

# UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA

## FACULTAD DE CIENCIA Y TECNOLOGIAS SOCIALES Y HUMANIDADES

### PROGRAMA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



#### “PERSONALIDAD Y DEPENDENCIA EMOCIONAL DE LA PAREJA, EN UNIVERSITARIOS”

Tesis presentada por las Bachilleres:

**SINDY ILEY GAMERO FLORES  
YUDELI SUSANA SALINAS ACOSTA**

Para optar el Título Profesional de:

**LICENCIADAS EN PSICOLOGÍA**

**Arequipa – Perú  
2014**

## INDICE

Resumen .....	Pág. 3
Abstract.....	4
<b>CAPITULO I - MARCO TEÓRICO</b>	
Introducción .....	6
Problema o Interrogante .....	7
Variables .....	7
Interrogantes secundarias .....	8
Objetivos.....	8
Antecedentes investigativos .....	10
Personalidad .....	10
Dependencia Emocional .....	19
Hipótesis.....	37
<b>CAPITULO II – DISEÑO METODOLÓGICO</b>	
Tipo y diseño de investigación .....	39
Técnicas e instrumentos de investigación .....	40
Población y muestra .....	41
Estrategias de recolección de datos .....	43
Criterios de procesamiento de la información .....	43
<b>CAPITULO III – RESULTADOS</b>	
Descripción de los resultados .....	46
Discusión.....	56
Conclusiones .....	61
Sugerencias.....	63
Limitaciones .....	64

Referencias.....	65
Anexos .....	68



## RESUMEN

El propósito de la presente investigación fue conocer la relación que existe entre Personalidad y Dependencia emocional de la pareja, en universitarios. La muestra constó de aproximadamente 191 alumnos hombres y mujeres de la Universidad Católica de Santa María, entre las edades de 17 a 25 años. Para establecer esta relación se desarrolló un diseño descriptivo correlacional, en el cual se utilizó el Inventario de Personalidad - Eysenck EPQ (Hans Jürgen Eysenck) y el Cuestionario de Dependencia Emocional CDE (Lemos & Londoño 2006).

Se comprobó que sí existe relación positiva y significativa entre las Dimensiones de la personalidad de Neuroticismo y Psicoticismo con la Dependencia emocional; comprobando así de manera parcial la hipótesis planteada.

Es entonces que podemos decir que a mayor Inestabilidad emocional y Rigidez mental encontraremos mayor Dependencia emocional. La muestra evaluada presenta las siguientes características en cuanto a la dimensión de Neuroticismo: son personas ansiosas, depresivas, con sentimientos de culpa, baja autoestima, etc. y en cuanto a la dimensión de Psicoticismos son: agresivas, egocéntricas, impulsivas, inflexibles, etc.

**Palabras clave:** Personalidad – Dependencia Emocional – Universitarios

## ABSTRACT

The purpose of this investigation was to determine the relationship between personality and emotional dependency on the couple in university students. The sample consisted of approximately 800 students men and women of the Catholic University of Santa Maria, between the ages of 17-25. To establish this relationship a correlational descriptive design was taken, which measure personality was developed using the Eysenck Personality Inventory EPQ (Hans Jurgen Eysenck) and CDE emotional dependence questionnaire (Lemon & Londoño 2006)

It was found that if there is a positive and significant relationship between the dimensions of personality neuroticism and psychoticism with emotional dependency, and partially checking the hypothesis.

It is then that we can say that the more emotional instability and mental rigidity we will find greater emotional dependency. The evaluated sample has the following features in regard to the dimension Neuroticism: people are anxious, depressed, with feelings of guilt, low self-esteem, etc. , and in regard to the dimension of Psicoticismos are: aggressive, egocentric, impulsive, inflexible, etc.

Keywords: Personality - Emotional Dependency – University



**CAPITULO I**  
**MARCO TEÓRICO**

## INTRODUCCIÓN

La forma en que buscamos el amor y nos relacionamos con las personas a las que les damos y recibimos amor, dependen y están relacionadas con las emociones y la capacidad o calidad para establecer vínculos significativos con otras personas.

Entonces, ¿qué es lo que lleva a los seres humanos a enamorarse? ¿Por qué fallamos en el amor? Estas y otras más, son las preguntas que nos hacemos acerca del amor y de las relaciones de pareja. Convirtiendo a “el amor” en un tema difícil y escurridizo. Cuando el amor obsesivo se dispara, nada parece detenerlo. El sentido común, la farmacoterapia, la terapia electroconvulsiva, los médium, la regresión y la hipnosis fracasan al unísono. Ni magia ni terapia. La adicción afectiva es el peor de los vicios. (Rizo, Walter 2003)

“El amor no solo es para sentirlo, sino también para pensarlo” (Rizo, Walter 2008). Pero por desgracia algunas veces esta necesidad de recibir y dar amor, se convierte en una dependencia emocional que no nos permite funcionar, actuar o sentirnos bien. Cuando uno sufre dependencia, genera una necesidad desmesurada del otro, renunciando así a su libertad y empezando un camino de lo más tortuoso y desagradable teniendo serias consecuencias, pues amar es bueno, depender es dañino. Muchas parejas no logran entender la diferencia y eso los lleva a vivir patologías en su relación afectiva, pues una cosa es amar libremente y otra que el amor nos prive de libertad. Lo primero da espacios de acción libres, sin coerción ni maltrato, lo segundo propicia una relación patológica que genera violencia y estrés emocional.

La dependencia emocional es un tema muy recurrente en los jóvenes de hoy en día, que han estado o aún están, en una relación en la cual ha sido inestable e insatisfactoria, pero que no pudieron o no han podido abandonarla. Frases como “sin él/ella, me siento vacío(a)”, “sin

él/ella, nada tiene sentido”, “no vale la pena vivir sin él/ella”, no sólo son populares en canciones románticas exitosas que escuchan constantemente, sino que también conforman el léxico de las personas que actualmente son dependientes emocionales o que en algún punto de su vida, estuvieron en una relación en las que fueron emocionalmente dependientes y que conviven diariamente con estos jóvenes.

Podemos decir que, el problema es la Dependencia Emocional y la manera en que afecta la vida del dependiente, se trata de una relación insana que solo busca llenar un vacío a cualquier precio lo que significa que el dependiente es capaz de hacer cualquier cosa afectando de manera considerable la integridad del individuo que lo padece.

### **PROBLEMA O INTERROGANTE**

- ¿Existe relación entre las Dimensiones de la Personalidad y el nivel de Dependencia Emocional en los jóvenes de la Universidad Católica Santa María - Arequipa?

### **VARIABLES**

#### **VARIABLE 1**

##### **Tipos de Personalidad**

La personalidad es la suma total de los patrones de conductas actuales o potencial de un organismo, en tanto que determinados por la herencia y el ambiente; y que se originan y se desarrollan mediante temperamento y constitución, según Hans Eysenck (Cueli, 1990). Los cuales se expresan en el tipo Extraversión, Neuroticismo y Psicoticismo.



## **VARIABLE 2**

### **Dependencia Emocional**

Se define como la necesidad afectiva extrema que una persona siente hacia otra a lo largo de sus diferentes relaciones de pareja (Castelló, 2006), cuya medición se expresará en los niveles de: No presenta, Tendencia y Dependencia.

### **INTERROGANTES SECUNDARIAS**

- ¿Cuál es el nivel de Dependencia Emocional en los alumnos, de la Universidad Católica Santa María - Arequipa?
- ¿Cuál es la Dimensión de la Personalidad más predominante en los alumnos, de la Universidad Católica Santa María - Arequipa?
- ¿Cómo se relaciona el Género con la Dependencia Emocional en los alumnos, de la Universidad Católica Santa María - Arequipa?
- ¿Cómo se relaciona la Edad con la Dependencia Emocional en los alumnos, de la Universidad Católica Santa María - Arequipa?
- ¿Cómo se relaciona el Tiempo de relación de pareja en la Dependencia Emocional en los alumnos, de la Universidad Católica Santa María - Arequipa?

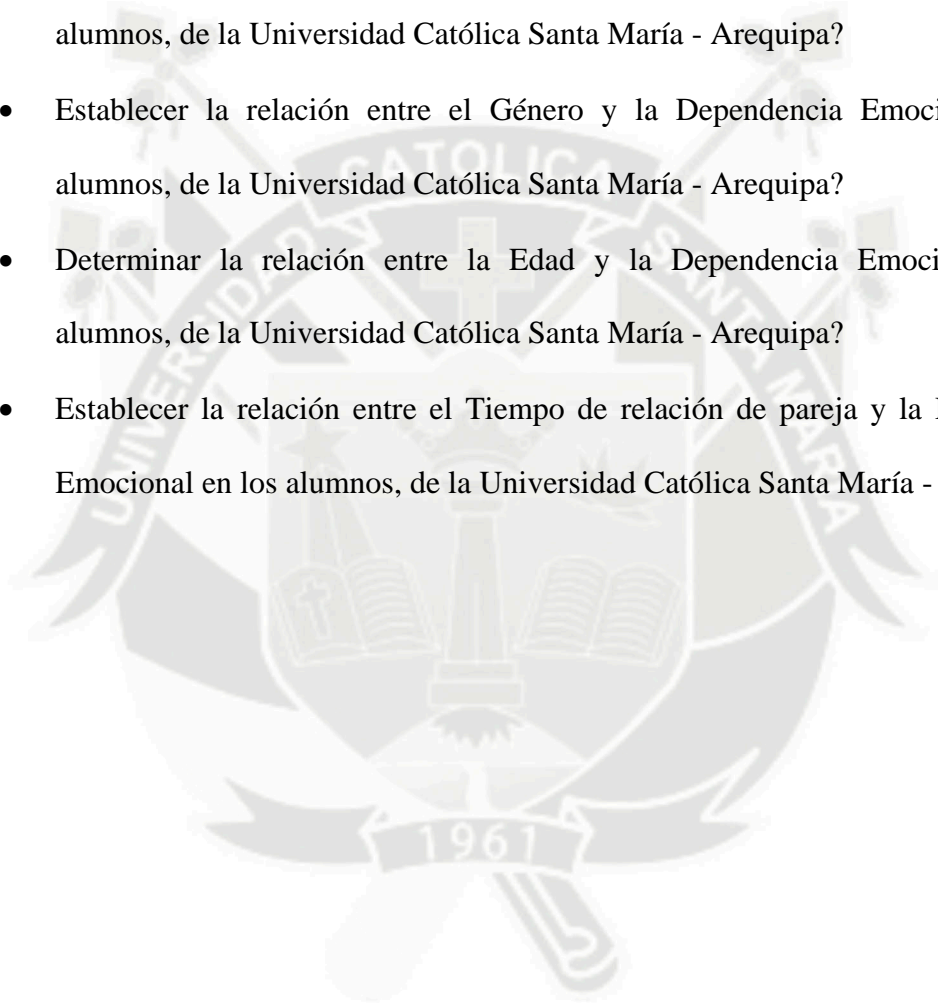
### **OBJETIVOS**

#### **OBJETIVO GENERAL**

- Determinar la relación positiva entre las Dimensiones de la Personalidad y la Dependencia Emocional en los universitarios, del Instituto de Idiomas de la Universidad Católica Santa María – Arequipa.

## OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Determinar el nivel de Dependencia Emocional en los alumnos, de la Universidad Católica Santa María - Arequipa?
- Identificar cuál es la Dimensión de la Personalidad más predominante en los alumnos, de la Universidad Católica Santa María - Arequipa?
- Establecer la relación entre el Género y la Dependencia Emocional en los alumnos, de la Universidad Católica Santa María - Arequipa?
- Determinar la relación entre la Edad y la Dependencia Emocional en los alumnos, de la Universidad Católica Santa María - Arequipa?
- Establecer la relación entre el Tiempo de relación de pareja y la Dependencia Emocional en los alumnos, de la Universidad Católica Santa María - Arequipa?.



## ANTECEDENTES TEÓRICOS INVESTIGATIVOS

### PERSONALIDAD

#### DEFINICIÓN:

Personalidad se deriva del latín persona, que refiere a la máscara que utilizaban los actores en una obra. Se entiende fácilmente como con el tiempo “persona” llegó a indicar el aspecto externo, el rostro público que mostramos a quienes nos rodean. Así pues, apartir de la etiología podremos concluir que “personalidad” se refiere a las características externas y visibles, a esos aspectos que la gente percibe. El concepto se definirá entonces en función de la impresión que causamos a la gente, osea, lo que parecemos ser. La definición que aportan los diccionarios reflejan este razonamiento: la personalidad es el aspecto visible del personaje, la impresión que damos a los demás. (Schultz y Schultz, 2009).

Los rasgos son amplias regularidades o consistencias en la conducta de las personas, son utilizados usualmente por la gente en sus descripciones sobre personalidad, y los teóricos de la personalidad consideran que constituyen los elementos básicos para describir las diferencias individuales de la personalidad.

Según y Schultz (2009), consideraron a los siguientes autores:

Gordon W. Allport (1897-1967) consideraba que los rasgos eran los elementos estructurales básicos de la personalidad. Consideraba que el rasgo era una predisposición a responder de una manera determinada; se interesó en el modelo y la organización de los rasgos en el individuo y

rechazó el método del análisis factorial para el descubrimiento de elementos básicos de la personalidad.

Raymond D. Cattell (190-1998) utilizó el método del análisis factorial para describir y comparar los rasgos en clasificaciones, respuestas de cuestionarios y tests de laboratorio. También estaba interesado en las contribuciones hereditarias y ambientales al desarrollo de los rasgos y en la progresión del desarrollo del rasgo a lo largo del tiempo.

Hans Eysenck (1916-1997) utilizando el análisis factorial, elaboró el modelo PEN, destacando las dimensiones de rasgos de PSICOTICISMO, EXTRAVERSION, NEUROTICISMO. También subrayó las bases biológicas de estas dimensiones del rasgo.

El modelo de los cinco factores (FFM) Costa y McCrae (1992), Jhon (1999), McCrae y Jhon (1992) Varios psicólogos actuales proponen que está surgiendo un consenso en torno a los cinco grandes o al modelo de los cinco factores (OCEAN). Las pruebas sustentatorias incluyen el acuerdo transcultural en los factores descubiertos en las clasificaciones y cuestionarios, el acuerdo entre las autoclasificaciones y las heteroclasificaciones de los otros, las correlaciones entre las puntuaciones del rasgo y otros aspectos del funcionamiento de la personalidad, relaciones entre las puntuaciones del rasgo, y los trastornos de las personalidad y los resultados de la investigación de la herencia de los rasgos.

Cloninger (2003) define la personalidad como las causas internas que subyacen al comportamiento individual y a la experiencia de la persona. Los psicólogos de la personalidad no están todos de acuerdo sobre cuáles son dichas causas.

La teoría de la personalidad ha recibido más influencia de Freud (1856-1939) que de ningún otro teórico. Su sistema, el psicoanálisis, fue la primera teoría formal de la personalidad y todavía hoy es la más conocida. El influjo de Freud ha sido tan profundo, que a más de un siglo de haber propuesto sus postulados y a pesar de su naturaleza controvertida, su teoría aún es el marco de referencia para el estudio de la personalidad.

Para Freud la personalidad está dividida en tres niveles: consciente, preconsciente e inconsciente.

- **Consciente:** Incluye todas las sensaciones y experiencias de las que estamos al tanto en cualquier momento. Consideraba al consciente un aspecto limitado de la personalidad toda vez que en cualquier momento como solo tenemos consciencia de una pequeña parte de nuestros pensamientos, sensaciones y recuerdos.
- **Preconsciente:** donde se almacenan las memorias, percepciones y pensamiento de los que no tenemos consciencia en el momento pero que podemos traer con facilidad a la consciencia.
- **Inconsciente:** Contiene la mayor fuerza impulsora detrás de todas las conductas y es el receptáculo de fuerzas que no podemos ver o controlar.

También nos indica que la personalidad es una estructura psíquica constituida por tres estructuras básicas: ello, yo, superyó, éstas instancias se encuentran en un constante proceso dinámico y la predominancia de alguna de ella va a determinar la peculiaridad en el comportamiento del individuo.

- **Ello:** es el componente biológico de la personalidad, el depósito de los instintos y la libido. Este se rige de acuerdo al principio del placer.

- **Yo:** es el aspecto racional de la personalidad, responsable de dirigir y controlar los instintos de acuerdo con el principio de realidad.
- **Superyó:** es el lado moral de la personalidad y consta de la conciencia y el Yo ideal. El Yo media entre las exigencias de Ello, las presiones de la realidad y los dictados del Superyó. Cuando el Yo sufre una presión excesiva surge la ansiedad que puede ser normal o neurótica. La ansiedad neurótica es un conflicto entre la gratificación instintiva y la realidad, la ansiedad moral es un conflicto entre el Ello y el Superyó. Una vez que la ansiedad es generada el Yo puede usar distintos mecanismo de defensa, que activa de manera inconsciente. Estos son confusiones de la realidad que protegen al Yo de la amenaza de la ansiedad (Larsen y Buss, 2005; Schultz y Schutlz, 2002).

B.F. Skinner (1904-1990) considera que es un constructo teórico, elaborado con el fin de establecer la relación existente entre el organismo y el medio ambiente.

### **La Personalidad según Eysenck:**

Es una organización más o menos estable y duradera del carácter, temperamento e intelecto y físico de una persona, que determina su adaptación única al ambiente. El carácter denota el sistema de una persona más o menos estable y duradero del comportamiento conativo (voluntad); el temperamento, el sistema más o menos estable y duradero del sistema del comportamiento afectivo (emoción); el intelecto, el sistema más o menos estable y duradero del comportamiento cognitivo (inteligencia); y el físico, el sistema más o menos estable y duradero de la configuración corporal y de la dotación neuroendocrina (H. J. Eysenck, 1963)

### **Dimensiones de la personalidad:**

Schultz y Schultz (2009) señalaron: Eysenck pasó la mayor parte de su carrera profesional en el hospital Maudsley y en el Instituto de Psiquiatría de la Universidad de

Londres, efectuando investigaciones sobre la medición de la personalidad. Utilizó el análisis factorial para descubrir los rasgos de la personalidad, pero lo complementaba con pruebas y trabajos experimentales que incluían una amplia gama de variables.

El resultado de su esfuerzo es una teoría de la personalidad basada en tres dimensiones, definidas como combinaciones de rasgos o factores. Las tres dimensiones de la personalidad son:

E – Extroversión frente a introversión.

N – Neuroticismo frente a estabilidad emocional.

P – Psicoticismo frente a control de impulsos (o funcionamiento del superyó).

Eysenck señaló que la extroversión y el neuroticismo han sido catalogados como elementos básicos de la personalidad desde tiempos de los filósofos griegos. También sugirió que casi todos los instrumentos de evaluación de la personalidad contienen las dos dimensiones (Eysenck, 1997).

Veamos la lista de los rasgos de la personalidad asociados con esas tres dimensiones.

Cuadro 1

**Rasgos de las dimensiones de personalidad de Eysenck Schultz y Schultz (2009)**

Extroversión / introversión	Neuroticismo / estabilidad emocional	Psicoticismo / control de impulsos
Sociable	Ansioso	Agresivo
Vivaz	Depresivo	Frío
Activo	Con sentimientos de culpa	Egocéntrico
Asertivo	Baja autoestima	Impersonal
Buscador de sensaciones	Tenso	Impulsivo
Despreocupado	Irracional	Antisocial
Dominante	Tímido	Creativo
Arriesgado	Malhumorado	Inflexible

Las investigaciones han demostrado que los rasgos y las dimensiones que propuso Eysenck tienden a permanecer estables a lo largo del tiempo y que va de la niñez a la edad adulta, no obstante las diferentes experiencias sociales y ambientales de cada uno. La situación puede cambiar, pero las dimensiones permanecen constantes; por ejemplo, el niño introvertido tiende a seguir siéndolo de adulto (Schultz y Schultz, 2009).

- **Extroversión-Introversión**

Eysenck relaciona la teoría de la extraversión-introversión con un sistema llamado arousal, el cual aumenta la complejidad de la cantidad de información que recibe la organización nerviosa, que se manifiesta por la descronización de los informes recibidos a partir del cerebro;



entonces supone un nivel de arousal más alto en los introvertidos y un nivel de inhibición más alto en los extrovertidos.

Según Eysenck, las características del extrovertido típico es que son personas que se orientan hacia el mundo exterior, prefieren estar en compañía, y tienden a ser sociables, impulsivos, audaces, asertivos y dominantes. Además las personas que obtienen una puntuación alta en esta variable del inventario Eysenck de la Personalidad tienen emociones más placenteras que aquellas que obtienen una puntuación baja (Lucas y Fujita, 2000).

Eysenck estaba interesado en las diferencias biológicas y genéticas entre estos dos tipos de personalidad. Descubrió que los extrvertidos presentan un nivel base de activación cortical inferior de los introvertidos. Por lo mismo, necesitan, y buscan activamente, la emoción y la estimulación. Por lo contrario, los introvertidos las rehúyen porque su nivel de activación cortical es elevado de por sí (Eysenck, 1990).

En consecuencia, los introvertidos reaccionan a la estimulación sensorial con más fuerza que los extrovertidos. Algunos estudios han demostrado que manifiestan mayor sensibilidad a estímulos de poca intensidad y que tienen un umbral de dolor más bajo que su contraparte. Otras investigaciones apoyan las diferencias de sus reacciones a la estimulación sensorial, pero aportan evidencia menos convincente de que se pueda atribuir a variaciones en el nivel de la activación cortical (Bullock y Gilliland, 1993; Stelmack, 1997). No obstante, tal como predijeron Eysenck, estas diferencias son de orden genético.

- **Neuroticismo**

Examinemos los rasgos asociados con esta dimensión. Como se aprecia en la tabla 1, el neurótico es una persona llena de ansiedad, depresiva, tensa, irracional y malhumorada. Tiene baja autoestima y suele albergar sentimientos de culpa. Eysenck sugirió que el neuroticismo se

hereda en gran medida, o sea, que es producto de la genética más que del aprendizaje o la experiencia. Se manifiesta en características biológicas y conductuales diferentes de las que muestran las personas que se encuentran en el extremo de la estabilidad emocional de estas dimensiones.

Una investigación realizada en Estados Unidos reveló que una mayor satisfacción derivada del trabajo y las relaciones sociales estaba asociada con un nivel más bajo de neuroticismo y un grado más alto de extroversión (Scollon y Diener, 2006). Otros estudios efectuados en Australia arrojan que, cuando el entorno laboral era estresante y veloz, las personas que obtenían una puntuación alta en neuroticismo en el Inventario Eysenck de la Personalidad tenían mejor desempeño que aquellas que tenían una calificación baja. En otras palabras, la investigación demostró que, al parecer, los neuróticos funcionaban mejor cuando se veían obligados a trabajar más duro (Smillie, Yeo, Furnham y Jackson, 2006).

Un experimento en Inglaterra arrojó que los sujetos que registraban una puntuación muy alta en neuroticismo obtenían una más baja habilidades verbales, que aquellos con una puntuación baja en neuroticismo (Chamorro-Premuzic, Furnham y Petrides, 2006). Una investigación efectuada en Suecia con más de 4000 sujetos reveló que era mucho más probable que aquellos que obtuvieron una puntuación alta en neuroticismo en su edad madura manifestaran deterioro cognoscitivo cuando se les aplicó otra prueba 25 años después (Crowe, Andel, Pedersen, Fratiglioni y Gatz, 2006).

Al parecer, los individuos con una puntuación alta en neuroticismo presentan actividad más intensa en las áreas del cerebro que controlan la rama simpática del sistema nervioso autónomo. Ésta constituye el sistema de alarma del organismo, el cual responde a hechos estresantes o peligrosos con un aumento de la respiración, la frecuencia cardiaca, el flujo de sangre hacia los músculos y la liberación de adrenalina.

Eysenck sostenía que el sistema simpático de los neuróticos reacciona de forma exagerada incluso cuando se trata de estresores moderados, lo cual ocasiona hipersensibilidad crónica. Esta condición lleva a una mayor emocionalidad en la respuesta a casi todas las situaciones difíciles. En efecto, los neuróticos reaccionan emocionalmente a hechos que otras personas considerarían insignificantes. Según Eysenck, estas diferencias en la reactividad biológica de la dimensión del neuroticismo son innatas. Estamos genéticamente predispuestos al neuroticismo o a la estabilidad emocional.

- **Psicoticismo**

Las personas con una puntuación alta en esta dimensión son agresivas, antisociales, inflexibles, frías y egocéntricas. Asimismo, se ha comprobado que son crueles, hostiles e insensibles a las necesidades y sentimientos de otros. Además, presentan más problemas de alcoholismo y consumo de drogas que las personas que obtienen una puntuación baja en psicoticismo (Sher, Bartholow y Wood, 2000).

Por paradójico que parezca, quienes registran una puntuación alta en psicoticismo también son sumamente creativos. Los resultados de investigaciones tienden a sugerir un importante componente genético. No obstante, también se ha visto que estos sujetos tenían padres más autoritarios y controladores que quienes obtuvieron una puntuación baja en psicoticismo, lo cual indicaría la influencia del entorno en la niñez. (Heaven y Ciarrochi, 2006).

Los hombres, como grupo, suelen obtener puntuaciones más altas en la dimensión de psicoticismo que las mujeres, pero un estudio con 660 australianos reveló que tanto los niños como las niñas que obtuvieron una puntuación elevada en este aspecto obtuvieron una más baja en bienestar emocional (Ciarrochi y Heaven, 2007). No obstante, los resultados llevaron a Eysenck a sugerir que el psicoticismo podría estar relacionado con las hormonas masculinas. También especuló que los sujetos que obtienen una alta puntuación en las tres dimensiones

podrían tener una propensión a conductas delictivas, pero apporto poca evidencia empírica para sustentar su idea (Eysenck y Gudjonsson, 1989).

En opinión de Eysenck, la sociedad necesita la diversidad que aportan las personas que se caracterizan por tener todos los aspectos de estas tres dimensiones de la personalidad. Una sociedad ideal brinda a toda persona la posibilidad de hacer buen uso de sus rasgos y capacidades. Sin embargo, algunas se adaptarían al entorno social mejor que otras. Por ejemplo, el individuo que obtiene una puntuación alta en psicoticismo, tipificado por una conducta hostil y agresiva, podría sufrir un trastorno psicológico, exhibir tendencias criminales o canalizar los rasgos agresivos hacia una actividad social aceptable, como entrenar un equipo de fútbol.

## **DEPENDENCIA EMOCIONAL**

Aunque la dependencia emocional es un concepto utilizado con cierta frecuencia, es un tema que no ha sido claramente delimitado o estudiado. Existiendo muy poca información sobre el mismo.

### **DEFINICIÓN:**

Castello (2000) define la dependencia emocional como la necesidad afectiva extrema que una persona siente por otra a lo largo de sus diferentes relaciones de pareja. Las personas con dependencia emocional tienden a ser muy susceptibles, a no soportar la soledad y a asumir un rol subordinado en sus relaciones de pareja, por lo que éstas llegan a ser relaciones patológicas y desequilibradas. De igual manera, idealizan a sus parejas, se someten a ellas y las consideran como el centro de su existencia.

La psicóloga Sobrino (2002) en su definición de dependencia emocional, incluye también el término “necesidad” y al analizarla refiere que esta necesidad “ata” al individuo a un

determinado elemento. Algo que se necesita, se supone que es algo sin lo cual no podemos vivir, sea del tipo de necesidad que sea. De hecho, es tan importante y crucial este concepto que, sería algo similar a una adicción, pero en vez de necesitar una sustancia, se necesitaría aprobación, afecto, etc. de determinadas personas, en este caso, de la pareja.

Para la psicoterapeuta Cayuela (2003) la dependencia emocional es “una situación de inmadurez causada por un trauma infantil originado a su vez por una falta de apego”. Aclara asimismo, los tres términos utilizados en su definición: define al apego como “la necesidad de atención emocional durante la primera etapa de la vida, que le debe proporcionar seguridad de supervivencia y aceptación en el niño”; al trauma infantil como “un suceso que produce un dolor emocional y que ocurre en la primera etapa evolutiva” y por último, la inmadurez como la “falta de independencia emocional, capacidad de desarrollo de las cualidades propias, conocimiento y control de nuestras deficiencias emocionales”. Por lo tanto para esta autora “la dependencia emocional se presenta en personas inmaduras e infantiles hasta el punto de que su estado les plantea dificultades en la vida, siendo incapaces de mantener una relación saludable consigo mismos y con los demás”.

### **UTILIZACIÓN DEL TÉRMINO "DEPENDENCIA EMOCIONAL":**

Castelló (2000) menciona que cuando leemos en algún artículo que un paciente presenta un patrón interpersonal de dependencia emocional, o que depende emocionalmente de alguien, todos sabemos a grandes rasgos de qué tipo de psicopatología nos están hablando. Igualmente, en medios de divulgación como prensa, radio o televisión, en los libros de autoayuda, e incluso en conversaciones informales, aparece la "dependencia emocional". Sin embargo, este término se utiliza escasamente en la literatura científica y no tiene el estatus de otros constructos psicológicos.

No obstante, la dependencia emocional sí se ha estudiado indirectamente mediante conceptos afines. Dichos conceptos tienen entidad propia, pero nos han servido para conocer mejor a este fenómeno y a esta clase de pacientes, y especialmente nos han proporcionado un marco de referencia para su comprensión, evaluación y tratamiento.

Castelló (2000) en su estudio toma en cuenta los siguientes conceptos afines, semejanzas y diferencias con la dependencia emocional.

### **Apego ansioso**

En sus trabajos, Bowlby (1989) describe un tipo especial de apego infantil, en el que el niño tiene un miedo constante a la separación de una figura vinculada (por ejemplo, la madre), protesta enormemente cuando se aleja y se aferra a ella de una manera excesiva. Como su propio nombre indica, el vínculo que mantienen estos niños no es seguro, y esto produce en ellos un continuo estado de alerta ante la temida separación y desprotección. Según el citado autor, la explicación radica en que estos miedos son justificados a causa de la frecuente historia de separaciones como internamientos en orfanatos, hospitalizaciones, etc.; o bien de amenazas recurrentes de abandono, que como bien describe Bowlby pueden revestir infinidad de formas: desde llevar al niño a un castillo plagado de monstruos, hasta dejarlo solo en un lugar desconocido, por poner únicamente dos ejemplos.

Según Castelló (2000) las similitudes de este concepto con la dependencia emocional son evidentes; de hecho, en ésta se presentan los tres subcomponentes fundamentales del apego ansioso: temor a la pérdida de la figura vinculada, búsqueda de proximidad, y protesta por la separación. La diferencia entre el apego ansioso y la dependencia emocional se basa en el enfoque excesivamente conductual del primero, es decir, en que en su conceptualización los fenómenos del apego y de la separación están minusvalorados afectivamente.

Así mismo Acosta, Amaya y De la Espriella (2010) en su investigación, mencionan que Brenlla, Carreras, Brizzio, (2003) sugieren que algunos estudios de los años 90 muestran que los estilos de apego durante la edad adulta están relacionados con un conjunto de variables asociadas a las relaciones de tipo romántico, lo que nos lleva, en una primera revisión, a observar un marcado interés por rescatar los estilos de apego durante la infancia construidos por Bolwby (1986) y Ainsworth (1970), y cómo éstos pueden trascender, específicamente en las relaciones románticas y posible dependencia emocional que establecen los seres humanos.

También afirman que las características de las conductas dependientes en una relación romántica tienen características muy similares en el tipo de apego ansioso. Sus similitudes radican en que ambos presentan los mismos componentes esenciales como los son el temor a la pérdida de la figura vinculada, la búsqueda de proximidad, y la protesta por la separación. Con el propósito de poder dar una mayor claridad a esta relación, se han revisado estudios sobre la naturaleza de las carencias afectivas tempranas.

Refiriéndose al apego ansioso, Rutter (1990) afirma que éste es mayor cuando las relaciones previas con el objeto de apego son perturbadoras e insatisfactorias. Por ejemplo, la repulsión y los rechazos maternos incrementan la conducta de apego, de la misma manera que la ansiedad tras una separación es mayor si la relación precedente es negativa. En sus trabajos sobre la adicción al amor, Schaeffer (1998) manifiesta que estas personas tratan de cubrir con su dependencia, necesidades insatisfechas durante su infancia, términos de Bowly (1989) estas personas no crearon una “base segura” en la niñez, entendida ésta como la presencia y accesibilidad de figuras adultas, que les permitiera tener una autoestima y auto confianza en la adolescencia o la edad adulta. Finalmente, diversos estudios sobre las experiencias vitales tempranas de las personas autodestructivas, llegan a las mismas conclusiones.

## **Sociotropía**

Moore y Blackburn, 1994 (citados por Castelló, 2000) encontraron que desde hace tiempo se ha observado que existen dos grandes tipos de estilos cognitivos en los pacientes deprimidos: uno de ellos centrado en la dependencia interpersonal, la necesidad imperiosa de afecto, o el temor y la sobrevaloración del rechazo; el otro más independiente y perfeccionista, con rumiaciones sobre el fracaso o la inutilidad. Al primero de los estilos cognitivos se le denominó "sociotropía" y al segundo "autonomía", pasando después a considerarse como rasgos de personalidad predisponentes a la depresión, que interactuaban con eventos vitales que los pacientes percibían como estresantes de acuerdo con sus creencias y que poseían perfiles sintomatológicos diferentes. En la sociotropía, los acontecimientos desencadenantes estarían más ligados al rechazo, y en la autonomía a los logros personales. Podemos afirmar que la sociotropía ha tenido más aceptación y evidencia empírica favorable que la autonomía, encontrándose en este constructo hallazgos contradictorios sobre su validez.

Sin duda, la sociotropía es uno de los conceptos más parecidos al de la dependencia emocional. Los lamentos y las creencias subyacentes en un caso de depresión sociotrópica son fieles exponentes del sufrimiento que puede llegar a padecer un dependiente emocional, hasta el punto que podemos hablar de conceptos solapados. No obstante, para cumplir con nuestro objetivo de situar a la dependencia emocional donde le corresponde, no podemos considerarla únicamente como un rasgo de personalidad que predispone a la depresión. Un concepto que ha de tener relevancia propia no debe estar subordinado a otro; sería como concebir a la evitación solamente como un rasgo que predispone a padecer ciertos trastornos de ansiedad. Situar un rasgo de personalidad en la perspectiva de la depresión trae como consecuencia descuidar su existencia en pacientes asintomáticos, al margen de que el término "dependencia emocional" sea mucho más adecuado que el de "sociotropía" para dar cuenta de los componentes fundamentales de necesidad y anhelo subyacentes (Castelló, 2000).



### **Personalidad autodestructiva**

Desde el psicoanálisis clásico se ha venido estudiando un tipo llamativo de carácter, en el que aparentemente se busca el dolor y se niega la experimentación de sensaciones agradables o placenteras. Desde su denominación original de "masoquista", esta personalidad ha pasado a convertirse en "autodestructiva", con tal de eliminar la supuesta necesidad de castigo o el placer en el dolor que se habían sugerido como hipótesis etiológicas desde la tradición psicodinámica. Actualmente este concepto se considera como un trastorno de la personalidad, caracterizado por: mantenimiento de relaciones interpersonales de subordinación; rechazo de ayuda o elogios; estado de ánimo disfórico y/o ansioso; minusvaloración de los logros; tendencia a emparejarse con personas explotadoras; escasa evitación del dolor; asunción del papel de víctima; etc. Además, poseen escasas habilidades sociales como la asertividad tienden a padecer trastornos depresivos su autoestima es muy baja, y apenas experimentan placer en sus vidas. (Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales DSM-III-R, 1987).

Como podemos observar, muchas de las hipótesis parten del supuesto de que estos sujetos son masoquistas (es decir, gozan del dolor) o por lo menos "autodestructivos", término que continúa recordándonos su procedencia psicoanalítica y que sigue teniendo connotaciones peyorativas, como la de inculpar a la víctima. A diferencia de esto, los dependientes emocionales no tienen como fin autodestruirse, y ni mucho menos gozan del dolor, sino que tienen una autoestima deficiente, un sentimiento continuo de soledad y una insaciable necesidad de afecto que les conducen a emparejarse con personas explotadoras, que les maltratan y no les corresponden. Ésta es la diferencia fundamental con la personalidad autodestructiva (Castelló, 2000).

## Codependencia

Este concepto, un tanto confuso, se creó para dar cuenta de las diversas perturbaciones emocionales que ocurrían en las parejas de personas con trastornos relacionados con sustancias.

Beattie, 1987 (citada por Jaimes, 2002) define a la persona codependiente como “aquella que ha permitido que su vida se vea afectada por la conducta de otra persona, y que está obsesionado tratando de controlar esa conducta”. También Sharon Cruce (citada por Barnette, 1990) una terapeuta la define como “una condición específica caracterizada por preocupación y extrema dependencia (emocional, social y a veces física) de una persona; a veces tan patológica, que afecta todas sus relaciones.

Según Castelló aparentemente, los paralelismos con la dependencia emocional son incuestionables: baja autoestima, subordinación, desarrollo de relaciones interpersonales destructivas, temor al abandono, o falta de límites del ego. No obstante, analizando más en profundidad este concepto, surgen algunas discrepancias:

La primera es de perspectiva, y es que la codependencia está condicionada por otra persona, generalmente un alcohólico o un toxicómano, aunque también se haya extrapolado este concepto a otras situaciones como la convivencia con enfermos crónicos. Los dependientes emocionales no están vinculados necesariamente con personas que sufran enfermedades o condiciones estresantes crónicas como las mencionadas, e incluso pueden estar solos. El concepto de codependencia se sitúa en la perspectiva de los trastornos relacionados con sustancias.

La segunda diferencia es de contenido. Aunque, como hemos dicho, no podemos configurar un patrón homogéneo de la personalidad de los codependientes, sí es frecuente en ellos la autoanulación para entregarse y cuidar a la persona con problemas. Ciertamente, un dependiente emocional puede realizar los mismos actos, pero con una diferencia notable de fondo: lo hará únicamente para asegurarse la preservación de la relación, y no por esa continua entrega y

preocupación por el otro que caracteriza a los codependientes. Podríamos calificar a los codependientes como abnegados, siendo sus motivos altruistas aun con una desatención patológica hacia sus propias necesidades; estando el dependiente emocional en el caso opuesto, centrado únicamente en sus gigantescas demandas emocionales. Cuidar y entregarse sería un fin para el codependiente, y sólo un medio para el dependiente emocional. En todo caso, al no tratarse de una diferencia lo suficientemente manifiesta, muchos dependientes emocionales emparejados con personas alcohólicas o toxicómanas habrán sido calificados como "codependientes", motivo por el cual se incluye este concepto en la revisión de términos afines.

### **Adicción al amor**

Conceptualmente, podemos equiparar la adicción amorosa con la dependencia emocional. Se trata de una de las nuevas "adicciones sin sustancias", aunque es posiblemente tan antigua como el propio ser humano.

Los psicólogos aseguran que la fuerte necesidad de no estar solos crea tal dependencia que hace que se pueda empezar a hablar de adicción al amor o, más bien, de obsesión, puesto que son equivalentes. “La cada vez mayor dependencia de los individuos genera estilos de vida dependientes”, explica De la Villa Moral y Sirvent (2006).

Schaeffer (1998) realizó algunos trabajos han estudiado este fenómeno comparándolo con el modelo tradicional de los trastornos relacionados con sustancias encontrando numerosas coincidencias que han justificado su denominación de "adicción": necesidad irresistible ("craving") de tener pareja y de estar con ella; priorización de la persona objeto de la adicción con respecto a cualquier otra actividad; preocupación constante por acceder a ella en caso de no encontrarse presente ("dependencia"); sufrimiento que puede ser devastador en caso de ruptura ("abstinencia"), con episodios depresivos o ansiosos, pérdida aún mayor de autoestima,

hostilidad, sensación de fracaso, etc.; y utilización de la adicción para compensar necesidades psicológicas.

Por su parte, De la Villa Moral y Sirvent (2006) asegura que la obsesión a la adicción al amor “no existe”, puesto que recalca lo siguiente: “cuantitativamente e imposible que haya una patología de adicción al amor porque querer mucho no es una adicción, puede ser un acto heroico o lo más maravilloso que puede ocurrirle al ser humano, pero querer mucho, querer demasiado, no existe, querer demasiado es malquerer”. Considera que ser adicto al amor o tener desamor significa más que un comportamiento adictivo hacia otra persona, una mal vivencia del amor. “Cuando una persona se obsesiona, se instala en una relación depresiva o vive el amor tormentosamente, no es debido al amor ni a la otra persona. La causa se encuentra en una serie de elementos subyacentes que tiene el paciente”.

Asimismo, Sirvent afirma que las personas muy dependientes viven para el amor: “viven por y para una obsesión fijativa”, porque asegura que no es una obsesión en la que el otro tenga protagonismo, ya que una persona obsesionada por el amor no quiere al otro o la otra sino a una imagen, a una sublimación de la imagen del otro. “Es una pseudoidealización, es obsesiva, intolerante, acompañada de sentimiento de estar atrapado y atado en la relación y, al mismo tiempo, atrapan ellos al otro. Es lo que se conoce como apego patológico o atadura patológica”, precisa. “El adicto o adicta al amor se enamora de una y otra persona, pero no cierra las relaciones. Está enamorado o enamorada de todas las parejas. Va de flor en flor y la persona se queda prendada y fracasada en todas las relaciones. Es un “fracasado relacional” y esto hace que repita con sucesivas parejas comportamientos similares sin llegar a conocer a la otra persona. Proyectan en la otra persona lo que buscan, pero en el fondo desconocen a la persona de la que creen estar enamorados”.

Lo más característico de este tipo de enamorados o enamoradas es su miedo a estar solo y el profundo dolor que les produce la ruptura con su pareja, hasta el punto de quedar, según

Sirvent, “marcado a fuego el dolor por la pérdida”. “El miedo a la pérdida, a la soledad, es algo que no soportan. Viven tan sometidos a la proyección de esa imagen que para no perderla son capaces de humillarse, de entregarse a la otra persona, de coger el teléfono móvil y llamar constantemente”, detalla.

Como se ha podido observar, la equivalencia de contenido con la dependencia emocional es total. Sin embargo Castelló (2000), afirma lo mismo en el caso de la perspectiva de ambos conceptos, y es que en la adicción amorosa el punto de vista se focaliza en las relaciones interpersonales, es decir, en la existencia de una dependencia real hacia un objeto de adicción: la pareja.

### **EPIDEMIOLOGÍA:**

Un estudio reciente (Castelló, 2000) en España, ha sugerido que la dependencia emocional en su forma estándar, es más frecuente en mujeres. Esto se produce, a su juicio, por una mezcla de factores culturales y biológicos. Las mujeres, tanto por convenciones sociales como posiblemente por su propia naturaleza, tienen una tendencia más pronunciada a la empatía y a la vinculación afectiva, algo que de por sí es muy positivo pero que puede tener peligro, como es la dependencia emocional. Por el contrario, el hombre tiene más accesible el camino de la desvinculación afectiva de los demás, y por consiguiente de la hostilidad y el individualismo. Igualmente señala este autor que la dependencia emocional ha sido sugerida para explicar el comportamiento de algunas víctimas de violencia de género.

Asimismo, De la Villa Moral (2006), profesora de psicología social de la Universidad de Oviedo, quien asegura que en ocasiones el amor deriva en dependencia emocional o sentimental, y que esa patología la padece una media del 10% de la población, en su mayoría

mujeres. “Concretamente, el 10.8% de las féminas y el 8.6% de los varones son dependientes emocionales”.

Sobrino (2002) refiere en cuanto este punto, que la demanda de tratamiento por dependencia emocional suele prevenir con más frecuencia de mujeres, asimismo aclara que esto no significa que en los hombres no se den estas dificultades.

### **FASES DEL DESARROLLO DE LA DEPENDENCIA EMOCIONAL:**

Castello (2005) señala las siguientes fases del desarrollo de la dependencia emocional:

- a) **Fase Inicial de Euforia:** La cual comprende los comienzos de la relación, cuando el dependiente conoce a su “futuro compañero”. Se caracteriza por una ilusión desmedida que se extiende desde esos primeros contactos positivos hasta los periodos iniciales de la relación. En el caso de que la relación fructifique, manifiestan su fascinación y su admiración hacia la pareja; asimismo, se empieza a adoptar la posición sumisa y entrega excesiva como medio para consolidar la relación y más adelante para preservarla. El desencadenamiento de esta euforia pondrá de manifiesto la excesiva necesidad del otro, con su consiguiente deseo de acceso constante hacia él.
  
- b) **Fase de Subordinación:** El transcurso de esta fase se caracteriza por el afianzamiento tanto de la subordinación del dependiente como de la dominación de su pareja; esta asunción de roles por ambos miembros de la pareja se produce por iniciativa de ambos, por lo tanto, no es que la pareja del dependiente lo obligue a asumir la posición sumisa en la relación, la cual implica la aceptación del papel inferior o irrelevante en la pareja;

sin embargo, como se mencionó esta sumisión es al mismo tiempo una estrategia para satisfacer a la pareja con el fin de evitar posibles rupturas, donde se expresa la necesidad y la idealización que el dependiente tiene hacia su pareja. Es así que, ambos interiorizan con intensidad sus papeles hasta el punto de que los consideran lógicos, naturales e indiscutibles.

- c) **Fase de Deterioro:** Esta fase supone la exacerbación de todo lo expuesto en la anterior, donde la subordinación se hace mucho mayor y la dominación se vuelve más pronunciada, lo que causa el sufrimiento por parte del dependiente, debido a que se soporta hum8llaciones, burlas, malos tratos; esto es algo muy superior a lo que el dependiente estaba dispuesto a soportar al comienzo de la relación. La consecuencia es que el dependiente ya no disfruta de la relación, sino que la sufre. Además de esto, tanto tiempo de sometimiento y autoanulación acentúa el autodesprecio y la falta de amor del dependiente emocional; por lo que la presencia de ansiedad y depresión se hace más probable.
- d) **Fase de Ruptura con Síndrome de Abstinencia:** Ante la situación generada en la fase anterior, la consecuencia más lógica es la ruptura de la relación; sin embargo, esta no se da generalmente iniciada por el dependiente sino por la pareja del mismo. A medida que la dependencia emocional sea de menor magnitud, será más probable que se dé esta solución; en caso contrario, si la dependencia es mayor, será mucho más difícil que se produzca este hecho. Lo cual es que la pareja sea quien rompa la relación; sin embargo, la reacción del dependiente será querer evitar a toda costa la ruptura, y si ésta se produce, entonces tratará a toda costa reanudar la relación. Es así que, la soledad y el dolor por la ruptura, y los intentos por reanudar la relación conforman lo denominado

“Síndrome de Abstinencia”. Es en esta fase donde generalmente los dependientes suelen acudir a consulta, por la presencia de ansiedad y episodios depresivos, que se caracterizan por una idea de incompetencia en la esfera afectiva e interpersonal, por considerarse el dependiente como una persona indigna de ser querida.

- e) **Fase de Relaciones de Transición:** Esta fase supone la forma que tiene el dependiente de luchar contra el dolor y contra los sentimientos de autodesprecio y abandono que suscita la soledad, por lo que busca a otra persona, con la única función de mitigar el dolor producido por la abstinencia y la soledad. Estas relaciones de transición, suelen ser pasajeras, frías, funcionales y sin pasión. Existe también la posibilidad de que el dependiente se apoye excesivamente en sus amistades.
- f) **Recomienzo del ciclo:** Esta fase se basa en que, tras la ruptura el síndrome de abstinencia y las eventuales relaciones de transición, el dependiente emocional encuentra a otra persona de perfil adecuado para establecer otra relación desequilibrada; es decir, a otra persona “interesante” a la cual idealizar.

### **CARACTERÍSTICAS DE LA DEPENDENCIA EMOCIONAL:**

Castelló (2005) propone dividir las características de los dependientes emocionales en tres grandes áreas que son: el área de las relaciones de pareja, de las relaciones con el entorno interpersonal y el área de autoestima y estado de ánimo.

#### **Área de las relaciones de pareja**

- a) **Necesidad excesiva del otro, deseo de acceso constante hacia él:** Es el deseo de tener contacto con el otro o el estar con la pareja es más que una necesidad, es absolutamente



imprescindible. Aquello que une a estas personas con su pareja es mucho más fuerte que, en tanto su necesidad del otro es más apremiante; de hecho, precisan del objeto idealizado para que les suministre el cariño del que carecen. Los dependientes no ven satisfechas estas pretensiones afectivas pero persisten en la búsqueda de algo que realmente ignoran, y que confunden con adhesión extrema.

- b) **Deseos de exclusividad en la relación:** El dependiente emocional lleva demasiado lejos su afán de exclusividad, si por él fuera, colocaría una especie de burbuja que lo envolviera tanto a él como a su pareja para así aislarse ambos del entorno, como si de una simbiosis se tratara. No se contemplan las amistades ni otras obligaciones, lo ideal para el dependiente sería que la exclusividad fuera absoluta para ambos miembros de la pareja.
- c) **Prioridad de la pareja sobre cualquier otra cosa:** El dependiente emocional sitúa a la relación, pero sobre todo a la pareja, como la única y máxima prioridad en su vida, otorgando al resto de las circunstancias como el trabajo, la familia próxima, las amistades o sus propios deseos e intereses, en un lugar mucho más secundario en su escala de prioridades.
- d) **Idealización de la pareja:** Los dependientes sobrevaloran en todos los aspectos a su pareja; el compañero pasa a ser alguien extraordinario, con unas cualidades especiales, diferente y superior al resto de las personas y, por supuesto, al propio dependiente. Todas sus características reales se verán magnificadas en la imaginación de los dependientes; en algunos casos cuando la pareja presenta carácter narcisista la sobrevaloración es reforzada por el concepto inflado que tiene el dependiente hacia él.
- e) **Relaciones basadas en la sumisión y subordinación:** Una de las pautas de interacción más características de los dependientes emocionales es la sumisión incondicional hacia su pareja. El dependiente siempre tiene claro que la pareja es una persona para admirar e

idealizar, es el único componente importante de la relación, por lo tanto, siempre hay que agradarle, debe estar siempre contento. La consecuencia inmediata es que sólo se hará lo que la pareja quiera. El dependiente se vestirá a su gusto, tendrá acceso a él cuando lo estime oportuno, se dirigirá hacia su persona en los términos que estipule, servirá de desahogo de las frustraciones cuando las tenga, etc.

- f) **Historia de relaciones de pareja desequilibradas:** La vida amorosa del dependiente emocional es una sucesión de relaciones de pareja tormentosas y desequilibradas; prácticamente desde el principio. El entorno familiar o las amistades pueden pensar que se trata de mala suerte cuando esto sucede una o dos veces, pero si la sucesión es muy evidente, dejan de responsabilizar a factores externos o a la causalidad.
- g) **Miedo a la ruptura:** La conducta de rechazo y el temor a la ruptura es tremendamente fuerte en el dependiente emocional, existiendo en su relación de pareja el miedo permanente al abandono. Este miedo será también proporcional a la situación; en definitiva, la sensación general de miedo al abandono, de temor a que se produzca una ruptura, preside la vida del dependiente.
- h) **Asunción del sistema de creencias de la pareja:** El dependiente emocional tiene a su pareja como auténtica referencia en su vida, como sentido de su existencia, y que además lo idealiza en todos sus aspectos y asume todas las creencias como ciertas y universales, llegando a compartirlas aun cuando antes de la relación pensaban lo contrario.

### **Área de las relaciones con el entorno interpersonal**

Castelló (2005) asevera que el dependiente emocional manifiesta principalmente sus características en sus relaciones de pareja pero a su vez también presenta ciertas peculiaridades

en el trato con otras personas significativas como familia, amigos y compañeros de trabajo, destacan tres características en esta área:

- a) **Deseos de exclusividad hacia otras personas significativas:** El dependiente pretende la exclusividad en el conjunto de sus relaciones interpersonales, principalmente con su pareja, pero también con otras personas significativas; de hecho, esta exclusividad suele manifestarse con más fuerza en el entorno, se trata de los individuos con una necesidad desmedida de los otros, acostumbrados a buscar en los demás lo que no encuentran en sí mismos, siempre pendientes de un entorno en el que les ha faltado aceptación y del que continuamente esperan atención. Cuando en la adolescencia y la adultez cambia el círculo de personas significativas cobra mayor importancia las relaciones con los iguales, sean amigos, compañeros de estudio o de trabajo, dicha necesidad desmedida y búsqueda de la aceptación que no han recibido juega en su contra. La exclusividad en las relaciones con otras personas significativas tiene como principal consecuencia una excesiva absorción hacia las mismas, un sentimiento de posesión insaciable que se manifiesta en desear que un amigo esté continuamente a disposición del dependiente.
- b) **Necesidad de agradar:** La aprobación de los demás es muy necesaria para las personas con dependencia emocional, ya que el temor al rechazo o a no gustar lo malinterpreta como una antipatía o desinterés. Cuando un dependiente emocional conoce a una persona suele tener dudas de si le habrá caído o si le habrá gustado, están siempre pendientes de su entorno buscando agarrarse de él, intentando ser captado y bien recibidos, con la amenaza de ser rechazados. Cuando no tiene pareja su deseo de agradar es mayor y se vuelven muy pendientes de su apariencia física y de las reacciones de los demás, son personas que se menosprecian y buscan en los otros el sentido de existencia.

- c) **Déficit de habilidades sociales:** El miedo atroz al rechazo conduce a no expresar con libertad los intereses y las demandas personales con personas más significativas, la falta de habilidades sociales se traduce más bien en carencia de empatía, las pretensiones de exclusividad a los demás conlleva a una utilización de los mismos algo egoísta, convirtiéndose en sostenedores del dependiente, en personas que son un bálsamo para su malestar. Les cuesta dar cariño por que lo confunden con entrega, con sumisión; no entienden tampoco que recibir amistad no es tener a otra persona para ellos ni disponer de alguien para utilizarlo como paño de lágrimas.

#### **Área de autoestima y estado de ánimo**

Castelló (2005) asegura que los dependientes emocionales suelen ser personas tristes, cabizbajas, se valoran poco y dan una impresión de continuo sufrimiento cuando no encuentran lo que buscan, por ejemplo, cuando están solos o su nefasta relación de pareja está al borde de la ruptura.

- a) **Baja autoestima:** Es frecuente encontrar déficit de autoestima en una gran cantidad de trastornos mentales y del comportamiento, en la dependencia emocional este hecho adquiere una relevancia singular al mismo tiempo que una intensidad tremenda. Los dependientes emocionales son personas que están prisioneras dentro de sí mismas, desean escapar de su cuerpo y sobre todo de su mente para refugiarse en otra persona, en una constante huida.
- b) **Miedo e intolerancia a la soledad:** El individuo se siente prisionero de sí mismo, no sólo no se ama, sino que se desprecia, lo que conduce a que tenga una especial aversión a la soledad, a estar consigo mismo. La intolerancia a la soledad es en parte la responsable de la

necesidad de acceso constante hacia la pareja, es el motor que impulsa al dependiente a querer estar continuamente con ella a cualquier precio.

- c) **Estado de ánimo negativo y comorbilidades frecuentes:** La dependencia emocional no es un problema menor, un simple “mal de amores” o una experiencia negativa en una relación de pareja. El estado de ánimo usual de estos individuos ya es negativo, caracterizado por tristeza, preocupación en el rostro, notable nerviosismo e inseguridad personal. Las comorbilidades estarán en línea con el estado de ánimo triste y preocupado que ya tienen de por sí. Las más fuertes tendrán íntima relación con circunstancias adversas, ocupando el primer lugar la ruptura de la pareja, momento en el que acuden a consulta con mayor frecuencia. Se desprende de lo expuesto que los trastornos mentales comórbidos serán del espectro ansioso-depresivo. Es por ello muy importante que los clínicos no se dejen llevar por la psicopatología más evidente.

## **RELACIONES ROMÁNTICAS Y DEPENDENCIA EMOCIONAL**

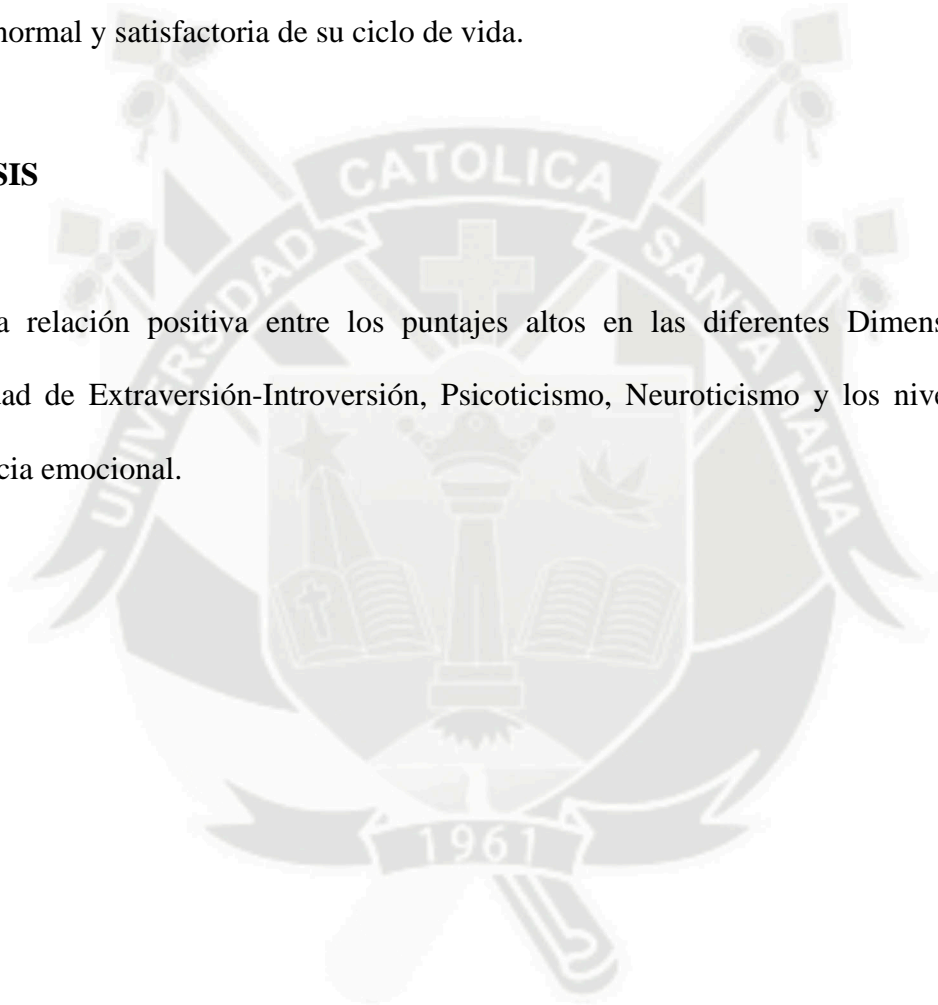
En su investigación Acosta, Amaya y De la Espriella (2010) afirman que a lo largo del ciclo vital se afirma que hay diferencias en el comportamiento amoroso. En la infancia las relaciones suelen ser ansiosas y egocéntricas. A medida que se va llegando a la pre-adolescencia se van volviendo más seguras y constructivas y en la adolescencia dan un vuelco total interesándose el sexo opuesto y formando grupos de amigos mixtos (Yela, 2006). Como resultado final esto lleva a la vivencia de relaciones románticas, siendo consideradas y experimentadas de manera diferente, de acuerdo al ciclo vital en el que se encuentre la persona. Por consiguiente, es dispensable para todos los profesionales conocer, poder identificar y diagnosticar a tiempo este tipo de adicción o dependencia emocional y así mismo poderla abordar, haciendo una adecuada y eficaz, promoción e intervención, para así poder evitar otras

situaciones problema asociadas a la misma como la depresión, la fármaco dependencia, el alcoholismo y el suicidio entre otras.

Además se podría afirmar que se estaría reduciendo la probabilidad de tener jóvenes con relaciones románticas dependientes, en donde en lugar de experimentar formas desadaptativas de relacionarse con otros, puedan vivenciar el amor y el establecimiento de sus relaciones como una parte normal y satisfactoria de su ciclo de vida.

## **HIPÓTESIS**

Existe una relación positiva entre los puntajes altos en las diferentes Dimensiones de la Personalidad de Extraversión-Introversión, Psicoticismo, Neuroticismo y los niveles altos de Dependencia emocional.





# **CAPITULO II**

## **DISEÑO METODOLÓGICO**

## **TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN**

### **TIPO DE INVESTIGACIÓN**

Según Salkind, (1999), teniendo en cuenta la naturaleza del problema y los objetivos del presente estudio corresponde a una investigación descriptiva ya que busca describir la situación prevalente en el momento de realizarse el estudio. Se concentra en estudiar y contribuir a la solución de un problema práctico inmediato siendo del tipo descriptivo-correlacional de corte transversal ya que permite obtener información precisa sobre las variables a investigar, así como describir sistemáticamente la relación existente entre las variables de estudio.

### **DISEÑO DE INVESTIGACIÓN**

Esta Investigación es Descriptivo – Explicativo cuyo diseño sigue un método correlacional no experimental según Salkind (1999). En donde la investigación plantea la relación entre dos o más variables sin atribuir causa o efecto a ninguna de las dos.

El tipo de estudio aplicado para la obtención de datos es de campo, ya que se realiza en forma directa en realidad, aludiendo al hecho que son datos de primera mano, producto de la investigación sin intermediario de ninguna naturaleza.

Al respecto Tamayo Tamayo afirma que " el diseño de campo es cuando los datos se recogen directamente de la realidad por lo cual los denominados primarios, su valor radica en que permite cerciorarse de las verdaderas condiciones en que se han obtenido los datos, la cual facilita su revisión o modificación en caso de surgir dudas.

### **TÉCNICAS DE INVESTIGACION**

La técnica a utilizar es la encuesta.



## **INSTRUMENTOS DE INVESTIGACION**

Para el efecto de la recolección de datos se seleccionó como técnica la encuesta y como instrumentos se utilizaron Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) y el Inventario de Personalidad – Eysenck EPQ, los cuales serán aplicados en forma grupal a los alumnos por parte de las investigadoras; considerándose a estos como medios efectivos para recolectar datos reales sobre el presente estudio siendo su objetivo el de obtener información acerca de su dependencia emocional en los universitarios de la Universidad Católica Santa María

Los instrumentos utilizados en la investigación son los siguientes:

### **Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE).**

Este cuestionario fue diseñado para medir la dependencia emocional en hombres y mujeres de 16 a 55 años de edad, en población colombiana. El cuestionario está conformado por 23 ítems y 6 factores, los cuales son: Ansiedad de separación, Expresión afectiva de la pareja, Modificación de planes, Miedo a la soledad, Expresión límite y Búsqueda de atención. Cada ítem es valorado en una escala de Likert de seis puntos, que va desde uno (Completamente falso de mí) hasta seis (Me describe completamente).

El puntaje se divide en tres categorías, de la siguiente manera: No dependencia (< ó = a 46), Tendencia a la dependencia (de 47 a 60) y Dependencia emocional (> 60). (Lemos, M., Londoño, N. 2006).

### **Inventario de Personalidad – Eysenck EPQ**

El Inventario sirve para la medición de dos de las dimensiones de la personalidad: Extraversión (extroversión-introversión) (E), Neuroticismo (estabilidad- inestabilidad) (N) y Psicoticismo (psicoticismo-control de impulsos) (P). Cuyo ámbito de aplicación es en hombres

y mujeres de 16 años de edad en adelante. El inventario está conformado por 90 ítems el mismo que evalúa las siguientes dimensiones:

Dimensión “E”: Escala de Extroversión (21 ítems)

Dimensión “N”: Escala de Neuroticismo (23 ítems)

Dimensión “P”: Escala de Psicoticismo (25 ítems)

Además: Escala “C”: Escala predictora de la delincuencia (34 ítems) y Escala “L”: Escala de sinceridad (21 ítems).

## **POBLACIÓN Y MUESTRA**

El presente estudio de investigación se realizó en la Universidad Católica Santa María de la ciudad de Arequipa.

La población de estudio está constituida por aproximadamente 800 jóvenes universitarios, del Instituto de Idiomas de la Universidad Católica Santa María – Arequipa. Jóvenes solteros de entre 17 a 25 años, de género masculino y femenino.

Se excluirán a los universitarios que no deseen participar voluntariamente; casados, conviviente y/o divorciados.

La muestra con la que se trabajó es de 191 alumnos.

**TABLA 1**

*Características de la muestra evaluada*

<b>Características</b>	<b>N°</b>	<b>%</b>
<b>Género</b>		
Femenino	96	50,3
Masculino	95	49,7
<b>Edad</b>		
17 a 20 años	58	30,4
21 a 25 años	133	69,6
<b>Tiene Relación</b>		
No	92	48,2
Si	99	51,8
<b>Tiempo de Relación (Meses)</b>		
Media Aritmética (Promedio)	23,46	
Desviación Estándar	21,84	
Tiempo de Relación Mínimo	1	
Tiempo de Relación Máximo	93	
Total	191	100.0

Fuente: Matriz de datos

En la tabla 1 observamos la primera característica considerada; la cual fue género, teniendo como resultado el 50,3 % de población femenina y el 49,7% de población masculina.

La siguiente característica fue edad; donde apreciamos que el 30,4 % de los estudiantes tienen entre 17 y 20 años de edad y el 69,6% tienen entre 21 y 25 años.

Así mismo observamos que el 51,8 % de la población tiene actualmente una relación de pareja. En cuanto al tiempo de relación el promedio obtenido es de 23 meses, el cual va desde un mínimo de 1 mes a un máximo de 93 meses.

## **ESTRATEGIAS DE RECOLECCIÓN DE DATOS Y TEMPORALIDAD**

### **Técnicas de Análisis.**

El procesamiento de los datos obtenidos se realizó a través de a) Depuración de los datos, b) Los datos obtenidos a través del instrumento fueron tabulados manualmente y representados en cuadros estadísticos, que permitan elaborar conclusiones y obtener resultados estadísticos como base para dar las recomendaciones necesarias.

Para la recolección de información se realizará una planificación previa tomando en consideración aspectos como la secuencia y distribución de las actividades en el tiempo, de acuerdo al siguiente orden:

Se realizó una entrevista con los Director del Instituto de Idiomas, a fin de informarle sobre el estudio y a la vez recibir información de las características de la población.

Se procedió a la aplicación de los cuestionarios a los alumnos del Instituto de Idiomas, previa coordinación con cada uno de los profesores.

Las pruebas fueron tomadas durante los meses de enero y febrero del presente año y se procesaron éstas utilizando procedimientos estadísticos.

## **CRITERIOS DE PROCESAMIENTOS DE LA INFORMACIÓN**

Para el procesamiento de la información se utilizó el software estadístico EPI – INFO versión 6.0; así mismo, la hoja de cálculo Excell 2010.

Para determinar la relación entre las variables se utilizaron las siguientes pruebas estadísticas:

Chi Cuadrado, Tau de Kendal, Coeficiente de Correlación de Spearman y Análisis de variables.





# **CAPITULO III**

## **RESULTADOS**

**TABLA 2**

*Niveles de Dependencia Emocional*

<b>Dependencia Emocional</b>	<b>N°</b>	<b>%</b>
<b>Dependencia</b>		
No Presenta	73	38,2
Tendencia	62	32,5
Dependencia	56	29,3
<b>Total</b>	<b>191</b>	<b>100.0</b>

Fuente: Matriz de datos

La tabla 2 muestra los niveles de Dependencia emocional; teniendo como resultado que el 38,2 % de la población evaluada No presenta dependencia emocional y un 29,3 % Si presenta dependencia emocional hacia su pareja.

**TABLA 3**

*Niveles de Personalidad*

<b>Personalidad</b>	<b>N°</b>	<b>%</b>
<b>Extraversión</b>		
Alta Introversión	24	12,6
Tendencia Introversión	44	23,0
Normal	25	13,1
Tendencia Extroversión	92	48,2
Extroversión	6	3,1
<b>Neuroticismo</b>		
Alta Estabilidad	32	16,8
Tendencia Estable	67	35,0
Normal	9	4,7
Tendencia Inestable	68	35,6
Inestable	15	7,9
<b>Psicoticismo</b>		
Alta Flexibilidad Mental	30	15,7
Tendencia Flexibilidad Mental	38	19,9
Normal	14	7,3
Tendencia Rigidez Mental	67	35,1
Rigidez Mental	42	22,0
Total	191	100,0

Fuente: Matriz de datos

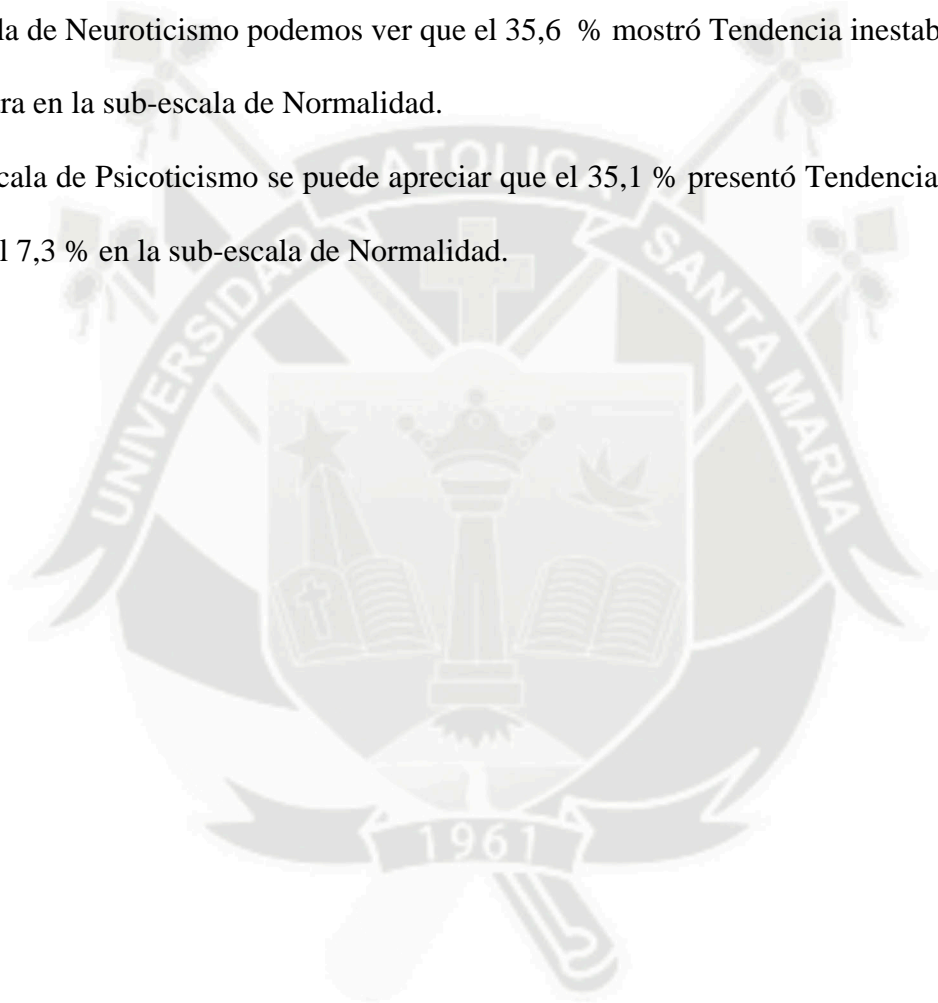


En la presente tabla, observamos los porcentajes obtenidos en cada una de las escalas de personalidad evaluadas:

En la escala de Extraversión observamos que el 48,2 % de los evaluados presentó Tendencia a la extroversión y el 3,1 % presentó Extroversión.

En la escala de Neuroticismo podemos ver que el 35,6 % mostró Tendencia inestable y el 4,7 % se encuentra en la sub-escala de Normalidad.

Y en la escala de Psicoticismo se puede apreciar que el 35,1 % presentó Tendencia a la Rigidez mental y el 7,3 % en la sub-escala de Normalidad.



**TABLA 4**

***Edad y Dependencia Emocional***

Edad	Dependencia Emocional						Total	
	No Presenta		Tendencia		Dependencia		N°	%
	N°	%	N°	%	N°	%		
17 a 20 años	21	36,2	17	29,3	20	34,5	58	100,0
21 a 25 años	52	39,1	45	33,8	36	27,1	133	100,0
Total	73	38,2	62	32,5	56	29,3	191	100,0

Fuente: Matriz de datos

$P = 0.577$  ( $P \geq 0,05$ ) N.S.

La tabla 4 nos muestra que los estudiantes entre 17 a 20 años, con un 36.2 % No presentan dependencia emocional hacia su pareja. Y los estudiantes de 21 a 25 años de edad, con un 39.1 % tampoco presentan dependencia emocional.

Así mismo observamos que los alumnos de entre 17 a 20 años de edad, presentan un porcentaje más alto de Dependencia hacia su pareja, que los alumnos de 21 a 25 años.

Según la prueba estadística, no existe relación significativa entre la edad y la dependencia emocional.

**TABLA 5**

***Género y Dependencia Emocional***

Género	Dependencia Emocional						Total	
	No Presenta		Tendencia		Dependencia		N°	%
	N°	%	N°	%	N°	%		
Femenino	37	38,5	34	35,4	25	26,1	96	100,0
Masculino	36	37,9	28	29,5	31	32,6	95	100,0
Total	73	38,2	62	32,5	56	29,3	191	100,0

Fuente: Matriz de datos

$P = 0.540$  ( $P \geq 0,05$ ) N.S.

En la presente tabla apreciamos que de los estudiantes de género femenino el 38,5 % No presentan dependencia emocional hacia su pareja; y que en los estudiantes de género masculino el 37,9 % de igual manera, No presenta dependencia emocional.

Según la prueba estadística, no existe relación significativa entre el género y la dependencia emocional.

**TABLA 6**

*Tiempo de Relación y Dependencia Emocional*

Tiempo de Relación (meses)	Dependencia Emocional		
	No Presenta	Tendencia	Dependencia
Promedio	23,22	22,47	25,22
Valor Mínimo	2	1	2
Valor Máximo	90	72	93
Total	40	38	27

Fuente: Matriz de datos  $P = 0.881 (P \geq 0,05) N.S.$

La tabla 6 indica el tiempo de relación en la población evaluada de acuerdo a su dependencia, así tenemos que aquellos que no presentan dependencia emocional hacia su pareja, tienen en promedio 23 meses de relación; y en tanto los que la presentan tienen 25 meses.

Según la prueba estadística, no existe relación significativa entre el tiempo de relación y la dependencia emocional.

**TABLA 7**

*Niveles de Extraversión – Introversión y Dependencia Emocional*

Personalidad	Dependencia Emocional						Total	
	No Presenta		Tendencia		Dependencia		N°	%
	N°	%	N°	%	N°	%		
Alta Introversión	10	41,7	5	20,8	9	37,5	24	100,0
Tendencia Introversión	16	36,4	12	27,2	16	36,4	44	100,0
Normal	9	36,0	10	40,0	6	24,0	25	100,0
Tendencia Extraversión	34	37,0	33	35,8	25	27,2	92	100,0
Extraversión	4	66,7	2	33,3	0	0,0	6	100,0
Total	73	38,2	62	32,5	56	29,3	191	100,0

Fuente: Matriz de datos P = 0.309 (P ≥ 0,05) N.S.

Con un 66,7 % los estudiantes Extrovertidos no presentan Dependencia emocional, con un 40,0 % los estudiantes con un tipo de personalidad normal tienen Tendencia a la dependencia emocional y con un 37,5 % los estudiantes con Alta Introversión presentan Dependencia emocional.

Según la prueba estadística, No existe relación significativa entre los niveles de extraversión-introversión y la dependencia emocional.

**TABLA 8**

*Niveles de Neuroticismo y Dependencia Emocional*

Personalidad Neuroticismo	Dependencia Emocional						Total	
	No Presenta		Tendencia		Dependencia		N°	%
	N°	%	N°	%	N°	%		
Alta Estabilidad	21	65,6	7	21,9	4	12,5	32	100,0
Tendencia Estable	32	47,8	21	31,3	14	20,9	67	100,0
Normal	1	11,1	6	66,7	2	22,2	9	100,0
Tendencia Inestable	17	25,0	24	35,3	27	39,7	68	100,0
Alta Inestable	2	13,3	4	26,7	9	60,0	15	100,0
Total	73	38,2	62	32,5	56	29,3	191	100,0

Fuente: Matriz de datos

P = 0.000 (P < 0,05) S.S.

C.C. = 0,521

En el presente cuadro observamos que con un 65,6 % la población evaluada con Alta estabilidad no presentan Dependencia emocional, con un 66,7 % los estudiantes con el tipo de personalidad normal presentan Tendencia a la dependencia emocional y con un 60,0 % los estudiantes con Inestabilidad presentan Dependencia emocional.

Según la prueba estadística, Si existe relación significativa entre los niveles de neuroticismo y la dependencia emocional; siendo el nivel de relación óptimo, así mismo podemos decir que a mayor inestabilidad mayor dependencia emocional.

El neurótico es una persona llena de ansiedad, depresiva, tensa, irracional y malhumorada.

Tiene baja autoestima y suele albergar sentimientos de culpa.

**TABLA 9**

*Niveles de Psicoticismo y Dependencia Emocional*

Personalidad Psicoticismo	Dependencia Emocional						Total	
	No Presenta		Tendencia		Dependencia		N°	%
	N°	%	N°	%	N°	%		
Alta Flexibilidad Mental	15	50,0	7	23,3	8	26,7	30	100,0
Tendencia Flexibilidad Mental	18	47,4	13	34,2	7	18,4	38	100,0
Normal	7	50,0	4	28,6	3	21,4	14	100,0
Tendencia Rigidez Mental	22	32,8	23	34,4	22	32,8	67	100,0
Rigidez Mental	11	26,2	15	35,7	16	38,1	42	100,0
<b>Total</b>	<b>73</b>	<b>38,2</b>	<b>62</b>	<b>32,5</b>	<b>56</b>	<b>29,3</b>	<b>191</b>	<b>100,0</b>

Fuente: Matriz de datos

$P = 0.009$  ( $P < 0,05$ ) S.S.

C.C. = 0,386

Con un 38,1 % los estudiantes con Rigidez mental presentan Dependencia emocional hacia su pareja; mientras que los estudiantes con Tendencia a la flexibilidad mental y con el tipo de personalidad Normal no presentan Dependencia emocional con un 50,0 % respectivamente.

Según la prueba estadística, Si existe relación significativa entre los niveles de psicoticismo y la dependencia emocional; siendo el nivel de relación Moderada, así mismo podemos decir que a mayor rigidez mental mayor dependencia emocional.

Las personas con rigidez mental en su mayoría son agresivas, antisociales, inflexibles, frías y egocéntricas. Asimismo, se ha comprobado que son crueles, hostiles e insensibles a las necesidades y sentimientos de otros.





## DISCUSIÓN

La presente investigación tiene como objetivo determinar la relación positiva entre las dimensiones de la personalidad y la dependencia emocional hacia la pareja, en los universitarios del Instituto de idiomas de la Universidad Católica Santa María.

Los resultados encontrados en este estudio investigativo, nos permitieron demostrar que si existe relación positiva y significativa entre las Dimensiones de la personalidad de Neuroticismo y de Psicoticismo con niveles altos en la Dependencia emocional; comprobando de manera parcial la hipótesis planteada; ya que la dimensión de personalidad de Extraversión-Introversión no tiene una relación estadísticamente significativa con la dependencia emocional. Es probable que, como lo menciona Castelló (2005) la mayoría de las personas sienten los efectos del amor y saben que hasta las personas más asentadas son capaces quizá no de enloquecer en el sentido estricto del término, pero sí al menos de perder su voluntad por sus sentimientos hacia el otro o, mejor dicho, de hacer cosas que en otras circunstancias o en otras etapas de la vida nunca se les hubiera ocurrido realizar.

Para detallar mejor cada una de las dimensiones de la personalidad; podemos iniciar especificando que en cuanto a los niveles de la dimensión de la personalidad de extraversión-introversión (tabla 7) los estudiantes ubicados en el nivel de extraversión no presentan dependencia emocional con un 66,7 %. Concluyendo así que en la dimensión de la personalidad de Extraversión – Introversión encontramos que no existe relación significativa entre esta dimensión y niveles altos en la Dependencia.

Al analizar los resultados de los niveles de la dimensión de la personalidad de neuroticismo y la dependencia emocional (tabla 8) observamos que con un 65.6% la población evaluada con alta estabilidad no presentan dependencia emocional, y con un 60.0% los estudiantes ubicados en el nivel de alta inestabilidad presentan dependencia emocional.

Así mismo los resultados de la dimensión de psicoticismo (tabla 9) demuestran con un 47.4% que los estudiantes con tendencia a la flexibilidad mental no presentan dependencia emocional y con un 38.1% los estudiantes en el nivel de rigidez mental presentan dependencia emocional. Brindando como resultado final que si existe una relación significativa entre altos niveles tanto de neuroticismo como de psicoticismo y la dependencia emocional; siendo el nivel de relación positivo en la dimensión del neuroticismo y el nivel de relación moderada en la dimensión de psicoticismo, así mismo podemos decir que a mayor inestabilidad mayor dependencia emocional y a mayor rigidez mental mayor dependencia emocional.

Podemos mencionar tres características importantes y propias de la dependencia emocional; baja autoestima, miedo e intolerancia a la soledad y tendencia a establecer a lo largo de la vida relaciones de parejas desequilibradas, es preciso añadir que podemos catalogar a estas tres características como nucleares o fundamentales (Castelló, 2005). Teniendo en cuenta las características mencionadas por Castelló y los resultados obtenidos (tabla 2), podemos concluir que de acuerdo al nivel de dependencia emocional en los estudiantes universitarios, en su mayor porcentaje con un 38,2 % de la muestra no presenta dependencia emocional. Rescatando que el resto de la muestra obtenida presentan una Tendencia (en proceso) y una Dependencia emocional hacia su pareja.

Como mencionan Acosta, Amaya y De la Espriella (2010) respecto a los resultados arrojados por la escala de Dependencia emocional, se halló que existe una alta tendencia al cuidado de la relación, lo cual hace pensar que estos jóvenes, como lo menciona Retana y Sánchez, (2005), brindan un atención exagerada a los detalles del ser amado, mientras que hubo una baja tendencia a la necesidad apremiante, lo cual considera que en ausencia de la pareja no se presentan respuestas de dolor o de desesperación. Es así que nosotras podemos llegar a la conclusión de que a menor edad (Adolescentes), mayor dependencia; ya que en la muestra utilizada los alumnos de 17 a 20 años de edad presentan un porcentaje mayor de Dependencia emocional hacia su pareja (34,5 %), que los alumnos de 21 a 25 años con un porcentaje de 27,1%. Y para reafirmar nuestros resultados tomamos en cuenta la opinión de Castelló (2005), en donde nos dice que los dependientes emocionales suelen tener parejas desde la adolescencia y si es posible intentar estar siempre con alguien. Una de las consecuencias que trae esto consigo es que después de una ruptura, intentan reanudar la relación por nefasta que haya sido o bien buscan a otra persona que cubra su necesidad extrema de estar acompañados de alguien.

Asimismo, De la Villa Moral (2006), profesora de psicología social de la Universidad de Oviedo, quien asegura que en ocasiones el amor deriva en dependencia emocional o sentimental, y que esa patología la padece una media del 10% de la población, en su mayoría mujeres. “Concretamente, el 10.8% de las féminas y el 8.6% de los varones son dependientes emocionales”. En la actualidad podemos pensar que el género masculino tiene una mayor facilidad para efectuar una desvinculación afectiva, mientras que el género femenino presentará muchos más problemas para lograr esto. Pero este pensamiento no es del todo cierto ya que según los resultados obtenidos (tabla 5) el género masculino presenta un nivel de dependencia emocional de un 32.6 % mientras que el género femenino presenta un 26.0 % pero cabe resaltar que en estos resultados no existe una relación significativa.

En la investigación realizada por Acosta, Amaya y De la Espriella (2010), otro aspecto relevante tiene que ver con la distribución de la muestra y los criterios de inclusión. En cuanto a la distribución, la mayoría de sujetos fueron mujeres, esto puede en un primer momento tener un peso importante en las conclusiones, considerando que varios estudios muestran como la mujer es más emotiva que el hombre en las relaciones románticas (Steinberg, 2002), lo cual puede afectar los resultados totales al generalizarse, sin embargo puede además quedar desbalanceada la muestra por género y no recoger información suficiente. Por ende podemos decir que los resultados de la presente investigación son distintos a la mencionada anteriormente, llegando nuevamente a la conclusión de que la Dependencia emocional no es una característica única o mayormente del género femenino.

Además es necesario tener en cuenta la opinión de Castelló (2005) al mencionar que es plausible imaginar que habrá sujetos con una mayor predisposición que otros a mantener la vinculación afectiva en circunstancias desfavorables, o incluso personas con gran susceptibilidad a las carencias emocionales tempranas. Estas personas tendrán más posibilidades que otras, dadas las circunstancias, de desarrollar dependencia emocional. Es decir, que sin diferenciar el factor género existen varios factores que desempeñan un papel relevante en la formación de la dependencia emocional. Asimismo Sobrino (2002) refiere en cuanto este punto, que la demanda de tratamiento por dependencia emocional suele prevenir con más frecuencia de mujeres, asimismo aclara que esto no significa que en los hombres no se den estas dificultades.

Por otro lado, en cuanto al tiempo de relación y el nivel de dependencia en los estudiantes, observamos que los que presentan dependencia emocional hacia sus parejas tienen en promedio 25 meses de relación y no presentan dependencia emocional son los que tienen en promedio 23 meses de relación. Concluyendo que no existe relación significativa entre el

tiempo de relación y la dependencia emocional; es decir, que el tiempo de relación no influye en crear Dependencia emocional hacia la pareja.

Por último, sería recomendable que para futuras investigaciones acerca de los temas tratados, considerar todos los aspectos de las variables, teniendo en cuenta varias alternativas para su medición; tales como entrevistas, observación, reporte de otros, etc. Así como tener una muestra más homogénea e instrumentos variados y estandarizados para la población Peruana.



## CONCLUSIONES

**Primera:** Existe relación positiva y significativa entre las Dimensiones de la personalidad de Neuroticismo y Psicoticismo con la Dependencia emocional en los estudiantes del Instituto de Idiomas de la Universidad Católica de Santa María. Contrastando la hipótesis planteada con los resultados obtenidos, comprobamos de esta manera de forma parcial nuestra hipótesis; ya que la dimensión de personalidad de Extraversión-Introversión no tiene una relación estadísticamente significativa con la dependencia emocional.

**Segunda:** El mayor porcentaje, no presenta Dependencia emocional hacia la pareja. Mientras que el resto de los estudiantes del Instituto de Idiomas presentan una Tendencia y una Dependencia emocional hacia su pareja.

**Tercera:** Las dimensiones de personalidad referidas a la Tendencia a la Extroversión, la Inestabilidad y Rigidez mental, son las que predominan en los estudiantes universitarios del Instituto de Idiomas.

**Cuarta:** No existe relación estadísticamente significativa entre los grupos etarios y la Dependencia emocional, en los estudiantes de la Universidad Católica de Santa María.

**Quinta:** No se encuentra una relación estadísticamente significativa entre género y Dependencia emocional, en los estudiantes de la Universidad Católica de Santa María.

**Sexta:** No existe relación estadísticamente significativa entre el tiempo de relación y el nivel de Dependencia emocional, en los estudiantes universitarios del Instituto de Idiomas de la Universidad Católica de Santa María; es decir el tiempo de relación no determina el nivel de Dependencia emocional.



## SUGERENCIAS

**Primera:** Continuar con investigaciones, sobre dependencia emocional, replicar la investigación y comparar los resultados en un ámbito más amplio, de distintos estratos económicos y/o de distintas costumbres y culturas.

**Segunda:** A través de la investigación y a partir de los resultados encontrados, desarrollar programas donde se dé información sobre dependencia emocional hacia la pareja y como poder superarla, además de atención y orientación a los alumnos para prevenir situaciones de dependencia emocional a la pareja.

**Tercera:** Fomentar campañas que promuevan estrategias de afrontamiento más saludables, las cuales puedan contribuir al crecimiento y aprendizaje de la persona y fortalezcan sus vínculos de pareja posteriores.



## LIMITACIONES

**Primera:** No existe mucha información sobre antecedentes investigativos acerca de la dependencia emocional en nuestro país y más aún en nuestra ciudad, lo que ocasiona que la bibliografía sea escasa.

**Segunda:** En algunas aulas del Centro de idiomas, a pesar de contar con el permiso respectivo, no se brindó por parte de los docentes las facilidades para aplicar el instrumento de evaluación en los estudiantes.

**Tercera:** Al tomar las evaluaciones a las diferentes aulas, otro inconveniente fue el cambio de horarios de los estudiantes; así como en algunos casos, el constante cambio de aulas de los mismos, con los cuáles muchas veces tuvimos dificultad para ubicarlos. De igual manera otro inconveniente presentado fue la gran ausencia de los estudiantes a clases en el momento en que se llevaron a cabo las evaluaciones.

**Cuarta:** Como la presente investigación se realizó tomando en cuenta sólo a alumnos de la Universidad Católica de Santa María, los resultados si bien son representativos para esta casa de estudios, no son generalizables a toda la población.

**Quinta:** Algunos estudiantes no tomaron con madurez la encuesta, ya que las entregaban en blanco, o estaban llenadas en forma incorrecta o incompleta. Y no pudieron ser tomados en cuenta para la obtención de los resultados finales.

## REFERENCIAS

Acosta, D., Amaya, P. y De la Espriella, Cl. (2010). Estilos de apego parental y Dependencia emocional en las Relaciones románticas de los Adolescentes. Universidad de la Sabana. Instituto de Postgrados – Forum. Facultad de Psicología. Rescatado de online

<http://intellectum.unisabana.edu.co:8080/jspui/bitstream/10818/6773/1/125566.pdf>

American Psychiatric Association (1987). Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales, 3ª edición revisada (DSM-III-R). Barcelona: Masson.

Barnetche, M. (1990). Quiero ser libre, de la codependencia a la coparticipación positiva. México. Edición Patria S.A.

Becerra, R. (2012). Factores sociofamiliares y dependencia emocional en mujeres con violencia de pareja. Tesis de grado (Licenciado en psicología). Universidad Católica de Santa María. Facultad de Ciencias y Tecnologías Sociales y Humanidades.

Bowlby J. (1989). Una base segura: aplicaciones clínicas de una teoría del apego. Buenos Aires. Edición Paidós.

Castelló Blasco, J. (2000). Análisis del concepto “Dependencia Emocional”. I Congreso Virtual de Psiquiatría 1 de Febrero - 15 de Marzo 2000. Rescatado de online [http://www.psiquiatria.com/congreso/mesas/mesa6/conferencias/6\\_ci\\_a.htm](http://www.psiquiatria.com/congreso/mesas/mesa6/conferencias/6_ci_a.htm)

Castelló Blasco, J. (2005). Dependencia Emocional – Características y Tratamiento. Alianza Editorial, S. A. Madrid, 2005

Cayuela, c. (2003) Dependencia, Autoestima y Adicciones. Centro Camina. Rescatado de online <http://www.verdemente.com/Feb/Articulos/55.Camina.htm>

Cloninger, S. (2003). Teorías de la personalidad. Editorial Pearson Educación. México.

De la villa Moral, M. y Sirven, C. (2006). Fundación Instituto Spiral. Rescatado de online

<http://www.consumer.es/web/es/salud/psicología/2006/03/20/150322.php>

De la villa Moral Jiménez, M. (2006). Las dependencias afectivas. INFOCOP. Rescatado de online <http://www.infocop.es/view.article.asp?id=532>

Eysenck, H. (1963). Caracterología, teoría de la estratificación y psicoanálisis: Evaluación. en P. D. Henry y H. Von Bracken, Teorías de la personalidad. Buenos Aires: Universitaria.

Jaimes, J. (2002). Codependencia. Universidad Católica de Colombia. Facultad de Psicología. Bogotá D.C. Rescatado de online

<http://www.elmundo.es/encuentros/invitados/2003/02/1445/>

Lemos, M., Londoño, N. (2006). Construcción y validación del Cuestionario de dependencia emocional en población colombiana. Universidad San Buenaventura Medellín-Colombia.

Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (1987) DSM-III-R. Barcelona. Edición Masson S.A.

Millon T, Davis R. (1998). Trastornos de la personalidad: más allá del DSM-IV. Barcelona: Masson.

Portilla, Ch. y Vilchez, F. (2011). Preparación de Tesis, Disertación o Artículos de Investigación en Psicología de Acuerdo a las Normas de la APA. 6ta. Ed. Editado en la Universidad Católica de Santa María. Arequipa Perú.

Riso W. (2003). ¿Amar o Depender?: Como superar el Apego Afectivo y hacer del amor una experiencia plena y saludable. Bogotá: Grupo Editorial Norma.

Salkind, J. (1999). Métodos de investigación. México. Prentice Hall.

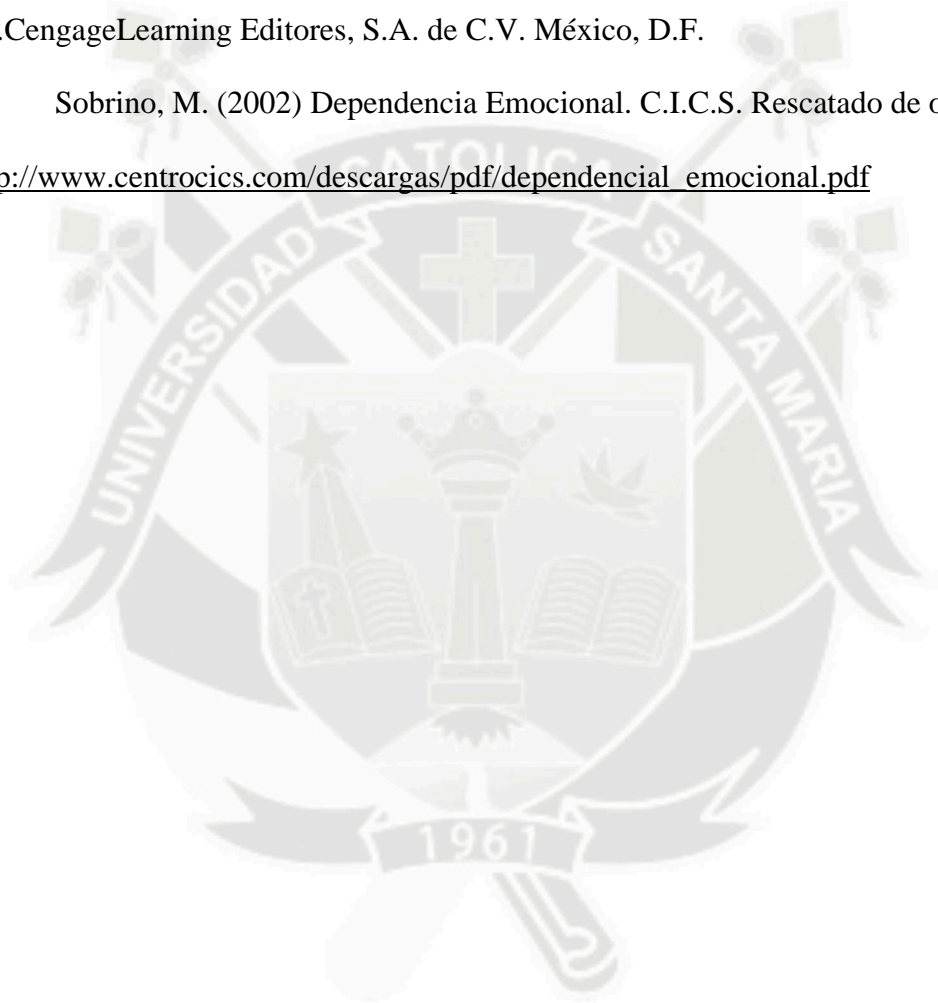
Schaeffer, B. (1998). Es amor o es adicción? Barcelona: Apóstrofe.

Schultz Duane P. y Schultz Sydney E. (2002). Teorías de la Personalidad. 7ª. Ed. Thomson Learning . México, D.F.

Schultz Duane P. y Schultz Sydney E. (2009). Teorías de la Personalidad. 9ª. Ed. Cengage Learning Editores, S.A. de C.V. México, D.F.

Sobrino, M. (2002) Dependencia Emocional. C.I.C.S. Rescatado de online.

[http://www.centrocics.com/descargas/pdf/dependencial\\_emocional.pdf](http://www.centrocics.com/descargas/pdf/dependencial_emocional.pdf)





## **ANEXOS**

- Programa Profesional: .....
  - Edad: .....
  - Estado Civil: .....
  - ¿Tiene una relación actual? SI  NO
- \* Tiempo de relación:  
(en meses)  
.....

## TEST

### Instrucciones:

Enumeradas aquí, usted encontrará unas afirmaciones que una persona podría usar para describirse así misma con respecto a sus relaciones de pareja. Por favor, lea cada frase y decida qué tan bien lo(a) describe. Cuando no esté seguro(a), base su respuesta en lo que usted siente, no en lo que usted piense que es correcto.

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

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

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

## EPQ - ADULTOS

### INSTRUCCIONES

El cuestionario de preguntas que se presenta a continuación se refiere a los diferentes modos de pensar y sentir de las personas. Lea cada pregunta y conteste en la Hoja de Respuestas marcando con un aspa (X) sobre las palabras SI o NO, según sean sus respuestas. No existen respuestas buenas o malas, todas son importantes. Tampoco hay preguntas en broma. Trabaje lo más rápido que pueda y no piense demasiado en el significado de las preguntas.

	SI	NO
1. ¿Tiene Ud. Muchos pasatiempos o entretenimientos diferentes?		
2. ¿Se detiene Ud. A pensar en las cosas antes de hacerlas?		
3. ¿Presenta a menudo cambios de estado de ánimo?		
4. ¿Ha aceptado algunas veces, para sí mismo, elogios por algo que usted sabía era obra de otra persona?		
5. ¿Es usted una persona conversadora?		
6. ¿Le preocuparía estar endeudado?		
7. ¿Se siente triste y desdichado sin ninguna razón aparente?		
8. ¿Ha ambicionado alguna vez más lo que realmente le correspondía?		
9. ¿Tiene cuidado de cerrar bien las puertas de su casa?		
10. ¿Es Ud. Vivaz y activo?		
11. ¿Le preocuparía mucho ver llorar a un niño o a un animal?		
12. ¿Se preocupa Ud. a menudo por cosas que no debería haber hecho o dicho?		
13. ¿Cuándo dice que va a hacer algo, cumple su promesa sin importarle las dificultades que pueda ocasionarle?		
14. ¿Puede Ud. despreocuparse de otras cosas y divertirse en una reunión o fiesta animada?		
15. ¿Es Ud. una persona irritable?		
16. ¿Ha culpado alguna vez a alguien por algo de que Ud. era responsable?		
17. ¿Le gusta conocer a gente nueva?		
18. ¿Cree que los sistemas de seguros son buenos?		
19. ¿Se siente fácilmente herido en sus sentimientos?		
20. ¿Son todos sus hábitos buenos y deseables?		
21. ¿Es una persona social, tiende Ud. a mantenerse en un segundo plano?		
22. ¿Tomaría drogas que pueden tener efectos desconocidos o peligrosos?		
23. ¿Se siente a menudo hastiado, “hasta la coronilla”?		
24. ¿Ha cogido alguna vez una cosa aunque sea un alfiler o un botón, que no era suyo?		
25. ¿Le gusta mucho salir?		
26. ¿Disfruta Ud. al herir o mortificar a personas a las que quiere?		
27. ¿Le asaltan a menudo sentimientos de culpa?		
28. ¿Conversa Ud. a veces de cosas que no sane nada?		
29. ¿Prefiere leer a conocer gente?		
30. ¿Tiene Ud. enemigos que quieren hacerle daño?		
31. ¿Se considera Ud. una persona nerviosa?		
32. ¿Tiene Ud. muchos amigos íntimos?		
33. ¿Le divierte oír chistes que podrían realmente herir a otros?		
34. ¿Es Ud. una persona muy preocupada?		
35. ¿Cuándo Ud. era niño hacia las cosas inmediatamente sin protestar?		

36. ¿Se considera una persona preocupada y feliz?		
37. ¿Le importa mucho las buenas maneras y la limpieza?		
38. ¿Se preocupa Ud. acerca de las cosas terribles que puedan suceder?		
39. ¿Ha roto o perdido algo que pertenecía a otra persona?		
40. ¿Toma Ud. usualmente la iniciativa para hacer nuevos amigos?		
41. ¿Se consideraría tenso o muy nervioso?		
42. ¿Permanece Ud. mayormente callado cuando está con otras personas?		
43. ¿Piensa Ud. que el matrimonio es algo anticuado y que no debería existir?		
44. ¿Es Ud. de los que a veces fanfarronean un poco?		
45. ¿Puede Ud. infundir algo de ánimo en una reunión social que está resultando aburrida?		
46. ¿Le molesta la gente que maneja con cuidado?		
47. ¿Se preocupa Ud. por su salud?		
48. ¿Ha dicho alguna vez algo malo o negativo de alguien?		
49. ¿Le gusta contar chistes o historias graciosas a sus amigos?		
50. ¿Todo le da lo mismo?		
51. ¿Cuándo Ud. era niño fue alguna vez insolente con sus padres?		
52. ¿Le gusta reunirse con la gente?		
53. ¿Le preocupa mucho cuando sabe que ha cometido errores en su trabajo?		
54. ¿Sufre Ud. de insomnio?		
55. ¿Se lava Ud. las manos antes de las comidas?		
56. ¿Tiene Ud. casi siempre una respuesta “a la mano” cuando la gente le habla?		
57. ¿Le gusta llegar a tiempo a sus citas?		
58. ¿Se ha sentido a menudo cansado y sin ánimo, sin haber ninguna razón clara?		
59. ¿Ha hecho trampa en los juegos alguna vez?		
60. ¿Le gusta hacer cosas en las que Ud. tiene que actuar rápidamente?		
61. ¿Es o fue su madre una buena mujer?		
62. ¿Siente Ud. a menudo que la vida es muy aburrida?		
63. ¿Se ha aprovechado algunas veces de otra persona?		
64. ¿Asume a menudo actividades o responsabilidades que demandan más tiempo del que Ud. realmente dispone?		
65. ¿Hay personas que tratan de evitarlo socialmente?		
66. ¿Se preocupa Ud. mucho acerca de su apariencia?		
67. ¿Piensa Ud. que la gente gasta mucho tiempo tratando de proteger su futuro con ahorros y seguros?		
68. ¿Ha deseado alguna vez estar muerto?		
69. ¿Dejaría de pagar sus impuestos si estuviera seguro de que nunca lo descubrirían?		
70. ¿Puede Ud. organizar una reunión social?		
71. ¿Evita ser rudo con la gente?		
72. ¿Se preocupa mucho después de una experiencia embarazosa?		
73. ¿Ha insistido alguna vez en hacer las cosas a su manera?		
74. ¿Cuándo Ud. tiene que viajar a algún sitio, acostumbra a llegar siempre en el último minuto al lugar de la partida (aeropuerto, terminal de ómnibus, ferrocarril, etc)?		
75. ¿Sufre Ud. de los nervios?		
76. ¿Termina fácilmente sus relaciones con sus amigos, sin que haya de por medio una falta suya?		
77. ¿Se siente Ud. a menudo solo?		
78. ¿Hace Ud. siempre lo que dice?		
79. ¿Le gusta a veces molestar a los animales?		
80. ¿Se siente fácilmente herido cuando la gente le encuentra errores a Ud. o a los trabajos hechos por Ud.?		
81. ¿Ha llegado una vez tarde a una cita o al trabajo?		
82. ¿Le agrada que haya mucha animación a su alrededor?		



83. ¿Le gustaría que otras personas le tengan miedo?		
84. ¿Se halla Ud. algunas veces, lleno de alegría y otras lento y desanimado?		
85. ¿Posterga siempre para mañana lo que puede hacer hoy?		
86. ¿Piensan otras personas que es muy activo y vivaz?		
87. ¿Le miento mucho Ud. a la gente?		
88. ¿Es Ud. muy susceptible acerca de algunas cosas?		
89. ¿Está siempre dispuesto a aceptar un error cuando lo haga cometido		
90. ¿Sentiría pena por un animal al que encuentra cogido en una trampa.		

