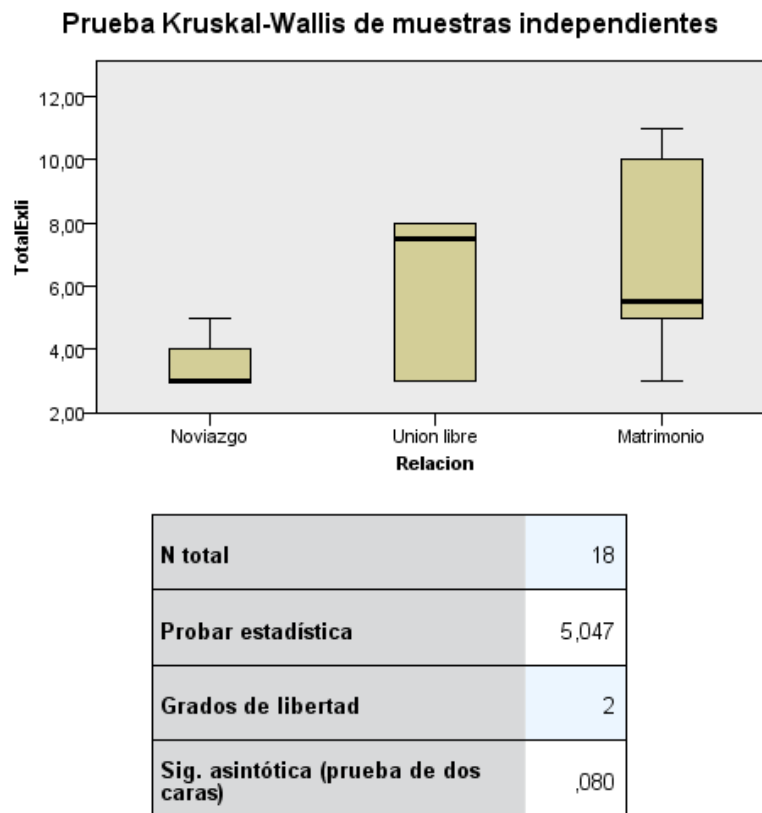
N total	18
Probar estadística	,559
Grados de libertad	2
Sig. asintótica (prueba de dos caras)	,756

1. Las estadísticas de prueba se ajustan para empates.
2. No se realizan múltiples comparaciones porque la prueba global no muestra diferencias significativas en las muestras.

Obtenido de: sistema global para el análisis de datos SPSS en su versión 21.0.0.0

En la gráfica correspondiente a Expresión límite (Figura 5), se logró identificar que las relaciones evaluadas presentaban un mínimo correspondiente a 3 y un máximo equivalente a 11 con un promedio de 5,44, de lo cual se pudo determinar el rango medio distintivo de cada uno, donde inicialmente el noviazgo obtuvo (5,67), unión libre (11,00) y matrimonio un rango de (11,83).

Figura 5. Prueba Kruskal-Wallis de muestras independientes

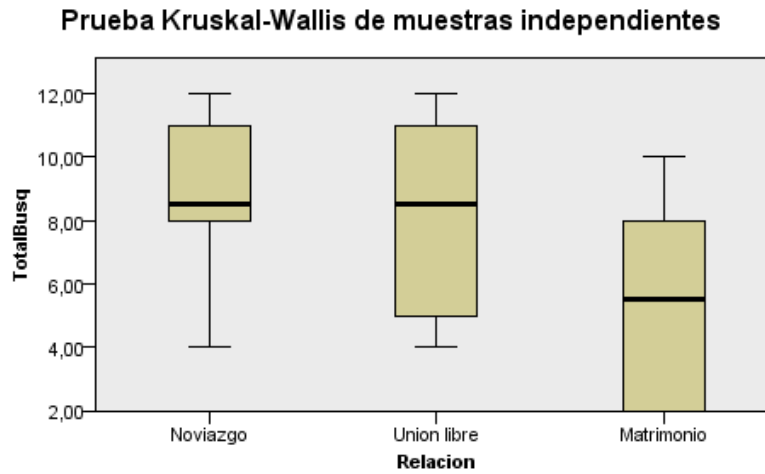


1. Las estadísticas de prueba se ajustan para empates.
2. No se realizan múltiples comparaciones porque la prueba global no muestra diferencias significativas en las muestras.

Obtenido de: sistema global para el análisis de datos SPSS en su versión 21.0.0.0

Por último, se expuso la gráfica perteneciente al factor de Búsqueda de atención (Figura 6), el cual tuvo una variabilidad en cuanto al mínimo (2) y al máximo (12), evidenciándose así un promedio de 7,44. Estos datos permitieron ahondar en los rangos medios, inicialmente el noviazgo que presentó (11,33), por otro lado unión libre obtuvo (10,83), siendo estos superiores al matrimonio el cual presentó (6,33) a diferencia de las otras graficas donde este tipo de relación obtenía la mayor puntuación.

Figura 6. Prueba Kruskal-Wallis de muestras independientes



N total	18
Probar estadística	3,278
Grados de libertad	2
Sig. asintótica (prueba de dos caras)	,194

1. Las estadísticas de prueba se ajustan para empates.
2. No se realizan múltiples comparaciones porque la prueba global no muestra diferencias significativas en las muestras.

Obtenido de: sistema global para el análisis de datos SPSS en su versión 21.0.0.0

DISCUSIÓN

En el siguiente apartado, se realizó un análisis a partir de las hipótesis y los objetivos planteados en el proyecto de investigación "Dependencia emocional en parejas con relaciones afectivas como noviazgo, unión libre y matrimonio", los cuales permitieron orientar el estudio y organizar eficazmente la consideración y evaluación de los datos suministrados por el Cuestionario de Dependencia Emocional aplicado a la población establecida.

En un primer momento, respecto a la primera hipótesis general que planteó sobre la probabilidad de encontrar una evidente diferencia de los resultados entre los distintos grupos de relaciones afectivas a evaluar se halló que no se encuentra una notable diferencia entre los grupos seleccionados en relación a la dependencia emocional llegando a esta conclusión una vez analizado los datos obtenidos, mediante la implementación de la prueba de Anova de un factor el cual permitió evaluar la significancia, encontrando que esta es superior a .05. Este resultado se debió al tamaño insuficiente de la muestra utilizada en la investigación, ya que según García, et al., (2013), esto pudo estimar un parámetro con poca precisión o incapacidad de detectar diferencias entre los grupos, conduciendo a conclusiones erróneas.

Así mismo, respecto a la segunda hipótesis, la cual expone que la expectativa acerca de la relación de noviazgo es que presente una mayor puntuación sobre los otros tipos de relaciones, evidenciando así mayor presencia de los rasgos de dependencia emocional, se halló que aunque como se indica anteriormente no hay una diferencia significativa entre los grupos, si se pueden establecer ciertas características distintivas entre los factores evaluados. Sin embargo se presentó una mayor puntuación en las parejas de matrimonio y no en las parejas de noviazgo como se había pronosticado, esto se pudo evidenciar en las gráficas suministradas por la prueba de

Kruskal-Wallis en las cuales el matrimonio presentó una mayor prevalencia en todos los factores, excepto en el factor de Búsqueda de atención, desestimando la hipótesis planteada.

Esta puntuación alta en los grupos de matrimonio se pudo explicar debido a que la relación está consolidada y adquiere un componente legal o religioso, el cual en algunos casos provoca que los miembros de la pareja generen pensamientos desadaptativos sobre el significado del matrimonio creyendo que la frase “la unión es para toda la vida” se ajusta a mantener una familia unida a pesar de los diferentes conflictos que se pueden presentar, (Palacios & Morante, 2018).

Con base en lo anterior Louis Anspacher (1976) afirmó que “el matrimonio es aquella relación donde la independencia es equivalente, la dependencia mutua y la obligación recíproca, considerando la presión institucional (legal o religiosa) justificadora de la interdependencia”. Por su parte, Wayne Dyer (1976), enumeró las compensaciones psicológicas que aporta dicha interdependencia, las cuales se complementan o se relacionan con los factores a evaluar en el Cuestionario de Dependencia Emocional, ya que se evidencian algunos rasgos como mantenerse bajo la protección de otro, la no necesidad de trabajar por el cambio ya que su comportamiento va orientado a los deseos implícitos o explícitos por satisfacer a la pareja, por lo tanto no toman decisiones ni hacen elecciones que no tengan la aprobación de su pareja.

En la tercera hipótesis en cuanto a los factores a evaluar con el Cuestionario de Dependencia Emocional, específicamente el de ansiedad por separación, lo esperado era que esté presentara una mayor incidencia en los grupos evaluados. Para darle respuesta al planteamiento anterior se evaluó los resultados en cada factor (Tabla 3), identificando que la hipótesis se da de manera afirmativa, en relación a ello se encontró que “La ansiedad por separación puede surgir ante el distanciamiento temporal que implica la vida cotidiana, separaciones rutinarias que pueden generar desconfianza del regreso de su pareja y que lleva a la activación de pensamientos

automáticos de relacionados con la pérdida y la soledad” (Castelló, 2005, et al, 2004). Teniendo en cuenta los patrones de conducta donde el individuo se aferra de una gran manera a su pareja, lo cual conlleva a la sobrevaloración e idealización, dándole un significado estricto, el cual lo identifica necesario para ser feliz, se asocia de manera inmediata a las personas predominantes en esta categoría con la exteriorización de los anteriores rasgos.

Este estudio permitió dar cumplimiento a los objetivos establecidos, en los cuales se buscaba identificar la dependencia emocional en parejas que se encuentran en relaciones afectivas como el noviazgo, la unión libre y el matrimonio mediante el cuestionario de dependencia emocional, con el fin de evaluar esto se analizó en cuál tipo de las relaciones sentimentales se dio una mayor existencia de dependencia emocional encontrando que en los grupos seleccionados no se encontró una diferencia significativa, sin embargo teniendo en cuenta los distintos factores que se pueden evaluar en los tipos de relación, se presentaron algunas semejanzas relacionadas entre una relación de noviazgo, unión libre y matrimonio, dando así cumplimiento al segundo objetivo específico.

Dentro de estas variaciones se logró realizar un análisis mediante el cual se identificó que el factor de ansiedad por separación tuvo mayor predominancia a diferencia de los demás factores (Tabla 3), presentando su mayor puntuación en las parejas de matrimonio en comparación con las parejas de unión libre donde este se presentó en menor medida, algunos rasgos de esta categoría son “expresiones emocionales de miedo que se produce ante la posibilidad de disolución de la relación, 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” (Lemos & Londoño, 2006).

Así mismo, en las parejas de unión libre se observó que el factor Expresión límite obtuvo un mayor índice de presentación, caso contrario a las parejas de noviazgo para las cuales se identificó su presencia en menor grado, teniendo en cuenta que este factor la persona experimenta características como la pérdida del sentido a la vida que lo lleva a cometer acciones y que manifieste expresiones impulsivas de autoagresión, las cuales se generan ante la posibilidad de la ruptura de la relación. Las manifestaciones límites frente a la pérdida, las cuales pueden ser vistas como estrategias de aferramiento ante su pareja, reflejan el grado de necesidad que el dependiente tiene de la misma (Castelló, 2005; Bornstein et al, 2002).

Por otra parte, en las parejas de noviazgo se reconoció el factor Búsqueda de atención dentro del cual se logró percibir una superioridad en cuanto a su valoración, en contraste con las parejas de matrimonio donde este puntúo una notable inferioridad. Es indispensable destacar los rasgos que manifestaron este grupo de personas, dentro de los cuales encontramos que tienden a 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). 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).

Igualmente, es de vital importancia resaltar los factores de Expresión afectiva de la persona, Modificación de planes, y Miedo a la soledad, porque aunque no se presentaron en mayor medida en los grupos evaluados, se logró identificar ciertos rasgos de ellos en las parejas evidenciando que se presentaron de forma descendiente. En un primer momento se encontró el matrimonio, posterior a ello se encontraron las parejas de unión libre y por último el noviazgo, esto son rasgos que estas personas pueden presentar si no se abordan de manera asertiva.

Expresión afectiva de la persona, allí las personas presentaron una constante necesidad de expresiones de afecto de su pareja que reafirmen el amor que se sienten y que calme la sensación de inseguridad. La desconfianza por el amor de la pareja y la necesidad de un amor incondicional llevan a que el dependiente emocional demande de su pareja expresiones constantes de afecto, que le aseguren que es amado (Lynch, Robins & Morse, 2001). Esta demanda puede estar originada por una necesidad insaciable de la pareja, que es lo que ha asemejado este cuadro a una dependencia a sustancias (Castelló, 2005; Schaeffer, 1998).

Modificación de planes, las personas que presentaron rasgos de este factor tienden al “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” (Lemos & Londoño, 2006). 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).

Por último, en cuanto al factor de Miedo a la soledad las personas que lo presentaron experimentan un patrón caracterizado al temor por no tener una relación de pareja, o por sentir que no es amado. El dependiente emocional necesita a su pareja para sentirse equilibrado y seguro, de tal forma que la soledad es vista como algo aterradora, aspecto que es evitado por el dependiente emocional (Castelló, 2005; Schaeffer, 1998). En este mismo sentido, Congost (2017) define que las personas tienen miedo a sentirse desprotegidas, desamparadas, sin amor y

sin afecto de otro individuo, la vida pierde sentido por completo si no se consigue estar en roce con el individuo supuestamente amado.

Lo anterior generó una mayor perspectiva de los pensamientos, emociones y comportamientos que presentan las personas con rasgos de dependencia emocional, permitiendo así identificar aquellos que no son parte de este grupo, al igual que aquellos que sí están integrados allí y no son conscientes de ello. Así mismo, la obtención de la información permite hacer un análisis de los objetivos previamente planteados y su resolución.

Teniendo en cuenta lo anterior, se pudo evidenciar la necesidad de psicoeducar a las personas que pretendan integrar o formalizar una relación de pareja sana caracterizada por el bienestar psicológico y emocional, aumentando la calidad de la misma para ambos integrantes, con base en ello se diseñó la Fan page “Aprendamos a amar” la cual pretendió crear un espacio orientado al aprendizaje mutuo en el camino de las relaciones de pareja, donde se abordaron temáticas como el amor, la dependencia emocional, relaciones sanas y demás temas que fueron surgiendo.

CONCLUSIONES

Tal como esta investigación lo ha demostrado, la dependencia emocional es un tema de vital importancia a la cual se le debe prestar la atención pertinente e investigar a profundidad en las parejas, pues consiste en un patrón persistente de necesidades emocionales insatisfechas que se intentan cubrir de manera desadaptativas con otras personas (Castelló, 2000), con base en lo anterior se pudo concluir:

En un primer momento, se dio cumplimiento a los objetivos planteados los cuales consistían en identificar la dependencia emocional en parejas, que se encuentran en relaciones afectivas como el noviazgo, la unión libre y el matrimonio, esto mediante el cuestionario empleado, que a su vez permitió conocer el tipo de relación que tiene mayor existencia de dependencia emocional y las semejanzas relacionadas con los factores a evaluar, lo cual se expuso de manera detallada en la resolución de cada hipótesis.

En cuanto a las hipótesis, se evidencio que se debe mantener la hipótesis nula de que no hay diferencias significativas en ninguno de los factores a evaluar entre las relaciones de noviazgo, unión libre y matrimonio, esto debido a que la muestra seleccionada es de tamaño insuficiente por lo tanto los resultados obtenidos no se pueden generalizar a toda la población, dando a si mismo resolución al objetivo general del estudio. No obstante, se analizó a profundidad encontrando ciertas variaciones dentro de los grupos. Al igual, que se logró confirmar la hipótesis de la incidencia del factor de Ansiedad por separación sobre los otros factores evaluados. Sin embargo, se halló que la expectativa que se había planteado en cuanto a la puntuación de las parejas de noviazgo frente a los demás grupos resultó negativa pues hay mayor predominancia en las parejas de matrimonio, esto permitió dar solución al primer objetivo

específico, dando a conocer en cuál tipo de las relaciones sentimentales se da una mayor presencia de dependencia emocional.

En continuidad a ello, como resultado del segundo objetivo específico el cual pretendía establecer las semejanzas relacionadas entre una relación de noviazgo, unión libre y matrimonio, a partir de las especificaciones del cuestionario de dependencia emocional, dentro de ello se encontró el factor con mayor puntuación el cual corresponde a ansiedad por separación, presentándose en mayor medida en las parejas de matrimonio. Contrario a ello se halló entre los factores aquel que se presenta en menor grado es correspondiente al factor de expresión límite. Así mismo, se manifestó que las parejas de matrimonio presentaron una mayor incidencia en todos los factores, excepto en el de búsqueda de atención, donde la predominancia se evidencio en el tipo de relación de noviazgo. Por otra parte, se encontró el tipo de relación unión libre donde el factor que manifestó mayor valoración es el de expresión límite, contrario a ello se identificó el de menor puntuación, el cual es ansiedad por separación.

Igualmente, es de vital importancia resaltar los factores de Expresión afectiva de la persona, Modificación de planes, y Miedo a la soledad, porque, aunque no se presentaron en mayor medida en los grupos evaluados, se logró identificar ciertos rasgos de ellos en las parejas evidenciando que se presentaron de forma descendiente. En un primer momento se encontró el matrimonio, posterior a ello se encontraron las parejas de unión libre y por último el noviazgo.

Con base en lo anterior y para dar cumplimiento al tercer objetivo específico se diseñó la Fan page “Aprendamos a amar” orientada a la comunidad en general siendo de fácil acceso, donde se expuso contenido que busca contribuir a la calidad de las relaciones de pareja para así aumentar y/o mejorar su bienestar psicológico y emocional.

Por último, se concluyó después de una exhaustiva indagación sobre las investigaciones, que los estudios realizados de la temática planteada no abordaron como tal a ambos miembros de la pareja en su objetivo de estudio, lo cual dejó entre ver la falta de investigaciones más amplias y profundas sobre el tema.

RECOMENDACIONES

Como primera recomendación se estableció la continuación de la temática en otras investigaciones orientada a ambos miembros de la pareja, ampliando la población a abarcar es decir que esta sea heterosexual u homosexual. Así mismo, teniendo en cuenta la muestra utilizada se sugirió incrementarla y de esta manera aumentar la posibilidad de encontrar diferencias significativas entre los grupos evaluados al igual que su generalización a otras poblaciones.

En cuanto, al tipo de investigación se recomendó que esta sea de enfoque mixto lo cual permite ahondar en investigaciones cualitativas que generen una mayor perspectiva acerca del objeto de estudio, profundizando en los eventos que pueden surgir al momento de llevar a cabo la investigación, dándonos una visión más amplia acerca de los individuos, su conformación y dinámica como pareja. Por otro lado, se recomendó a futuros psicólogos o a la población en general que desee continuar con la línea de investigación planteada generar estrategias de intervención, teniendo como principal sustento los factores que se evalúan en el cuestionario, para que esta herramienta sea utilizada por quienes presentan una mayor puntuación en factores específicos.

Es indispensable tener en cuenta a los participantes de la investigación y sus respectivos puntajes, ya que esto facilito la identificación de aquellos individuos que presenten rasgos dependientes, lo cual permitió sugerir la asistencia a consulta psicológica, para que de esta manera obtengan su respectiva valoración y tratamiento, logrando controlar o disminuir aquellas conductas o pensamientos intrusivos característicos de este estado psicológico. Igualmente, se le recomienda a la junta de acción comunal crear espacios de intervención psicosocial donde se

brinde herramientas para mejorar o contribuir a la convivencia y a la calidad de las relaciones de pareja de los integrantes de la comunidad.

En cuanto a los métodos de información y prevención, se recomendó la continua implementación de la fan page denominada “Aprendamos a amar”, de igual manera la constante suministración de información a esta, logrando así psicoeducar la población en general sobre todo lo concerniente al tema, desde su prevención hasta las diferentes situaciones a las cuales se puede estar expuesto.

REFERENCIAS

Aiquipa, T. J. (2015). Dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja. Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Perú.

Akhtar, S. (1985). The other woman: Phenomenological, psychodynamic, and therapeutic considerations. En D.C. Goldberg (Ed.), *Contemporary marriage: Special issues in couple's therapy* (pp.215-240). Homewood, IL: Dorsey Press.

Álvarez, C.A & Montoya, Y.L. (2010), Dependencia emocional en las relaciones de pareja heterosexuales. Trabajo de grado, Fundación universitaria Luis amigo, Medellín, Colombia.

Álvarez, P. J. (2018). Dependencia Emocional en Parejas y Dimensiones de la Personalidad en Miembros de una Escuela de Oficiales PNP. Trabajo de grado, Universidad Ricardo Palma, Lima, Perú.

American Psychiatric Association (2002). Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales DSM-IV-TR. Barcelona, Masson.

Arenas, S.L. & López, D.M. (2017). Dependencia afectivo-emocional en parejas universitarias: una mirada sistémica desde tres estudios de casos. Trabajo de grado, Universidad de Pamplona, Colombia.

Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55, 469-480.

Arnett, J. (2001). Conceptions of the transition to adulthood: Perspectives from adolescence to midlife. *Journal of Adult Development*, 8, 133-143.

Beck, A. T. (1967). *Depression: Causes and treatment*. Philadelphia: University of Pennsylvania Press.

Beck, A., Rush, A., Shaw, B & Emery, G. (1983). *Terapia cognitiva de la depresión*. Bilbao: Desclée De Bruwer.

Bornstein, R.F. (1998a). Dependency in the personality disorders: intensity, insight, expression and defense. *Journal of clinical psychology*, 54 (2), 175-189.

Bornstein, R.F. (1998b). Implicit and Self-Attributed Dependence Needs in Dependent and Histrionic Personality Disorders. *Journal of Personality Assessment*, 71 (1), 1-14

Castelló. (2000). Análisis del Concepto “Dependencia Emocional”, Ponencia expuesta en el I Congreso Virtual de Psiquiatría.

Castelló, J. (2000): Análisis del concepto «dependencia emocional». Valencia: I Congreso Virtual de Psiquiatría.

Castelló, J. (2005), *Dependencia emocional: características y tratamiento*. Madrid, España. Alianza editorial.

Castro, V.F. (2020). *Apego y dependencia emocional entre adultos y padres: estudio de casos*. Universidad de la república de Uruguay, Montevideo.

Cervantes, J.C. (2005). Relación de pareja, matrimonio y amor. *Estudios sobre las familias* vol. 4, 2005.

Congost, S. (2017). *Si duele, no es amor: aprender a identificar y a liberarte de los amores tóxicos*. LID Editorial Empresarial. España

Connolly, J & Goldberg, A. (1999). Romantic relationship in adolescence: the role of friends and peers in their emergence and development. En: W. Furman et al., (Eds.). *The Development of Romantic Relationships in Adolescence* (266-290). New York, Cambridge University Press.

Contreras, P., Guzmán, M., Alfaro, C & Jiménez, P. (2011). Significados asociados a la infidelidad en estudiantes universitarios con estilos de apego seguro e inseguro. *Salud y Sociedad*.

Cornachione, M. (2011). *Adulthood: biological, psychological and social aspects*. Córdoba: Brujas, 2006.

Dutton, D. G. (1998). *The abusive personality: Violence and control in intimate relationships*. Nueva York: Guilford Press.

Dyer, W. (1976). *Tus zonas erróneas*. (Ciudad Autónoma de Buenos Aires, Argentina: Mondadori, 2003).

Erickson, E. H. (1963). *Childhood and society*. (2nd ed.). New York, Norton Press.

Espil, C. J. (2016). *Dependencia emocional según género en docentes casados de colegios privados de la provincia de Chepén*. Trabajo de grado, Universidad Privada Antenor Orrego, Trujillo, Perú.

Espinar, E., Hidalgo, R & Zych, I. (2015), *Ciberconducta y dependencia emocional en parejas jóvenes*. Universidad de Córdoba, España.

García, B. (2013). El “amor-funámbulo”: contradicciones político-emocionales de las nuevas relaciones amorosas. *Revista Latinoamericana de Estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad*, 2, 23-36.

García, F. M. (1993). La encuesta. En: García M., Ibáñez, J & Alvira, F. *El análisis de la realidad social. Métodos y técnicas de Investigación*. Madrid: Alianza Universidad Textos, 1993; p. 141-70.

García, J. A, Reding, B.A, & López, A, J. (2013). *Cálculo del tamaño de la muestra en investigación en educación médica*. Universidad Nacional Autónoma de México, México D.F.

García, M., Salvador, A & Guzmán, M. (2012). Actitudes hacia la transformación de la vida en pareja: soltería, matrimonio y unión libre. *Psicología Iberoamericana*, 2 (20), 16-25.

Garrido, L. (2006). Apego, emoción y regulación emocional: Implicaciones para la salud. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 38(3), 493-507.

Goldenberg, H. (1973). *Contemporary Clinical Psychology*. Monterrey, Ca: Brooks/Cole

Guerrero, A. (2003). Los jóvenes de Aguascalientes. Malabaristas entre la continuidad y el cambio. México: Instituto Mexicano de la Juventud.

Hernández, R., Fernández, C & Baptista, L. (2010). *Metodología de la Investigación*. México, McGraw-Hill.

Hess, D.C & Schönfeld, F.S. (2014). Autonomía y Satisfacción en el noviazgo en adultos emergentes de la Ciudad de Paraná. Trabajo de grado, Pontificia Universidad Católica Argentina, Paraná.

Huerta, R., Ramírez, N., Ramos, J., Murillo, L., Falcón, C., Misare, M & Sánchez, J. (2017). 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.

Jiménez, O. (1999). La adicción al amor. *Información Psicológica*; (70):31-34.

Kendall, P & Norton, J. (1982). *Clinical Psychology*: New York, Wiley.

Korman, G. P. (2011). Bases teóricas en la conformación de la terapia cognitiva en la Argentina. *Interamerican Journal of Psychology*, vol. 45, núm. 2, pp. 115-122.

La opinión. (2020). Población de Cúcuta crecerá a 777.000.

Leguizamón, M & Gutiérrez, M. A. (2017). Dependencia Emocional en las Parejas Homosexuales y Heterosexuales de la Ciudad de Pamplona. Trabajo de grado, Universidad de Pamplona, Colombia.

Lemaire, J. (1986). La pareja humana. México: Fondo de cultura económica.

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

Lemos, M & Londoño, N. H. (2006). Construcción y validación del Cuestionario de Dependencia Emocional en población colombiana. *Acta Colombiana de Psicología*, 9(2), 127-140.

Lipovetsky, G. (2001). El crepúsculo del deber: la ética indolora de los tiempos democráticos. España, Anagrama.

Lynch, T.R., Robins, C.J. & Morse, J.Q. (2001). Couple functioning in depression: the roles of sociotropy and autonomy. *Journal of Clinical Psychology*, 57 (1), 93-103.

Mairal, B. J. (2015). Una forma de dependencia emocional: El "síndrome de Fortunata", *Papeles del psicólogo*. Vol. 36(pp).145-152.

McMillan, J. H & Schumacher, S. (2005). Investigación Educativa, Una introducción conceptual. Madrid, Pearson Addison Wesley (5th Edición), 656.

Minitab Statistical Software. (S.F). ¿Qué son muestras independientes?

Minitab Statistical Software. (2019). Interpretar los resultados clave para Prueba de normalidad.

Montilva, L. (2007). Individualización femenina y cohabitación sin papeles: El caso de las profesionales de Santiago de Chile. *Kairos, Revista de temas sociales*. (20), 1-8.

Morante, M.R & Palacios, Z. M. (2018). Dependencia emocional y satisfacción marital en mujeres víctimas de violencia de pareja que asisten a un hospital de nivel ii – 1 de lambayeque, de septiembre - diciembre del 2017. Chiclayo, Perú.

Moses LE. Nonparametrical statistics for psychological research. Psychol Bull 1952; 49: 122-43.

Murphy, C. M., Meyer, S. L., & O’Leary, K. D. (1994). Dependency characteristics of partner assaultive men. *Journal of Abnormal Psychology*, 103, 729–735.

Nicuesta, M. (2014). Definición de Noviazgo.

Norwood, R. (1985). *Las mujeres que aman demasiado*. Madrid.

Oblitas, L. (2006). *Psicología de la salud*. México, Plaza y Valdés (2da. Ed).

Oblitas, L. (2006). *Psicología de la salud y calidad de vida*. México, Thomson (2da. Ed).

Oblitas, L. (2006). *Psicología de la salud y enfermedades crónicas*. Bogotá: PSICOM.

Oblitas, L. (2008). *Psicología de la salud: una ciencia del bienestar y la felicidad*. Universidad Nacional Autónoma de Méjico. AV. PSICOL.

Pabón, S. M. (2016). Relación de pareja en la unión libre - estudio de caso. Universidad Católica Boliviana San Pablo. *Revista Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBSP* 14(2), 371-394.

Patiño, G.L. (2020). Relación entre las dimensiones de celos y dependencia emocional en una muestra de miembros de la policía nacional en el departamento de Cundinamarca y la ciudad de Bogotá. Trabajo de grado, Fundación universitaria Konrad Lorenz, Bogotá, Colombia.

Peck, M. S. (1978). *The road less traveled: A new psychology of love, traditional values and spiritual growth*. New York.

Pérez, G., Estrada, S & Pacheco, L. V. (2007). Iguales y diferentes: Análisis cualitativo de las vivencias de hombres y mujeres sobre su relación de pareja. *Archivos Hispanoamericanos de Sexología*. 8 (2), 169-192.

Rangel, U.M & Moreno, C. Y. (2018). Dependencia emocional y estilos de crianza en mujeres de la comuna 3 de la ciudad de Cúcuta. Universidad de Pamplona, Cúcuta, Colombia.

Reyes, A. S. (2018). Dependencia emocional e intolerancia a la soledad. Trabajo de grado, Universidad Rafael Landívar, Quetzaltenango, Guatemala.

Riso, W. (2008). *¿Amar o Depender?* Barcelona, Norma SA Editorial.

Rivera, D., Cruz, C & Muñoz, C. (2011). Satisfacción en las Relaciones de Pareja en la Adulthood Emergente: El Rol del Apego, la Intimidad y la Depresión. *Terapia psicológica*, 29(1), 77-83.

Robins, C & Block, P. (1989), Relations of sociotropic and autonomous personality characteristics to specific symptoms in depressed patients. *J Abnorm Psychol*.

Rubio, H. M. & Berlanga, S. V. (2012). Cómo aplicar las pruebas paramétricas bivariadas t de Student y ANOVA en SPSS. Caso práctico. [En línea] REIRE, Revista d'Innovació i Recerca en Educació, Vol. 5, núm. 2, 83-100.

Saavedra, A.C., Palós, A.E & López, G.A. (2013). La unión libre en Colombia: 1973-2005. Centro de Estudios Demográficos, Universidad Autónoma de Barcelona. *Revista Latinoamericana de Población*.

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

Sirvent, C & Moral, M. V. (2007). La dependencia sentimental o afectiva. *Anales de Psiquiatría*, 23(3), 95-96.

Sirvent, R. C. (2000). Dependencias relacionales: codependencia, bidependencia y adicción afectiva". Primer Symposium Nacional sobre Adicción en la Mujer. Resúmenes de Ponencias y Comunicaciones. Madrid.

Sistema Único de Información Normativa. (1990). Ley 54 de 1990.

Soto, M., Domínguez, S & Contreras, L. (2018). Significancia práctica o significancia estadística: re-análisis de la magnitud de las diferencias en Contreras et al. Revista chilena de pediatría, 89(4), 559

Tamayo. (2007). El Proceso de la Investigación Científica: Incluye evaluación y administración de proyectos de investigación. México. Limusa (4^a.ed).

Vara, R. (2006). Diccionario de Derecho. Editorial Porrúa. Página 368.

Vera, V.P (2021). Manual de introducción a la metodología de la investigación en psicología. Colombia: Autores editores.

Wigman, S. J. A., Graham-Kevan, N., & Archer, J. (2008). Investigating sub-groups of harassers: The roles of attachment, dependency, jealousy and aggression. Journal of Family Violence, 23, 557-568.

Young, J. (1999). Cognitive therapy for personality disorders: A schema-focused approach. Sarasota: Professional Resource Press.

ANEXOS

Anexo 1. Cuestionario de dependencia emocional



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL

Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!

UNIVERSIDAD DE PAMPLONA
CUESTIONARIO DE DEPENDENCIA EMOCIONAL EN COLOMBIA
LEMON M. & LONDOÑO, N. H. (2006)

Datos sociodemográficos

Edad: _____ Género: Femenino () Masculino () Barrio: _____

¿Actualmente tiene pareja? Si () No ()

¿Qué tipo de relación tiene con esta persona? Matrimonio () noviazgo () unión libre ()

¿Cuánto tiempo llevan juntos? _____

Siga las siguientes instrucciones:

A continuación encontrará preguntas debidamente enumeradas, estas están directamente enlazadas con su relación de pareja, donde encontrará afirmaciones que una persona podría usar para describirse a sí misma. Le recomendamos leer atentamente cada frase y decidir que tan bien lo(a) describe cada una. Si posterior a ello no está completamente seguro(a) de la respuesta, decida teniendo en cuenta lo que siente y no en lo que piensa que es correcto o que su pareja piensa que es correcto, agradecemos responda siendo totalmente sincero(a).

Elija el puntaje más alto de 1 a 6 que mejor lo(a) describa según la siguiente escala:

Completamente falso de mí 1; La mayor parte falso de mí 2; Ligeramente más verdadero que falso 3; Moderadamente verdadero de mí 4; La mayor parte verdadero de mí 5; Me describe perfectamente 6.

1. Me siento desamparado cuando estoy solo	1	2	3	4	5	6
2. Me preocupa la idea de ser abandonado por mi pareja	1	2	3	4	5	6
3. Para atraer a mi pareja busco deslumbrarla o divertirla	1	2	3	4	5	6
4. Hago todo lo posible por ser el centro de atención en la vida de mi pareja	1	2	3	4	5	6
5. Necesito constantemente expresiones de afecto de mi pareja	1	2	3	4	5	6
6. Si mi pareja no llama o no aparece a la hora acordada me angustia pensar que está enojada conmigo	1	2	3	4	5	6
7. Cuando mi pareja debe ausentarse por algunos días me siento angustiado	1	2	3	4	5	6
8. Cuando discuto con mi pareja me preocupa que deje de quererme	1	2	3	4	5	6
9. He amenazado con hacerme daño para que mi pareja no me deje	1	2	3	4	5	6
10. Soy alguien necesitado y débil	1	2	3	4	5	6
11. Necesito demasiado que mi pareja sea expresiva conmigo	1	2	3	4	5	6
12. Necesito tener a una persona para quien yo sea más especial que los demás	1	2	3	4	5	6
13. Cuando tengo una discusión con mi pareja me siento vacío	1	2	3	4	5	6
14. Me siento muy mal si mi pareja no me expresa constantemente el afecto	1	2	3	4	5	6
15. Siento temor a que mi pareja me abandone	1	2	3	4	5	6
16. Si mi pareja me propone un programa dejo todas las actividades que tenga para estar con ella	1	2	3	4	5	6
17. Si desconozco donde está mi pareja me siento intranquilo	1	2	3	4	5	6
18. Siento una fuerte sensación de vacío cuando estoy solo	1	2	3	4	5	6
19. No tolero la soledad	1	2	3	4	5	6
20. Soy capaz de hacer cosas temerarias, hasta arriesgar mi vida, por conservar el amor del otro	1	2	3	4	5	6
21. Si tengo planes y mi pareja aparece los cambio sólo por estar con ella	1	2	3	4	5	6
22. Me alejo demasiado de mis amigos cuando tengo una relación de pareja	1	2	3	4	5	6
23. Me divierto solo cuando estoy con mi pareja	1	2	3	4	5	6

Gracias por su colaboración.

SC-CER96940

*"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"*

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750

Anexo 2. Consentimiento informado.



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos... ¡Es nuestro objetivo!

**CONSENTIMIENTO INFORMADO**

A usted se le invita a participar en un proceso de ejercicio académico que se realizará desde el diplomado de abordaje psicológico de las relaciones de pareja del programa de psicología, Universidad de Pamplona. Antes de decidir si participa o no, siéntase con total tranquilidad y libertad para preguntar sobre cualquier aspecto que le permita aclarar las dudas que surjan de esta actividad académica. Una vez que haya comprendido el proyecto y participe libremente del mismo se le pedirá que firme este consentimiento informado.

Este ejercicio busca inicialmente realizar una práctica de abordaje psicológico, por lo tanto, es importante contar con la participación suya y asistencia en cada una de las actividades los días programados con notificaciones previas.

Recuerde que:

- La decisión de participar en el proyecto es completamente libre y voluntaria.
- No habrá consecuencia para usted en caso de no aceptar la invitación.
- No tendrá que hacer gasto alguno durante el proyecto.
- No recibirá ningún beneficio económico por participar en este ejercicio académico.
- La información obtenida será utilizada para dar respuesta con fines académicos.
- La identificación de cada participante se mantendrá en estricta confidencialidad y por ningún motivo su nombre aparecerá en alguna publicación identificándolo.

Por lo tanto, es esencial tener en cuenta el código deontológico, el cual está destinado a servir como regla de conducta profesional, en el ejercicio de la psicología en cualquiera de sus modalidades y donde se especifica que:

Artículo 2º. De los principios generales. Los psicólogos que ejerzan su profesión en Colombia se registrarán por los siguientes principios universales:

5. Confidencialidad. Los psicólogos tienen una obligación básica respecto a la confidencialidad de la información obtenida de las personas en el desarrollo de su trabajo como psicólogos. Revelarán tal información a los demás solo con el consentimiento de la persona o del representante legal de la persona, excepto en aquellas circunstancias particulares en que no hacerlo llevaría a un evidente daño a la persona u a otros. Los psicólogos informarán a sus usuarios de las limitaciones legales de la confidencialidad.

8. Evaluación de técnicas. En el desarrollo, publicación y utilización de los instrumentos de evaluación, los psicólogos se esforzarán por promover el bienestar y los mejores intereses del cliente. Evitarán el uso indebido de los resultados de la evaluación. Respetarán el derecho de los usuarios de conocer los resultados, las interpretaciones hechas y las bases de sus conclusiones y recomendaciones. Se esforzarán por mantener la seguridad de las pruebas y de otras técnicas de evaluación dentro de los límites de los mandatos legales. Harán lo posible para garantizar por parte de otros el uso debido de las técnicas de evaluación

Artículo 29º. La exposición oral, impresa, audiovisual u otra, de casos clínicos o ilustrativos con fines didácticos o de comunicación o divulgación científica, debe hacerse de modo que no sea posible la identificación de la persona, grupo o institución de que se trata, o en el caso de que el medio utilizado conlleve la posibilidad de identificación del sujeto, será necesario su consentimiento previo y explícito.

Con base en lo anterior, al firmar este consentimiento da cuenta de no tener dudas ni preguntas acerca de la participación y de haber leído comprensivamente toda la información contenida en este documento. Además, declara haber sido informada(o) de los objetivos y fines del presente ejercicio realizado por las estudiantes de psicología de la Universidad de Pamplona Keyla Yuraima Parra Medina y Karen Dayana García Pérez. Estando conforme con los mismos, en forma libre y voluntaria acepta participar en el ejercicio académico, así mismo autoriza la toma de fotografías y la aplicación de instrumentos para la recolección de datos.



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
 Pamplona - Norte de Santander - Colombia
 Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750



ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL
Avanzamos...¡Es nuestro objetivo!



Firma: _____

Nombre: _____

Documento de identificación: _____

Como responsable del presente proyecto, acepto que he leído y conozco la normatividad correspondiente para realizar investigación con seres humanos y me apego a ella.

Keyla Yuraima Parra Medina.
Cel.: 3218223471

Karen Dayana García Pérez.
Cel.: 3204961365



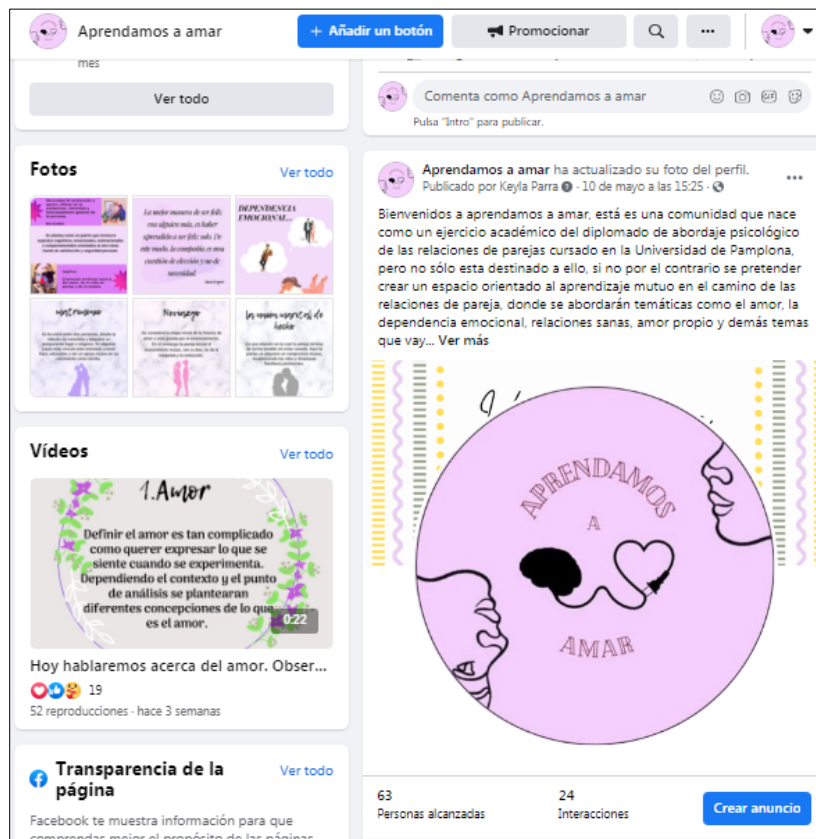
SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"

Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750

Anexo 3. Fan page “Aprendamos a amar”



The screenshot shows a Facebook post from the page 'Aprendamos a amar'. The post features a central graphic with the text '1. Amor' and a definition of love. The page's insights are visible on the left, and the post's engagement metrics are at the bottom.

Page Header: Aprendamos a amar | + Añadir un botón | Promocionar | 🔍 | ... | 🌐

Insights (Últimos 28 días: 12 may - 8 jun):

- Personas alcanzadas: **277** (+87%)
- Interacciones con la publicación: **233** (+357%)
- Me gusta de la página: **14** (-71%)

Configura tu página para que sea todo un éxito
Termina de configurar tu página para que las personas en Facebook sepan que tu empresa es fiable.
10 de 13 pasos completados

COMPLETADO Define la identidad de tu página

QUEDAN 3 PASOS Proporciona información y preferencias

COMPLETADO Presenta tu página

Post Content:
Hoy hablaremos acerca del amor. Observa el vídeo y cuéntanos ¿para ti que es el amor? 🥰

1. Amor
Definir el amor es tan complicado como querer expresar lo que se siente cuando se experimenta. Dependiendo el contexto y el punto de análisis se plantearan diferentes concepciones de lo que es el amor.

Page Footer: Aprendamos a amar | Community | Enviar mensaje

Recibe más mensajes para Aprendamos a amar
Puedes añadir un botón de Messenger a la publicación para que Aprendamos a amar reciba más mensajes.

Engagement: 64 Personas alcanzadas | 34 Interacciones | Promocionar publicación

Reactions: 🍌 🍌 🍌 19 | **Comments:** 8 comentarios