



CENTRO UNIVERSITARIO DE TAXCO

ESTUDIOS INCORPORADOS A LA UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA DE MÉXICO

CLAVE UNAM 8991-25 ACUERDO CIREyTG 32/13 DE FECHA 2013/2014

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

**FACTORES DE DEPENDENCIA EMOCIONAL EN
MUJERES UNIVERSITARIAS EN TAXCO DE
ALARCÓN, GRO.**

T E S I S

PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

PRESENTA:

**BRENDA AGUILAR FUENTES
JOSÉ LAGUNAS GONZÁLEZ**

DIRECTOR DE TESIS:

LIC. RICARDO GONZÁLEZ REYES

TAXCO DE ALARCÓN, GUERRERO, JUNIO 2022



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.



CENTRO UNIVERSITARIO DE TAXCO

ESTUDIOS INCORPORADOS A LA UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA DE MÉXICO

CLAVE UNAM 8991-25 ACUERDO CIREyTG 32/13 DE FECHA 2013/2014

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

FACTORES DE DEPENDENCIA EMOCIONAL EN MUJERES UNIVERSITARIAS EN TAXCO DE ALARCÓN, GRO.

T E S I S

PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

PRESENTA:

**BRENDA AGUILAR FUENTES
JOSÉ LAGUNAS GONZÁLEZ**

DIRIGIDO:

LIC. RICARDO GONZÁLEZ REYES

SINODALES

LIC. RICARDO GONZÁLEZ REYES _____

PRESIDENTE

LIC. IRMA ELIZABETH ALCO CER ARRIAGA _____

SECRETARIO

LIC. CLAUDIA NARVAEZ CASTREJÓN _____

VOCAL

TAXCO DE ALARCÓN, GUERRERO, JUNIO 2022

Agradecimiento

Agradezco a Dios porque me ha dotado de una vida plena y satisfactoria, por guiarme y darme fuerza en cada paso que doy, por permitirme llegar a esta etapa en donde me encuentro, me siento afortunada y bendecida puesto que ha colocado en mi vida y en mi camino a las personas adecuadas para terminar esta carrera. Con orgullo puedo decir que ¡Sí se pudo!

Con todo mi corazón y mi cariño a mi mamá Paulina porque aún recuerdo que desde muy temprano se levantaba para acompañarme a la escuela, no importaba si llovía o hacía frío, ella lo hacía con todo su amor, para que yo me preparara día con día. Por esos momentos de apoyo incondicional que me han dado la fortaleza suficiente para lograr una meta más en mi vida. Eres mi impulso y ejemplo más grande de vida, te agradezco por estar siempre presente en los peores y mejores momentos de mi vida, simplemente te amo.

A mis hermanos... quienes a pesar de las cosas buenas y malas siempre están conmigo, por ser mi complemento, por hacerme reír con sus pláticas, por su apoyo, consejos, experiencias, etc., los cuales he escuchado sabiamente y me han ayudado a corregir mis errores, a quererme y valorarme como persona. Además, quiero que sepan que, aunque muchas veces no les expreso lo que siento, ustedes han sido uno de los pilares fundamentales en mi vida. Me siento agradecida porque los tengo cerca de mí, los quiero mucho.

A mi abuelita Mago, parte fundamental de mi formación, porque siempre ha estado presente para escucharme y brindarme su apoyo, también de ella he aprendido a luchar y perseguir mis sueños, me ha enseñado a ser fuerte y valiente.

A mi buen amigo y querido José, por ser mi gran compañero de aventura, que con paciencia y esfuerzo recorrió conmigo este camino llamado “tesis”. Gracias por escuchar mis

ideas y complementarlas, por impulsarme a cada día ser mejor, por estar en cada momento importante, por darme palabras de aliento, por su apoyo y cariño, por hacer de mis tardes agradables. Estoy segura que esté es el inicio de todos los éxitos que nos esperan juntos. Te aprecio y te estimo mucho.

A mi amiga y gran compañera Montze, por enseñarme el valor de una amistad, por haberme escuchado y saberme orientar en mis momentos de desesperación, por compartir conmigo tristezas, enojos y alegrías, por ser mi cómplice y mi confidente.

A mi tutor de tesis, por su calidez humana, por ser un excelente profesional en la materia, por su paciencia, dedicación y tiempo en leer y hacer observaciones en este proyecto de investigación.

A mis profesores, que a lo largo de mi recorrido hicieron que me enamorara de la carrera de Psicología, que me resolvieron dudas e inquietudes y compartieron sus conocimientos y experiencias, por sembrar en mí el interés de aprender cada día más y hacer de mi estadía en sus aulas un lugar reconfortante.

Agradezco de todo corazón, a todas aquellas personas que participaron en este proyecto, por su disposición y confianza para que este proyecto se culminara, por sus buenos deseos. En especial a una persona que ya no está en esta vida terrenal, la Psicóloga Eusebia, quien sin dudarle compartió con nosotros conocimientos e información para que este estudio se pudiera realizar.

Brenda Aguilar Fuentes

Agradecimiento

Dar gracias primeramente a Dios por permitirme llegar con vida hasta el día de hoy y verme cumpliendo un objetivo más, sentir esa sensación de gusto por esto que, por algún momento parecía incierto pero que con persistencia se logró, muchas gracias.

Agradecer infinitamente a mi familia, a mis padres por haberme educado con buenos valores y principios, que me han formado como la persona que ahora soy. Por haberme dado la oportunidad de educarme académicamente hasta donde les fue posible. Gracias por el apoyo que me brindaron durante mi educación universitaria, por su tiempo y su tolerancia en los momentos de estrés que muchas veces me rebasaban, sé que su amor y apoyo me respaldaran hasta que Dios nos dé vida. A mis hermanos y hermanas agradecerles el cariño y el respeto que me tienen, decirles que, aunque no lo expreso mi amor por ustedes es infinito, Dios fue muy bueno al elegirme para ser uno más en esta familia.

A mi compañera de tesis Brenda por haberse embarcado junto conmigo en esta super aventura llena de muchas emociones, te doy las gracias amiga por el compromiso que mostraste con nuestro proyecto. Eres un ser humano maravilloso llena de muchas cualidades Dios te bendiga siempre y aunque nuestra investigación juntos ya termina deseo de todo corazón que sigas ahí cerca de mí para seguir compartiendo momentos de compañía y locura. También agradecer a Sonia por haber permitido que su hogar fuera el punto de reunión para este trabajo, a la familia Aguilar Fuentes les agradezco todas sus atenciones, la calidez que siempre me mostraron, les agradezco mucho su recibimiento. Gracias por los momentos especiales que he pasado con ustedes durante este tiempo y por hacerme sentir parte de ustedes.

A todos los profesores y profesoras que he tenido durante toda mi formación académica y que han sabido compartir sus conocimientos, creo que la educación es la herramienta que nos

permite llevarnos mejor y tenerle un respeto a la vida. Agradezco a mi querido profesor, asesor de tesis, y también amigo Psicólogo Ricardo González por haber aceptado el reto de acompañarnos a mi compañera y a mí en este proyecto, gracias por el apoyo y la paciencia que nos tuvo, siento un gran aprecio y admiración por su labor profesional.

Un sincero agradecimiento a todas aquellas personas con las que afortunadamente he coincidido en mi vida y que de alguna forma han sembrado en mí el interés y las ganas por seguir aprendiendo, las llevo siempre conmigo.

José Lagunas González

Dedicatoria

Los logros en la vida, siempre vienen con la compañía de personas muy especiales y queridas por nosotros, quienes con sus palabras y acciones nos alientan para cumplir metas...

A mis padres...

Gracias por todo lo que hacen por mí, este trabajo también es por y para ustedes.

Agradezco la educación y los valores que me han fomentado para poder ser una persona de bien y sobre todo el esfuerzo que hicieron para que yo pudiera estudiar y terminar esta carrera. A mi mamá, la primera en creer en mí, en cobijarme y acompañarme a lo largo de mi educación, agradezco todas las enseñanzas y el cariño que me ha dado. Te quiero mucho.

A mis pequeños sobrinos Joshua y Héctor que son la alegría de mi vida a quienes amo con todo mi corazón, me gustaría transmitirles que con dedicación y esfuerzo todo se puede lograr.

Y por último a mi fiel compañera, mi perrita “Aisha” quien nos acompañó tardes y noches de desvelo para escribir y culminar esta tesis.

Brenda Aguilar Fuentes

Dedicatoria

A mi mamá Matilde y mi papá Olegario por el esfuerzo que hicieron para que yo recibiera educación, les reconozco la difícil tarea que han sabido llevar para que mis hermanas hermanos y yo tengamos salud, educación y buenos valores morales.

Sin caer en la egolatría, me gustaría dedicarme este logro a mí, por nunca haber perdido las ganas de concluir esta etapa en mi vida, por autosabotearme para no desistir y continuar con el interés de seguir aprendiendo, comienzo a creer cada vez más en mí, ahora sé que si soy capaz de hacer grandes cosas en mi vida que me hagan sentir tan orgulloso como ahora me siento.

La dedico también a todas aquellas personas que se encuentran dentro de una relación con dependencia emocional, recordando que nadie se encuentra en la posición para juzgar a nadie y que con raciocinio y visto desde fuera se encuentran muchas salidas ante una situación de este tipo, sin embargo, para quienes se encuentran sumergidos en conflictos emocionales de esta magnitud las cosas no son para nada sencillas. Ojalá este trabajo sea benéfico y sirva para reconocer e identificar a personas que pudieran encontrarse en una situación similar.

Por último, me gustaría dedicar y compartir este logro a mis compañeros de generación de la Licenciatura en Psicología, decirles que convivir cuatro años con ustedes fue de las mejores experiencias que la vida me ha podido regalar. Les agradezco mucho su amistad y espero seguir en contacto con ustedes, Dios nos bendiga siempre.

José Lagunas González

Resumen

Las relaciones de pareja inician con la ilusión de encontrar el amor ideal que ha sido inculcado desde la infancia, donde la felicidad y el amor mutuo serán los protagonistas en la relación. Sin embargo, la realidad muestra que los conflictos son comunes y a veces incluso necesarios para dar solución a sus diferencias, esto con el fin de equilibrar la relación, pero en muchas ocasiones esto no siempre es así, debido a que en muchas parejas uno de los dos no se compromete o no pone el mismo interés en la relación, desencadenando una serie de problemas que pudieran afectar a uno más que al otro creando un ambiente de inestable y destructivo, tal es el caso de las personas que se encuentran en una relación con dependencia emocional, siendo este un problema que afecta a muchas parejas.

Ante este panorama surge la inquietud por investigar acerca del tema de la dependencia emocional la cual es definida como la necesidad afectiva que una persona siente hacia su pareja. Adjudicando al dependiente sentimientos de inferioridad, miedos e inseguridades a ser abandonado en cualquier momento, tendiendo a distanciarse de su círculo social para enfocarse solo en su pareja. Para este estudio se trabajó con mujeres debido a que culturalmente son el grupo más vulnerable en este tema. El objetivo principal es conocer el nivel de los factores de dependencia emocional en mujeres por lo que se aplicó el Inventario de Dependencia Emocional (IDE) a una población total de 280 mujeres estudiantes pertenecientes a la Escuela Superior de Enfermería No. 4 de Taxco de Alarcón Gro. Por medio de este instrumento se obtuvo como resultado que la mayor parte de la población se encuentra en niveles bajos de dependencia emocional.

Palabras clave: Dependencia emocional, factores, mujeres, pareja.

Summary

Relationships begin with the illusion of finding the ideal love that has been instilled since childhood, where happiness and mutual love will be the protagonists in the relationship. However, reality shows that conflicts are common and sometimes even necessary to solve their differences, this in order to balance the relationship, but on many occasions this is not always the case, because in many couples one of the two do not commit or do not put the same interest in the relationship, triggering a series of problems that could affect one more than the other, creating an unstable and destructive environment, such is the case of people who are in a relationship with emotional dependence, this being a problem that affects many couples.

Against this background, the concern arises to investigate the issue of emotional dependence which is defined as the affective need that a person feels towards their partner. Attributing to the dependent feelings of inferiority, fears and insecurities to be abandoned at any moment, tending to distance themselves from their social circle to focus only on their partner. For this study we worked with women because culturally they are the most vulnerable group in this matter. The main objective is to know the level of emotional dependency factors in women, so the Emotional Dependence Inventory (IDE) was applied to a total population of 280 female students belonging to the Higher School of Nursing No. 4 of Taxco de Alarcón Gro. Through this instrument, it was obtained as a result that most of the population is at low levels of emotional dependence.

Keywords: Emotional dependency, factors, women, couple

Índice

Agradecimiento	
Dedicatoria	
Resumen	
Summary	
1. Introducción	1
1.1 Planteamiento del Problema de Investigación	3
1.2 Objetivos	7
1.3 Preguntas de Investigación	8
1.4 Justificación	8
1.5 Viabilidad	10
1.6 Perspectiva General	11
1.7 Perspectiva Teórica	11
1.8 Hipótesis	12
1.9 Variables y Definición	12
1.10 Definición de Términos Centrales	13
2. Marco Teórico	14
2.1 Dependencia Emocional	14
2.2 Antecedentes Históricos de la Dependencia Emocional	14
2.3 Definiciones de Dependencia Emocional	16
2.4 Definición y Características del Objeto en la Dependencia Emocional	19

2.5 Dependencia Emocional y otros Términos	22
2.5.1 Apego Ansioso	23
2.5.2 Codependencia	25
2.5.3 Trastorno de la Personalidad Dependiente	26
2.6 Abordaje de la Dependencia Emocional desde la Corriente Cognitivo-Conductual	27
2.7 Dependencia Emocional desde un Enfoque Psicosocial	28
2.8 Factores de Dependencia Emocional	30
2.8.1 Miedo a la Ruptura	32
2.8.2 Miedo e Intolerancia a la Soledad	33
2.8.3 Prioridad a la Pareja	36
2.8.4 Necesidad de Acceso a la Pareja	38
2.8.5 Deseos de Exclusividad	41
2.8.6 Subordinación y Sumisión	42
2.8.7 Deseos de Control y Dominio	45
2.9 Dependencia Emocional en Mujeres	46
2.9.1 Rol Social de la Mujer en la Pareja	47
2.9.2 Perfil Psicológico de la Mujer Dependiente	49
3. Metodología	53
3.1 Diseño de la Investigación	53
3.2 Universo y Muestra	53
3.3 Procedimiento	54

3.4 Instrumentos y Materiales	54
3.5 Confiabilidad	56
3.6 Validez	56
3.7 Análisis de Datos	57
3.8 Aspectos Éticos	57
3.9 Programación de Tiempos	58
3.10 Resultados	60
4. Discusión	69
4.1 Conclusiones y Sugerencias	71
5. Bibliohemerografía	75
6. Glosario	80
7. Bibliohemerografía del glosario	81
Anexo “A” Consentimiento Informado	82
Anexo “B” Inventario de Dependencia Emocional	83
Anexo “C” Permiso	87
Anexo “D” Evidencia del consentimiento informado	88
Anexo “E” Evidencia del IDE	89
Anexo “F” Evidencia de la aplicación	92

Índice de Tablas

Tabla 1.	60
Tabla 2.	61

Tabla 3.	62
Tabla 4.	63
Tabla 5.	64
Tabla 6.	65
Tabla 7.	66

Índice de Figuras

Figura 1.	60
Figura 2.	61
Figura 3.	62
Figura 4.	63
Figura 5.	64
Figura 6.	65
Figura 7.	66
Figura 8.	67
Figura 9.	68

Si alguien no te trata con amor ni respeto,
que se aleje de ti es un regalo.
Si esa persona no se va,
lo más probable es que soportes muchos años de sufrimiento con ella.
que se marche quizá resulte doloroso durante un tiempo,
pero finalmente tu corazón sanará.
Entonces, elegirás lo que de verdad quieres.
Descubrirás que, para elegir correctamente,
más que confiar en los demás,
es necesario que confíes en ti mismo.

Miguel Rui

1. Introducción

A lo largo de la vida todos los seres humanos abren y cierran vínculos afectivos con diferentes tipos de personas, algunas de ellas tienen mayor peso afectivo como es el caso de nuestros padres, hermanos, amigos, pareja, compañeros de trabajo, escuela, etc.

Dentro de las relaciones que se establecen con una pareja se busca siempre el ideal que desde la infancia se ha vendido dentro de historias, cuentos y novelas, en donde se dice que al encontrar una pareja está será la que te amará, respetará y te procurará siempre. Sin embargo, la realidad muestra que esto está más alejado de lo que es, no todas las personas llegan al noviazgo con el mismo propósito. Algunas parejas no buscan comprometerse totalmente, lo que podría ocasionar que sus relaciones sean disfuncionales desde un inicio, esto a su vez dependerá mucho del desarrollo y el ambiente familiar en el que cada uno se haya desenvuelto o simplemente de los intereses que se tengan en el momento.

El presente trabajo de tesis tiene como principal objetivo conocer el nivel de los factores de dependencia emocional en mujeres estudiantes de la Escuela Superior de Enfermería N°4 de Taxco de Alarcón, Guerrero. Así mismo poder aportar estadísticas recientes sobre la clasificación de los componentes de la dependencia emocional en la que ellas se encuentran.

Este estudio evaluará los rasgos y características, basándose en el Inventario de Dependencia Emocional (IDE). Este mismo se aplicará en una población de mujeres estudiantes de la Escuela Superior de Enfermería N°4 con una edad promedio de 19 a 25 años.

Castelló (2005) señala que: “La dependencia emocional es la necesidad extrema de carácter afectivo que una persona siente hacia su pareja a lo largo de sus diferentes relaciones” (p. 17). Con esto se entiende que es una situación en donde la persona siente una necesidad

inconsciente de querer estar o permanecer al lado de la otra persona, haciendo a un lado las propias necesidades y dando prioridad a los intereses de su pareja.

En el 2013, Congost define que: “la dependencia emocional como la incapacidad de cortar una relación de pareja, aun cuando es totalmente necesario hacerlo. Es una adicción que genera una necesidad desmesurada del otro, en la que perdemos nuestra libertad” (p.38). La persona se siente limitada a poner fin a su relación aún sabiendo que esta es totalmente dañina para ambos, el dependiente es consciente de lo que está viviendo, sin embargo, le es imposible poder desengancharse. El dependiente sufre por permanecer dentro de la relación, pero prefiere continuarla porque sus pensamientos acerca de perder a la persona amada son inimaginables, algunos al grado de preferir la muerte. Es claro que permanecer dentro de una relación así no es nada sano, es decir se dan muchos abusos en sus distintas formas por parte del objeto deseado en contra de la persona dependiente, actos que son permitidos por este último por el mero hecho de no poner en riesgo la relación.

Ramírez y Núñez (2010) señalan que: “En los últimos años la violencia en las relaciones de pareja ha sido considerada un problema de salud pública; no respeta clase social, nivel educativo, religión, sexo, edad, ni raza” (p.275). En la actualidad en México se ha tomado iniciativa de implementar programas, centros y redes de apoyo para mujeres que son los grupos que se consideran más vulnerables, esto ha sido de gran avance ya que anteriormente la información e interés eran escasos por el tipo de cultura y rezago educativo que se tenía en este país.

Según el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, 2018) la violencia contra las mujeres se ubica en las relaciones de mayor cercanía y familiaridad, siendo las relaciones de pareja, ya sea por unión, matrimonio o noviazgo, las relaciones donde se ejerce con mayor

frecuencia y severidad, agresiones de todo tipo contra las mujeres...a nivel nacional, 64 de cada 100 mujeres con violencia de pareja a lo largo de su relación, sufrieron violencia severa y muy severa.

Desde la infancia el rol que desempeñan los padres es fundamental y de vital importancia para fortalecer la seguridad, la confianza y una adecuada autoestima. Se puede mencionar entonces que, desde la primera etapa de vida, deberán de satisfacerse estas necesidades básicas y de protección. Cuando estas necesidades no son satisfechas podría causar un desequilibrio en el desarrollo del infante, lo que ocasionaría en la vida adulta alteraciones como la dependencia emocional, el cual es el tema principal de esta investigación.

Existen muchas interrogantes acerca de cómo se genera la dependencia emocional, para esto es necesario mencionar el término "apego", el cual ha sido estudiado por varios autores con el fin de explicarlo y profundizarlo, todo esto implica que en la persona se genere angustia ante el posible pensamiento de poderse desprender del objeto dependiente.

Riso (2013) lo define como: "una vinculación mental y emocional (generalmente obsesiva) a objetos, personas, actividades, ideas o sentimientos, originada en la creencia irracional que ese vínculo proveerá, de manera única y permanente, placer, seguridad o autorrealización" (p.19).

1.1 Planteamiento del Problema de Investigación

El principal objetivo de esta investigación es indicar los factores de dependencia emocional en mujeres estudiantes de enfermería, centrándose este estudio en la población universitaria a medida que son el grupo en donde se comienzan a establecer relaciones románticas con más frecuencia.

La dependencia emocional es un problema poco conocido, la sociedad ha presenciado directa o indirectamente situaciones de este tipo y aunque muchos de ellos no le han brindado la importancia suficiente, es necesario conocer acerca de este tema, debido a que con la información apropiada y un proceso terapéutico se le pueden brindar al dependiente las herramientas adecuadas que le ayuden a superar este problema.

May (como se citó en Massa, Pat, Keb, Canto y Chan, 2011) define la dependencia emocional como una vinculación insana basada en el dolor, la rabia y el miedo, en un ambiente abusivo, posesivo e inaccesible.

Franco y Sánchez (como se citó en Massa et al., 2011) señalan que la dependencia produce daños físicos y emocionales, estas personas creen que amar es poseer u ofrecerlo todo, justificando las conductas de la pareja de manera idealizada y suelen tener celos irreales ante la ansiedad de perderle. Quienes se encuentran en relaciones de dependencia, tienen la idea de que necesitan permanecer al lado de su pareja, a pesar de que la relación sea destructiva para ambos, el dependiente evitará situaciones que alteren el estado de ánimo del otro y que pongan en riesgo la relación.

El dependiente emocional pone a su relación por encima de todo, incluyéndose así mismo...deja de tener vida propia o, mejor dicho, vive la vida del otro mientras que este lo permita...sus aficiones se van perdiendo, las amistades van adquiriendo menos protagonismo, la familia pasa a un segundo plano, etc. El estado de ánimo del dependiente va en función de cómo esta con su compañero. (Castelló, 2012, p.20)

La mayoría de los seres humanos experimentan a lo largo de la vida el amor de pareja para descubrir el mundo romántico que éste encierra. Según Papalia, Wendoks y Duskin (como se citó en Massa et al., 2011) señalan que las relaciones románticas son importantes en la

socialización, la formación de la intimidad y la identidad. Al principio las relaciones románticas son cortas, los adolescentes suelen ver a las relaciones románticas como un factor de estatus, sin embargo, al comprender que satisface necesidades emocionales y no tanto sexuales, las relaciones se prolongan.

El primer amor suele ser una buena experiencia si existe respeto a los sentimientos y valores por ambas partes. Los adolescentes buscan compañía, aprecio y aceptación, sin embargo, si no se tiene una idea clara de lo que implica estar dentro de una relación de noviazgo pueden surgir situaciones y experiencias que no se tenían previstas y que pudieran repercutir dentro de la misma, favoreciendo o comprometiendo a uno más que al otro cayendo así en una relación dependiente. Según González, Echeburúa y Paz (como se citó en Riofrio y Villegas, 2016) uno de los problemas latentes en la sociedad, es cómo los seres humanos entablan vínculos afectivos inadecuados, en ese contexto la principal razón que genera esta preocupación radica en la juventud, pues es la edad donde se inicia la búsqueda de la pareja, por ello esta etapa es crucial y se debe prestar especial atención a la manera como se relacionan, pues marcara pautas de interacción en las relaciones futuras que pueden extenderse hacia su vida adulta.

González & Hernández (2014) afirman que:

Los jóvenes con dependencia emocional hacia sus parejas muestran inseguridad y desconfianza con respecto a los sentimientos que sus parejas tienen hacia ellos y necesitan que estos sentimientos se expresen constantemente para sentirse seguros. Este factor se presenta comúnmente en las mujeres, quienes por lo general muestran una incapacidad para participar en alguna actividad sin la otra persona, manifestando un miedo extremo de perder a sus parejas y necesitar una expresión afectiva constante para sentirse seguras, su pareja romántica es el centro de sus vidas. (p.531)

En investigaciones realizadas por la Fundación Instituto Espiral y la Universidad de Oviedo (como se citó en Johnson y Silva, 2017) en la que obtuvieron que alrededor del 11% de la población de España presenta Dependencia Emocional en relaciones de pareja en un grado severo y aproximadamente un alto porcentaje de la población (48%) se declara dependiente emocional, así mismo en el Perú, Saravia (2011), manifiesta que, casi el 75% de las mujeres presenta Dependencia Emocional.

En Latinoamérica (como se citó en Nuñez, 2019) el índice de Dependencia Emocional es alto, Lemos (2012) encontró que en los estudiantes de Colombia un 24.6% son dependientes emocionales, predominando las mujeres con un 74.6%. Pérez (2011) efectuó un estudio en el país de Ecuador en mujeres con dependencia emocional entre las edades de 25 a 50 años y con un vínculo de pareja actual; hallando un índice alto en el 75% de la población. En Lima, Aiquipa (2012) encontró que el 31.4% de los estudiantes de Psicología que formaban parte de la muestra de su investigación tenían dependencia emocional. Así mismo en la ciudad de Chiclayo en un estudio llevado a cabo por Fernández (2012), encontró que el 35.3% de los estudiantes universitarios presentaron un nivel alto de dependencia emocional.

Según Díaz Marroquín (como se citó en Arregocés, Brito y Pumarejo, 2019) la dependencia emocional afecta a un tercio de las parejas actualmente en México, señala la experta en una entrevista con EFE. Los celos, el control, la necesidad de aprobación del otro, la dificultad para tomar decisiones, no tener proyectos propios, vivir en función de la pareja, la necesidad de ser sometido y obedecer, la ansiedad por la distancia del otro y aislamiento de su círculo social son solo algunas de las características de este problema.

Este tema surge ante la necesidad de que se conozca cuál es el nivel de los factores de dependencia emocional en las mujeres estudiantes. Algunas personas con dependencia

emocional podrían presentar características personales como la baja autoestima, permitiendo o justificando de otros actos que agredan o lastimen su integridad.

Consideramos que el tema de dependencia emocional tiene la suficiente importancia para nuestra comunidad. Es necesario que la sociedad se interese en conocer más acerca de la dependencia emocional con el fin de mejorar la salud mental y la calidad de vida de quienes la padecen. El psicólogo es un profesional de la salud que tiene como principal función proporcionar al paciente posibles alternativas que le permitan hacer frente a su situación. Esto ayudará emocionalmente al paciente quien con las herramientas necesarias podrá manejar de un mejor modo esto que le venía afectando. Sin duda para que este proceso terapéutico sea efectivo se requiere del compromiso del psicólogo y el paciente, dejando claro que este es un tratamiento que tomará tiempo.

Por todo lo que se ha planteado hasta ahora surge la inquietud de investigar y conocer ¿Cuál es el nivel de los factores de dependencia emocional en mujeres estudiantes de la Escuela Superior de Enfermería N° 4 de Taxco de Alarcón, Guerrero?

1.2 Objetivos

Objetivo General

Conocer el nivel de los factores de dependencia emocional en mujeres estudiantes de la Escuela Superior de Enfermería N° 4 de Taxco de Alarcón, Guerrero.

Objetivos Específicos

- Conocer en cuál de las categorías diagnósticas de la dependencia emocional se encuentran las mujeres estudiantes de la Escuela Superior de Enfermería N° 4 de Taxco de Alarcón, Guerrero.

- Indicar el factor que ejerce mayor nivel de dependencia emocional en mujeres estudiantes de la Escuela Superior de Enfermería N° 4 de Taxco de Alarcón, Guerrero.
- Indicar el factor que ejerce menor nivel de dependencia emocional en mujeres estudiantes de la Escuela Superior de Enfermería N° 4 de Taxco de Alarcón, Guerrero.

1.3 Preguntas de Investigación

- ¿En cuál de las categorías diagnósticas de la dependencia emocional se encuentran las mujeres estudiantes de la Escuela Superior de Enfermería N° 4 de Taxco de Alarcón, Guerrero?
- ¿Cuál es el factor que ejerce mayor nivel de dependencia emocional en mujeres estudiantes de la Escuela Superior de Enfermería N° 4 de Taxco de Alarcón, Guerrero?
- ¿Cuál es el factor que ejerce menor nivel de dependencia emocional en mujeres estudiantes de la Escuela Superior de Enfermería N° 4 de Taxco de Alarcón, Guerrero?

1.4 Justificación

El interés de buscar información sobre este tema surge ante la necesidad de que se conozca cuáles son los factores de dependencia emocional que sobresalen en las mujeres universitarias, debido a que en esta etapa las relaciones de noviazgo se incrementan y en algunos casos llegan al matrimonio sin que ambos hayan pensado acerca de si su relación les ha sido personalmente benéfica.

En las relaciones de noviazgo se tiene la idea de que amar a la otra persona implica dar lo mejor que cada uno tiene para que la relación funcione, lo que genera interrogantes acerca de lo que implicaría esto, debido a que cada persona piensa, siente y actúa de diferente manera y posiblemente como consecuencia aportando uno más que el otro a la relación.

Dentro de las relaciones de parejas sanas se espera que exista un equilibrio en el dar y recibir, que el amor, interés, respeto y compromiso sea mutuo y que cuando desafortunadamente algo falte o no funcione aun tras haberlo hablado se ponga fin a esta. Nadie debería sentirse con el compromiso de permanecer al lado de alguien por obligación. Esto anteriormente mencionado debería ser conocido por quienes están por iniciar una relación de noviazgo o que ya se encuentran dentro de una, porque les daría una idea más clara de lo que conlleva tener pareja.

La mayoría de la comunidad universitaria son jóvenes, quienes tienen o han vivido una o varias experiencias de noviazgo, las cuales podrían haber sido relaciones tormentosas y quizá no le dieron demasiada importancia. Lo cierto es que el mal funcionamiento en las relaciones aun siendo solo de novios trae consigo consecuencias emocionales para ambos.

Algunas personas con dependencia emocional podrían presentar características personales como la baja autoestima, permitiendo o justificando de otros actos que agredan o lastimen su integridad y peor aún sería recibir estos malos tratos por quien se siente algún tipo de cariño como podría ser la pareja.

Con esta investigación se aportarán conocimientos sobre los factores de dependencia emocional en mujeres estudiantes y a partir de esto dar pauta a otros aportes que ayuden a beneficiar la salud emocional de las mismas.

Consideramos que el tema de dependencia emocional tiene la suficiente importancia para nuestra comunidad, porque no se ha dado hasta el momento la iniciativa de abordar a través de talleres, conferencias, folletos informativos y centros de apoyo donde se brinde la información necesaria que le permitan a la población conocer sobre el tema.

Por esto es importante que la sociedad se interese en conocer más acerca de la dependencia emocional, evitando enjuiciar a quienes pudieran encontrarse en esa situación,

además de que quien la padece tenga el conocimiento que puede acudir con un profesional, quien le brindara acompañamiento emocional, mejorando la salud mental y la calidad de vida del dependiente.

El psicólogo es un profesional de la salud que tiene como principal función dentro de este problema, recabar la información necesaria y mediante un análisis general proporcionar al paciente posibles alternativas que le permitan hacer frente a su situación. Esto ayudará emocionalmente al dependiente, quien con las herramientas necesarias podrá manejar de un mejor modo esto que le venía afectando. Sin duda para que este proceso terapéutico sea efectivo se requiere de la responsabilidad, disposición y compromiso del psicólogo y el paciente, dejando claro que este es un tratamiento que tomará tiempo.

1.5 Viabilidad

Este proyecto es viable principalmente por que se cuenta con los recursos necesarios para llevarse a cabo. Primeramente, porque existe la suficiente información teórica en diferentes fuentes tales como; libros, artículos científicos, artículos de internet, tesis y trabajos de grado, etc. Todos ellos respaldando y aportando cada vez más al tema de la dependencia emocional. En segundo lugar, porque se autorizó el acceso a las instalaciones de la Escuela Superior de Enfermería N° 4, donde se aplicará a una población de mujeres estudiantes de distintos grados el Inventario de Dependencia Emocional (IDE). Cada grupo cuenta con un aproximado de entre 15 y 30 mujeres, quienes responderán al cuestionario que contiene 49 frases, las cuales deberán ser elegidas y contestadas con espontaneidad. Dentro de la realización y la aplicación del cuestionario no se alterará el orden ni se causará daño alguno a las estudiantes y al resto de la comunidad universitaria, más bien pretende que con los resultados que se obtengan den beneficio a la población de estudiantes.

Además de que se cuenta con los recursos financieros para adquirir el material de apoyo y los cuestionarios que se aplicarán a la población de estudiantes. Se estima que el tiempo de duración de esta investigación sea a corto plazo y tenga lugar en los meses de Enero a Agosto del presente año 2021.

1.6 Perspectiva General

Por las características que exige el presente estudio de investigación deberá abordarse desde un enfoque cuantitativo y tipo de estudio descriptivo. Niglas (como se citó en Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018) explican que el significado original del término cuantitativo (del latín *quantitas*) se vincula a conteos numéricos y métodos matemáticos. “Por otra parte, la finalidad que tiene el estudio descriptivo es especificar propiedades y características de conceptos, fenómenos, variables o hechos en un contexto determinado” (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018, p.108).

1.7 Perspectiva Teórica

Actualmente el tema de la dependencia emocional ha despertado el interés por conocer más a fondo acerca de sus características, con la finalidad de complementar mayor información y generar nuevos conocimientos. A continuación, se mencionan las diferentes perspectivas teóricas con las que se trabajará.

- Abordajes teóricos acerca de la dependencia emocional
- Dependencia emocional desde la corriente Cognitivo-Conductual
- Dependencia emocional desde un enfoque Psicosocial
- Apego ansioso
- Codependencia
- Trastorno de la personalidad dependiente

- Rol social de la mujer en la pareja

1.8 Hipótesis

H1: La población de mujeres estudiantes se encuentra en la categoría Alto de dependencia emocional.

H2: La población de mujeres estudiantes se encuentra en la categoría Moderado de dependencia emocional.

H3: La población de mujeres estudiantes se encuentra en la categoría Significativo de dependencia emocional.

H4: La población de mujeres estudiantes se encuentra en la categoría Bajo de dependencia emocional.

Ha1: Miedo a la ruptura es el factor que ejerce mayor nivel de dependencia emocional

Ha2: Deseos de control y dominio es el factor que ejerce menor nivel de dependencia emocional.

1.9 Variables y Definición

La Real Academia Española (2021) define los términos de la siguiente manera:

Variable Dependiente

Dependencia: Subordinación a un poder o situación de una persona que no puede valerse por sí misma.

Emoción: Alteración del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática. Interés, generalmente expectante con que se participa en algo que está ocurriendo.

Mujeres: Persona del sexo femenino.

Variable Independiente

Factores: Es el elemento o causa que actúan junto con otros elementos.

1.10 Definición de Términos Centrales

Para la Real Academia Española (2021) la definición de los términos que a continuación se presentan, es la siguiente:

Miedo: Angustia por un riesgo o daño real o imaginario o el recelo o aprehensión que alguien tiene de que le suceda algo contrario a lo que desea.

Soledad: Carencia voluntaria o involuntaria de compañía o el pesar y melancolía que se siente por la ausencia, muerte o pérdida de alguien o de algo.

Pareja: Igual o semejante, conjunto de dos personas, animales o cosas que tienen entre sí alguna correlación o semejanza, y especialmente el formado por hombre y mujer.

Necesidad: Impulso irresistible que hace que las causas obran infaliblemente en cierto sentido o la carencia de las cosas que son menester para la conservación de la vida.

Subordinación: Sujeción a la orden, mando o dominio de alguien.

Sumisión: Sometimiento de alguien a otra u otras personas o acatamiento, subordinación manifiesta con palabras o acciones.

Control: Dominio, mando, preponderancia o comprobación, inspección, fiscalización, intervención.

Dominio: Poder o ascendiente que se ejerce sobre otra u otras personas.

2. Marco Teórico

2.1 Dependencia Emocional

Dentro de las relaciones de pareja, el amor es uno de los pilares fundamentales para que se construya un lazo sólido, que permita mantener y conservar un vínculo afectivo. El amor de una pareja debería demostrarse con la misma intensidad, con el gusto y la sensación de amar y sentirse querido. Las relaciones de noviazgo tienen como fin conocer a la pareja más allá de sus características físicas y durante un determinado tiempo ambos se darán cuenta y decidirán si continuar o terminar la relación.

Sin embargo, no todas las personas reaccionan de la misma forma, algunas deciden continuar sus relaciones a pesar de saber que estas son insanas y tormentosas, generando con ello un daño emocional. Dentro de este tipo de relaciones generalmente existe un desequilibrio constante afectando la calidad del noviazgo y beneficiando siempre a uno más que al otro. Este capítulo tiene como objetivo principal profundizar en el tema de la dependencia emocional en mujeres, para dar una visión lo más amplia posible de todos los aspectos que trae consigo.

2.2 Antecedentes Históricos de la Dependencia Emocional

La historia muestra que, por naturaleza humana las personas buscan compartir e interactuar con otros, creando diferentes vínculos afectivos. Ante este panorama han existido grandes personajes históricos, quienes se han interesado en estudiar y conocer al hombre y su necesidad de pertenencia, entre otras cosas con la intención de comprender como se forman los vínculos de pareja, que hace que estos sean sanos y que origina que otros tantos caigan en algo que se podría definir como algo patológico.

El primero en hacer referencia al término dependencia emocional al hablar de *amor nocivo* fue Platón (427 a. C. - 347 a. C.), él notó que había algo enfermizo y poco regular en los

patrones relacionales de algunas parejas, sin tener la intención montó las bases de este patrón conductual tan serio que acontece a la sociedad actual, él sugirió el termino *amor posesivo* para describir a las personas que realizaban persecución del otro como un objeto al cual querían devorar. (Garfias, 2016, p.24) Dentro de este amor posesivo surgirán celos, egoísmo y desconfianza por lo que no existe libertad ni tranquilidad en la relación, es una constante incertidumbre de que este amor tan anhelado pueda verse en peligro de que termine.

Clemente, Demonque, Hansen-Love & Kahn (Como se citó en Izquierdo y Gómez) mencionan que Immanuel Kant (1724-1804) propuso el concepto de amor-pasión (egoísta), refiriéndose a un conjunto de sensaciones imposibles de controlar para quienes las padecen. A este tipo de personas se les dificulta poder controlar sus emociones por lo que buscan inconscientemente y de forma desesperada estar cerca de su pareja, con un miedo constante de que la pareja pueda encontrar a alguien mejor para él y esté se quede solo.

En la década de los 70's, surge el termino dependencia emocional, en primera instancia con el objetivo de describir a aquella persona que mantenía una relación íntima y estrecha con otra, que manifestaba alguna conducta adictiva como el alcoholismo, la drogadicción e inclusive algún trastorno psicológico como la depresión; se observó que las personas que convivían junto a aquellas que tenían problemas adictivos terminaban imitando los mismos comportamientos, así como tratando de controlar a dicha persona, culminando en una situación en la que su mundo girase alrededor de ellas, en este contexto surge el término dependencia emocional. (Garfias, 2016, p.25) La inquietud acerca de este tema en particular, comienza a generar inquietud por querer conocer más a fondo este comportamiento muy común dentro de las sociedades y que, sin embargo, hasta ese momento poca era la información y el interés que se le tenía.

Unas cuantas décadas después, la curiosidad de Castelló por estudiar la Dependencia Emocional surge con el objetivo de identificar las diversas perturbaciones emocionales que ocurrían en las parejas de personas con trastornos relacionados con sustancias, a partir de la creación de la asociación de esposas de alcohólicos, se pretendió priorizar y brindar atención al papel que juega el cónyuge al reforzar la conducta del alcohólico, siendo entonces, el contexto donde se desarrollaron las investigaciones de este teórico. (Garfias, 2016, p.26) En los últimos años este autor ha tenido mucho impacto dentro de este tema, debido a que ha contribuido en la realización de estudios y aportes en base a sus experiencias profesionales. Generando nuevos conocimientos del tema, mencionando las principales características y brindando las herramientas que pudieran encaminar al dependiente a superar el problema.

2.3 Definiciones de Dependencia Emocional

En los últimos años el término de la dependencia emocional ha sido un tema de gran interés para diversas investigaciones, las cuales han expuesto diferentes definiciones propuestas por distintos autores, por ejemplo; Castelló (2005) quien señala que: “La dependencia emocional es la necesidad extrema de carácter afectivo que una persona siente hacia su pareja a lo largo de sus diferentes relaciones” (p. 17). Dentro de estas relaciones las personas dependientes buscan el amor de pareja, aman y se entregan de una forma desmedida, tal es esto, que se ponen a disposición de los deseos del otro, priorizándolo sólo a él por sobre todo su círculo familiar y social, olvidándose incluso de sus propias necesidades e intereses.

Moral y Sirvent (2009) refieren a la dependencia emocional como: “Un patrón crónico de demandas afectivas, frustradas que buscan desesperadamente satisfacerse mediante relaciones interpersonales de apego patológico y en las que se prioriza la naturaleza adictiva del fenómeno” (p. 231). El dependiente siente una creciente necesidad de estar siempre acompañado por una

pareja con el constante temor de que su relación termine, si esto sucediera, buscará diferentes formas de volver con ella, incluso humillándose, la idea de estar solo le genera terror, por lo que, si no regresa con su pareja, rápidamente estará en busca de otra.

May (como se citó en Massa, Pat, Keb, Canto y Chan, 2011) define la dependencia emocional como una vinculación insana basada en el dolor, la rabia y el miedo, en un ambiente abusivo, posesivo e inaccesible. Los papeles que se juegan en este tipo de relaciones son totalmente desiguales, debido a que el poder y el control son piezas clave dentro de la pareja. De alguna manera el dependiente le cede a su pareja la autoridad para decidir como a él le gustaría que funcionara la relación.

Patton (como se citó en Reyes, 2018) indica que la dependencia emocional es una necesidad a largo plazo de relaciones de subordinación...las personas con dependencia emocional manejan inseguridad y se dejan llevar por la guía de otros para lograr su objetivo. El dependiente carece de autonomía, seguridad y autoconfianza; se muestra temeroso para tomar alguna decisión, por lo que consulta comúnmente con la pareja esperando de esta su aprobación o guía de lo que debería o no hacer.

En 2012, Castelló explica a la dependencia emocional como “un patrón persistente de necesidades emocionales insatisfechas que se intentan cubrir desadaptativamente con otras personas” (p.17). Por lo general el dependiente emocional tiene un amplio historial de relaciones fracasadas dentro de las cuales sólo ha recibido malos tratos, permitidos por él mismo, por el miedo de que la relación termine y pueda quedarse solo. Su idea de la soledad es aterradora.

En el 2013, Congost determina a la dependencia emocional como “la incapacidad de cortar una relación de pareja, aun cuando es totalmente necesario hacerlo. Es una adicción que genera una necesidad desmesurada e irracional del otro en la que perdemos nuestra libertad”

(p.38). La persona dependiente es consciente de que posiblemente su relación sea insana, pero preferirá vivir tolerando actitudes desagradables por parte de su pareja con tal de mantenerlo a su lado. Su necesidad por conservar la relación es mucho más fuerte.

Laca y Mejía (2017) comentan que: “Entre mayor es la importancia que las personas dan a sus relaciones particularmente con la pareja es probable el riesgo de que incurran en una dependencia excesiva, por ello disfuncional” (p.67). Estas personas suelen amar de forma muy intensa, colocando a su pareja incluso por encima de su familia y de sí mismos, entregando todo lo mejor que tienen y justificando ante los demás, situaciones donde claramente se observan abusos y violencia.

Bucay (2006) hace mención que: “El dependiente es aquel que se cuelga de otro, que vive como suspendido en el aire, sin base, como si fuera un adorno que ese otro llevara. Es alguien que esta cuesta abajo, permanentemente incompleto, eternamente sin resolución” (p.5). Pareciera que el dependiente necesitara que se le muestre la forma para realizar cualquier cambio o movimiento en su vida, debido a que se considera incapaz de vivir sin la guía del otro, esta tan acostumbrado a que otros decidan por él, que evita tomar alguna decisión sin el consentimiento de alguien más.

Cuando nuestra individualidad, con sus rasgos, sus proyectos y sus ideas, deja de ser el eje de nuestra vida, para que otra persona ocupe totalmente ese lugar, se produce un desequilibrio y un vacío interior, la anulación de la personalidad y la gestación de una enorme dependencia. Todo lo que dice, hace o piensa el otro pasa a ser vital para nuestra seguridad. La extrema necesidad de aprobación y la esclavización espiritual y hasta física llevan a un estado de inquietud permanente. Todo se vuelve amenazante para ese amor dependiente. (Deza, 2012, p.49) El dependiente le cede el poder a su pareja de controlar su vida, es decir, él mismo se

considera incapaz de tomar decisiones, se muestra totalmente inseguro, tiene una pobre percepción de sí mismo, sus pensamientos pasan a ser sus peores enemigos.

Riso (2008) opina que: “Depender de la persona que se ama es una manera de enterrarse en vida, un acto de mutilación psicológica donde el amor propio, el autorespeto y la esencia de uno mismo son ofrendados y regalados irracionalmente” (p.5). La persona dependiente cree llevar una vida vacía y sin sentido, pero al encontrar a una pareja su mundo le dará un giro y ahora todo le parecerá perfecto siempre que este a su lado. Ahora el dependiente se sentirá con la necesidad de agradecerle, otorgándole su tiempo y disposición para que su pareja se sienta complacida, haciendo a un lado todo cuanto el dependiente disfrutaba hacer, cambiando rutinas, dedicándole sus pensamientos por completo y creándose fantasías en su cabeza, imaginando un mundo sólo al lado de él.

2.4 Definición y Características del Objeto en la Dependencia Emocional

Castelló (2005) expresa que:

Los dependientes emocionales suelen tener parejas desde la adolescencia y si es posible intentan estar siempre con alguien. Una de las consecuencias que trae esto consigo es que después de una ruptura, vivida como acontecimiento verdaderamente catastrófico, intentan reanudar la relación por nefasta que haya sido o bien buscan a otra persona que cubra su necesidad extrema de estar acompañados de alguien. Cuando nos referimos a las personas que cubren esta necesidad no estamos hablando de cualquiera, sino de gente con un perfil bastante concreto caracterizado por soberbia, egocentrismo, peculiaridad o más bien pretensión de ser diferentes y por tanto especiales, personalidad dominante, gusto por rodearse de personas que les halaguen e idealicen, cierto encanto interpersonal manifestado por excentricidades, sentido del humor o ingeniosidad, etc. (p.19)

El término objeto es el adecuado para acentuar el patrón habitual que los dependientes emocionales llevan a cabo cuando seleccionan a sus parejas; es decir, su elección de objeto sigue unas pautas muy concretas y poco conducidas por el azar. Además, el término objeto denota el papel que estas personas desempeñan como depositarias de las necesidades psicológicas de los dependientes emocionales. (Castelló, 2005, p.84) Estas personas poseen ciertos rasgos y características específicas que funcionan como imanes para atraer a los dependientes emocionales, quienes encuentran en ellos a la persona ideal para complementar eso que les hace falta y que sólo personas como ellos les pueden brindar.

Al considerarse el dependiente tan poco digno de ser querido, se fascina ante personas que se quieren mucho y que tienen un ego muy pronunciado, pensando que esas personas son las que le van a liberar de su sufrimiento, que es puramente emocional...al dependiente le resulta familiar no recibir afecto y recibir desprecios o incluso malos tratos. También se encuentra cómodo comportándose como lo lleva haciendo hasta ahora, sometiéndose a sus personas más significativas y buscando siempre agradarlas para tenerlas consigo...ha sufrido tantas carencias afectivas que no sólo se menosprecia a sí mismo, sino que intenta compensarlas aferrándose a esa persona supuestamente poderosa e idealizada. La suma de la baja autoestima y de la sobrevaloración de la pareja produce que haya planteado su vida alrededor de ésta, dedicándose a ella y olvidándose de sí mismo. Además, él se ha querido y se ha aportado tan poco que necesita de otro para que lo haga en su lugar, dependiendo en consecuencia de él. (Castelló, 2005, p.220) Para el objeto, una persona dependiente complementa a la perfección sus necesidades de sentirse importante y sobrevalorado, incluso al no sentir ningún tipo de atracción por el otro, el sólo hecho de saberse querido e idealizado saciará su ego y disfrutará de poder controlar a su antojo a su pareja.

Castelló (2005) describe que:

Las características principales dentro de las relaciones dependientes, incluye que los objetos son fácilmente idealizables para personas con baja autoestima, entre ellas los dependientes emocionales, quienes les otorgan cosas o cualidades positivas que no existen en realidad, o que son exageraciones de la misma. La idealización de los objetos se basa en la coexistencia de la elevadísima autoestima de éstos y el pronunciado autodesprecio de los dependientes emocionales.

Son narcisistas por lo que sólo desean la admiración del entorno y el sometimiento de su pareja, por lo general se consideran seres superiores a los demás, diferentes, peculiares y extraordinarios. Los objetos son personas arrogantes, que se consideran merecedoras de prerrogativas y que las exigen con firmeza. Con su soberbia y su egoísmo, sus ideas sobre la distribución de culpas y responsabilidades en la relación se fundamentan en que la pareja es la que provoca las situaciones negativas.

La necesidad del objeto hacia el dependiente será mayor, de la misma forma que su desprecio; esto mezclado con dicha frustración puede generar agresividad frecuente, tanto verbal como física, críticas, humillaciones, burlas y menosprecios. Para obtener una mayor satisfacción del entorno pueden utilizar ciertas estrategias como la simpatía, el encanto superficial y el comportamiento seductor.

Aunque ellos piensen que únicamente se nutren de su egolatría, tienen muy presentes las críticas y al mismo tiempo reaccionan positivamente a la admiración. Los objetos presentan una conducta sexual deshumanizada, en la que pueden buscar experiencias peculiares, relaciones vejatorias donde se muestra su desprecio hacia el otro. Ante peticiones excesivas, como pueden ser el consentimiento del dependiente de que su pareja mantenga relaciones sexuales con otras

personas esta puede amenazar con el abandono, algo que sabe que funcionará. Además de que suelen padecer trastornos de la personalidad como el narcisista, histriónico, paranoide o antisocial. (p.84-91) La personalidad que tienen los objetos envuelve al dependiente emocional, seduciéndolo con su encanto y su seguridad al hablar, el objeto espera que todos le admiren y le reconozcan eso que considera es su virtud y que sobresale ante los demás; pero que en la mayoría de veces sólo atrapa o llama la atención directa del dependiente. Al comenzar una relación, el objeto sabrá fingir muy bien y ocultará su verdadera personalidad, esto con el fin de atrapar y crear interés en el dependiente; obviamente, esto sólo será así al inicio de la relación, conforme avance está, irá mostrando progresivamente actitudes que reflejen su verdadero yo. Dentro del plano de la intimidad, el objeto sabe que el dependiente permitirá cualquier petición o capricho, porque sabe que este último estará completamente enamorado él y hará lo que sea para tenerlo contento.

2.5 Dependencia Emocional y otros Términos

Debido a la falta de información y divulgación sobre el tema de la dependencia emocional, éste suele ser conceptualizado por cada persona de diferente manera, generalizándolo y confundiéndolo así con algunos otros términos, que, si bien poseen algunas características similares o muy parecidas, nos estamos refiriendo a patrones de conducta que encaminan hacia distintos tipos de personalidad o términos específicos.

Es muy importante que las personas conozcan las características de cada uno de estos, con el fin de tener en claro su concepto real para evitar confundirlos y asociarlos con la dependencia emocional. La ausencia de información y dejarse guiar por lo que la mayoría de gente piensa o dice acerca de estos, sin saber si se tienen los fundamentos de lo que se propaga, genera más confusión y por lo tanto se crea una atmosfera de desinformación o mala

interpretación. Por lo tanto, a continuación, se expondrán los siguientes términos para aclarar dudas acerca de estos y hablar de las características específicas que cumplen cada uno de ellos.

2.5.1 Apego Ansioso

Bowlby (1973) puntualiza que:

La preocupación básica del individuo reside en que las figuras de afecto no resulten accesibles y/o no le respondan adecuadamente. Por estas razones, en consecuencia, y en especial porque podría despertar nuestra simpatía, se utiliza la expresión “apego ansioso”. Se respeta así el deseo natural del sujeto de entablar una relación estrecha con la figura de apego, y se toma en cuenta el temor que experimenta de que la relación toque a su fin. (p.237) La vida de las personas que padecen apego ansioso, está caracterizada por ser autocríticas, están en constante desequilibrio emocional, tienden a ser personas inestables e inseguras. En sus relaciones de pareja, muestran pánico e incertidumbre de que quien está a su lado pueda irse y dejarlo por alguien más, son personas desesperadas, sensibles al rechazo, anticipan el abandono y constantemente buscan la aprobación, el afecto y seguridad en su pareja.

López (como se citó en Sánchez, 2011) detalla que son personas que construyen un patrón de inseguridad o duda en la relación. No consiguen estar seguros de la incondicionalidad de las figuras de apego (por eso necesitan mucha aprobación, que les demuestren una y otra vez que los quieren), de su disponibilidad o accesibilidad (por eso no aceptan las separaciones), de su cariño, de la valoración que hacen de ellos, y, por último, de su eficacia. Están preocupados por la relación, temiendo ser abandonados, y por eso vigilan continuamente la presencia de las figuras de apego, se separan poco de ellas y exploran el ambiente de forma poco relajada. Por ello, la preocupación sobre lo que es y va a ser la relación y la necesidad de que le confirmen una y otra vez que los quieren, así como la necesidad de mantener la presencia de los cuidadores, es

una de las características centrales de este estilo de apego. Este tipo de conductas tiene su origen a partir de la infancia, en donde sus figuras de afecto cercanas lo han decepcionado frecuentemente, lo que ha causado que ahora sea una persona llena de inseguridades y dudas acerca de sus relaciones con personas que pudieran llegar o estar presentes en su vida.

Una de las causas de la dependencia emocional se origina en la manera en que nos relacionamos con nuestros padres o cuidadores primarios. Si en los primeros años se estuvo dentro de un vínculo distante, frío, lejano, pero sobre todo fluctuante y poco predecible desde el punto de vista afectivo, podría generar un apego ansioso inseguro, lo cual predispone a crear relaciones amorosas adultas inestables y apegadas. Las personas con este tipo de apego suelen enamorarse y romper sus relaciones con facilidad, son celosas, posesivas y muy emotivas e irritables ante los conflictos con su pareja, y desarrollan un autoconcepto pobre y ambivalente (Riso, 2013, p.10) Los dependientes emocionales desarrollan problemas de ansiedad, constantemente entran en estados de angustia al sentir inseguridad y miedo de perder contacto con su figura de apego. Tienen dificultad para poder socializar y crear nuevos lazos afectivos, el no poder comunicar sus sentimientos y necesidades impide su buen desarrollo, constantemente reprimen sus conductas por el pánico que les da pensar que sus ideas serán rechazadas u objetos de burla.

El no haber recibido el cariño suficiente, o bien el haber sufrido experiencias interpersonales muy negativas, como humillaciones, desprecios o malos tratos, provoca que no hayamos aprendido a estimarnos, nos transmite una idea de que no somos dignos de ser queridos ni por los demás ni, en consecuencia, por nosotros mismos. En sujetos avezados, se puede añadir a esta explicación que ante experiencias tempranas muy adversas al individuo se le abren dos caminos, uno es de continuar buscando el cariño de los demás y otro es el de separarse en mayor

o menor medida de ellos. El primer camino es el que ha escogido el dependiente emocional, en tanto continúa buscando migajas de cariño de los otros. (Castelló, 2005, p.219-220)

Por esto, es importante un buen cuidado durante los primeros años de vida en el niño, crear un vínculo cercano donde el pequeño se sienta querido y protegido por sus padres o cuidadores, quienes le brindarán seguridad y confianza, fortaleciendo una buena autoestima, que en la edad adulta le permitirá desarrollar y mantener relaciones afectivas de estabilidad.

2.5.2 Codependencia

Beattie (como se citó en Castelló, 2005) El codependiente es aquel que tiende a relacionarse afectivamente con personas con problemas...se trata de personas que tienen necesidad de controlar el comportamiento adictivo de sus parejas, que se involucran en exceso en su vida caótica, que presentan más interés que el adicto en resolver su problema, que se autoanulan instalándose en un rol de cuidado abnegado, y que tienen relaciones de pareja abusivas, baja autoconfianza y trastornos psíquicos. La persona codependiente siente la imperiosa necesidad de querer apoyar, ayudar y socorrer a su amado, quien presenta además un mal manejo en el consumo de alcohol u otras sustancias adictivas. En muchas ocasiones el codependiente priorizará más la integridad y el bienestar de la pareja con problemas, dejando en segundo plano su propio bienestar y necesidades.

Los codependientes se someten porque están cómodos desempeñando un papel, el de cuidador de gente con problemas. Para ellos, el sometimiento al adicto y la obsesión con su hábito es la máxima expresión de la abnegación, de algo que es un fin en sí mismo, y es cuidar a una persona con problemas. (Castelló, 2005, p.40) Realmente no se sienten obligados a estar ahí para apoyar a quien está viviendo el problema, más bien, sienten ese deseo de querer rescatar a su amado de ese algo que lo está dañando y que lo tiene sumergido, considerando que sólo él

puede ayudarlo y ser su salvador. Al final esto le dará al codependiente la mayor de las gratificaciones, al saber que gracias a su apoyo su pareja logró superar su problema; al menos en sus fantasías esa es su idea.

2.5.3 Trastorno de la Personalidad Dependiente

De acuerdo a los criterios DSM-V (2014) se establece que:

Una característica esencial del trastorno de la personalidad dependiente es la necesidad dominante y excesiva de que le cuiden, lo que conlleva un comportamiento sumiso y de apego exagerado, y el miedo a la separación, que comienza en las primeras etapas de la edad adulta y está presente en diversos contextos, y que se manifiesta por cinco (o más) de los hechos siguientes:

1.-Le cuesta tomar decisiones cotidianas sin el consejo y la tranquilización excesiva de otras personas.

2.- Necesita a los demás para asumir responsabilidades en la mayoría de los ámbitos importantes de su vida.

3.- Tiene dificultad para expresar el desacuerdo con los demás por miedo a perder su apoyo o aprobación. (Nota: No incluir los miedos realistas de castigo)

4.- Tiene dificultad para iniciar proyectos o hacer cosas por sí mismo (debido a la falta de confianza en el propio juicio o capacidad y no por falta de motivación o energía).

5.- Va demasiado lejos para obtener la aceptación y apoyo de los demás, hasta el punto de hacer voluntariamente cosas que le desagradan.

6.- Se siente incómodo o indefenso cuando está solo, por miedo exagerado a ser incapaz de cuidarse a sí mismo.

7.- Cuando termina una relación estrecha, busca con urgencia otra relación para que le cuiden y apoyen.

8.- Siente una preocupación no realista por miedo a que lo abandonen y tenga que cuidar de sí mismo. (p.367)

2.6 Abordaje de la Dependencia Emocional desde la Corriente Cognitivo-Conductual

Feeney & Collins; Secades & Fernández (como se citó en Izquierdo y Gómez, 2013) aclaran que, vinculando el patrón de dependencia emocional a un repertorio de conductas adictivas, se pueden observar comportamientos encaminados a disponer del otro, a expresar emociones intensas y a complacer por medio de la atención exclusiva a la pareja, dejando de lado necesidades e intereses personales incluso de manera obsesiva tal como podría presentarse dentro de un trastorno obsesivo compulsivo. La conducta adictiva que presentan los dependientes emocionales sobre su pareja, se mostrará reflejada en las acciones que el dependiente haga por decisión propia, buscando siempre agradar y complacer en todo a su pareja. En muchos casos, esta conducta se incrementará conforme avance la relación o tras la amenaza de una ruptura.

Bornstein (como se citó en Izquierdo y Gómez, 2013) especifica que otro comportamiento habitual es la búsqueda activa de atención que asegura la permanencia de la pareja en la relación y una posición central en la vida de esta. Regularmente, esta búsqueda se realiza asumiendo una posición pasiva y sumisa o, en el extremo contrario, agresiva, guardando siempre el objetivo de mantener a la pareja. El dependiente se dará a la tarea diaria de buscar la forma que le permita ser el centro de atención e interés de su pareja, averiguando acerca de los temas que sabe que son del gusto y preferencia de su amado, al final de esto lo que mueve al

dependiente a realizar cualquier movimiento en su juego del amor, es su estabilidad emocional y su seguridad con la pareja.

El temor frente a la separación y el miedo a la soledad se presentan simultáneamente con pensamientos recurrentes que conducen al desarrollo de estrategias interpersonales de control para mantener a la persona al lado, tales como la expresión afectiva inadecuada, modificación de planes, búsqueda de atención y expresión emocional impulsiva. (Lemos y Londoño, 2006, p.138) Los pensamientos que giran dentro del dependiente emocional estarán siempre activos y en alerta, en la búsqueda de ideas que le ayuden y le permitan estar bien con su pareja, o también a darle solución a los problemas que se presenten cuando exista algún tipo de amenaza.

2.7 Dependencia Emocional desde un Enfoque Psicosocial

Moral & Sirvent (como se citó en Izquierdo y Gómez, 2013) precisas que es de resaltar que las personas con dependencia emocional presentan cierto déficit en sus habilidades sociales. El poco contacto con sus experiencias y con contingencias directas ante la toma de decisiones, solución de problemas o regulación emocional, impide que desarrollen una adecuada asertividad. Además, su demanda de atención hacia otra persona sobrepasa los límites de los otros y pueden verbalizar su necesidad sin importarles demasiado la situación o las circunstancias, mostrando así falta de empatía. El haber crecido en un ambiente afectivamente pobre, genera que la persona en la edad adulta carezca de habilidades sociales, lo que podría ocasionar que se aislé paulatinamente de la sociedad, manteniendo poco contacto con su entorno, dificultando que se manifiesten de una manera adecuada sus pensamientos y necesidades, creando conflictos o malos entendidos.

La relación de pareja es un espacio construido entre dos, a veces, ambos están de acuerdo en definirla de una determinada manera y en construirla conjuntamente; otras veces, las cosas

sucedan, o al menos así las interpretan los protagonistas de la historia...se dejan llevar por los estereotipos dominantes de una sociedad o cultura acomodándose a ellos; en otras ocasiones, finalmente, uno de los miembros toma la iniciativa para establecer los parámetros que definen la relación en base a sus características personales, determinadas creencias religiosas, esquemas culturales o pautas relacionales, oponiéndose a cualquier intento del otro miembro de la pareja para modificarlos o negociarlos, no quedándole más remedio a éste que acomodarse o someterse, si no quiere afrontar la ruptura. (Villegas, 2006, p.50) Por lo general, la cultura impone las ideas que cómo debe funcionar una relación de pareja y el rol que le corresponde a cada uno, aún en la actualidad y con los avances en la educación y el conocimiento, sigue sucediendo que las personas busquen y caigan en relaciones de pareja en donde inconscientemente desempeñan su papel destinado.

Dentro de las relaciones insanas e inestables se encuentran aquellas parejas dentro de las cuales se sufre violencia. Actualmente los índices de violencia dentro de la pareja han aumentado (INEGI, 2019) afectando tanto a hombres como a mujeres a nivel psicológico, económico, sexual y físico. Sin embargo, a pesar de vivir en este tipo de relaciones, las personas no se separan de su pareja y prefieren quedarse con ella aunque eso signifique pasar por este tipo de maltratos. La dependencia emocional podría estar explicando por qué las personas prefieren quedarse dentro de una relación de violencia ya que los dependientes emocionales creen que no cuentan con los recursos necesarios para salir de esa relación y continuar con una vida que no incluya a su pareja. (Oropeza, 2011, p.1) Las personas que por lo general poseen una buena autoestima y un equilibrio emocional tienden a observar mal esto y a juzgar a quienes soportan malos tratos en sus relaciones de pareja, argumentando que si ellos vivieran esa situación, no dudarían en ponerle un alto; sin embargo, se debe entender que para quienes están dentro de una relación así

y son dependientes emocionales, contar con la actitud y los recursos necesarios para hacer frente y superar la situación, no son parte de su personalidad y están totalmente fuera de su alcance, por lo que deciden continuar aun cuando esta relación sólo les cause dolor.

Moral y Sirvent (como se citó en Montes, 2018) señalan que se experimenta dificultad para relacionarse con las personas, además su clara intención y atención hacia la otra persona puede llegar a incomodar a los otros mostrándose fríos o faltos de empatía. El dependiente esta tan fijado en atender y agradar a su pareja, que causa que las personas cercanas a él y que tienen la perspectiva completa del panorama, noten irregularidades en la forma en que la pareja se trata; sin embargo, aun cuando intenten acercarse y hacer ver al dependiente que posiblemente esté aportando demasiado a su pareja, esta ignore los comentarios por lo que preferirán no involucrarse más en esa relación.

2.8 Factores de Dependencia Emocional

Congost (2013) refiere que:

Las características más frecuentes que sufren las personas con dependencia emocional son las siguientes: necesitar al otro, no concebir la vida sin él, desear que en todo momento quiera estar con nosotros, querer cambiar al otro, sentir un terrible pánico al abandono, necesitar el control absoluto del otro, incapacidad para terminar la relación, dejar de lado a seres queridos, convertir al otro en el centro atención, manipulación por parte de la pareja y ansiedad entre otras. (p.50-51) Todas estas, reflejan una inmensa necesidad de permanecer y querer tener control sobre la vida de su pareja, adaptándose a las necesidades y preferencias del otro, con el único propósito de tener siempre a alguien a su lado que le ofrezca cariño, compañía, seguridad y la atención que muy pocas veces ha sentido en su vida.

Bornstein (como se citó en Rodríguez, 2013) indica que los dependientes emocionales son individuos muy motivados a complacer a otras personas para lograr protección y apoyo. Generalmente, reúnen un perfil psicológico donde se dejan influir, significativamente, por las opiniones de los demás para cumplir sus expectativas y deseos. Sin embargo, cuando el individuo adquiere el rol de complacer a un compañero o a la figura de autoridad, normalmente, el dependiente opta por complacer a la autoridad ya que es el personaje capaz de ofrecer mayor orientación, apoyo y protección. Los dependientes son personas emocionalmente muy vulnerables a cualquier comentario que venga de los demás, quienes, aprovechando esta situación, manipulan, controlan y moldean la vida del dependiente, porque saben que para ellos es muy difícil poner límites.

Los principales elementos y características que influyen en las personas con dependencia emocional son muy variados, estos se harán propios en la persona de acuerdo a las experiencias vividas durante el desarrollo de la infancia. Una característica principal y fundamental en las personas con dependencia emocional, es que carecen de una buena autoestima, no tienen amor propio, no se aceptan como personas capaces y con el mismo valor que los demás, simplemente se sienten seres inferiores en comparación a otros.

Realmente son varios los factores que intervienen en personalidad del dependiente, pero para el presente trabajo se tomarán en cuenta los factores de dependencia emocional expuestos en el Inventario de Dependencia Emocional (IDE) propuestos por el autor Jesús Joel Aiquipa Tello, dentro de los cuales se describen cada uno de los rasgos que caracterizan y que sobresalen en las personas con dependencia emocional.

2.8.1 Miedo a la Ruptura

Es el temor que se experimenta ante la sola idea de disolución de la relación de pareja. Por ello, se adoptan conductas y comportamientos orientados a mantener la relación, sin importar lo perjudiciales que resulten para la persona que padece la dependencia emocional. También se refiere a la negación por parte del sujeto cuando una ruptura se hace realidad, por lo que ejerce continuos intentos y exhortaciones para reanudar la relación. (Aiquipa, 2015, p.31) La persona dependiente podría permitir insultos o malos tratos por parte de su pareja, por el temor de que su relación termine. Modifican ciertos rasgos personales y hábitos con la idea de atraer y agradar a su pareja, a pesar de que este tipo de cambios no sean parte de su personalidad.

Castelló (2005) explica que:

El dependiente vive las relaciones, una vez superadas las fases iniciales, con una tremenda inquietud ante la disolución de las mismas. El fantasma de la ruptura vuela permanentemente sobre su cabeza, y el objeto se da cuenta de esta vulnerabilidad con lo que en ocasiones puede utilizar esta temida amenaza. Por muy nefasta que sea la relación, por mucho que el sujeto sea capaz de aguantar en forma de humillaciones, desprecios o malos tratos, lo peor con diferencia que le puede ocurrir es que la relación se rompa, que la persona a la cual admira y a la que se ha aferrado para compensar sus carencias pueda marcharse y dejarle solo. (p.66-67)

La dinámica que se juega en una relación así, muestra a la pareja del dependiente como un conocedor de las debilidades de su amado, sacando provecho de las situaciones con el fin de beneficiarse, el dependiente es consciente de que tiene menos poder, pero no ve más remedio que resignarse sino quiere que su relación entre en crisis o peor aún que esta pueda terminar; esto le provoca sentimientos de angustia y ansiedad.

En cierto modo, esta ansiedad de separación es la responsable parcial del aferramiento que el dependiente efectúa hacia su objeto...este aferramiento se debe principalmente a la necesidad excesiva que el sujeto tiene hacia su pareja, pero, además, esta continua ansiedad ante la pérdida provoca conductas de aseguramiento, en las que se verifica si de alguna manera la persona sigue ahí o no. (Castelló, 2005, p.67) El temor a la ruptura vaga constantemente en los pensamientos del dependiente, lo que le genera mucha angustia al suponer que su pareja pudiera dejarlo por alguien más.

Este miedo permanente tiene varias causas; en primer lugar, el importantísimo papel que el objeto cumple con el dependiente. Este le considera su guía, su tabla de salvación, la persona perfecta con la que unirse y evitar el doloroso sentimiento de la soledad, de estar consigo mismo. Por otra parte, el comportamiento de la pareja es cada vez más distante y explotador, algo que puede percibir el individuo como un indicio de un posible desinterés hacia él. Además de esto, el dependiente emocional es una persona acostumbrada al desengaño interpersonal, a la frialdad y la explotación, por lo que suele ser suspicaz en cuanto a posibles abandonos y decepciones. (Castelló, 2005, p.67) El objeto dependiente es consciente que tiene más control en la relación, por lo que sabe que puede manipular en cualquier momento a su pareja. La imagen que tiene el dependiente sobre su compañero, es la de un ser con cualidades únicas y perfectas para él, es por esto que protege y hace todo lo posible por mantener la relación, debido a que considera que no encontrará a nadie más que le iguale.

2.8.2 Miedo e Intolerancia a la Soledad

Aiquipa (2015) la define como:

Los sentimientos desagradables que experimenta el sujeto con dependencia emocional cuando no está la pareja, ya sea porque se distanció de manera momentánea o porque la relación

terminó. Incluye la tendencia de un individuo a adoptar cualquier tipo de conducta para mantenerse ocupado todo el tiempo posible y no encontrarse consigo mismo, como intentos desesperados por retomar la relación, o buscar otra pareja lo más pronto posible. (p.31) La idea que el dependiente tiene sobre la soledad es aterradora, por tal razón y tras la ruptura de la relación, entrará en un estado grave de tristeza y angustia, buscando con desesperanza volver a recuperar a su pareja, por lo que acatará cualquier condición que el objeto demande.

Castelló (2005) determina que:

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. Es cuando experimenta esta desagradable sensación, el momento en que interiormente percibe que sólo en compañía de otra persona, de alguien especial puede ser feliz...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. El dependiente emocional considera que la relación con una persona idealizada, sea como sea, es la auténtica solución a su dolor y sus penas. (p.78-79) El dependiente detesta la soledad, por lo que evita pasar momentos sin alguien a su lado, esto podría deberse a que posiblemente se aborrece y encuentra en estas ocasiones la oportunidad para agredirse con pensamientos negativos sobre sí mismo, solamente en compañía de alguien especial para él, sus ideas y angustias desaparecerán.

Debido a esta intolerancia atroz a la soledad y a la profunda necesidad del otro, la situación ideal para el dependiente emocional es la de pareja. En consecuencia, tras la ruptura intentan desesperadamente retomar la relación, por nefasta que esta haya sido. Pueden permanecer en esta tesitura mientras tengan esperanza de que el recomienzo se pueda producir; no obstante, iniciarán una nueva relación lo antes posible. (Castelló, 2005, p.79-80) Incluso

cuando la relación haya sido terrible y deficiente al no haber reciprocidad, el dependiente se humillará y suplicará por medio de mensajes de texto, llamadas telefónicas e incluso irlo a buscar a su casa o trabajo con cualquier excusa o pretexto con el fin principal de regresar con él.

Castelló (2005) comenta que: “Cuando los dependientes emocionales no se encuentran en pareja, o bien mantienen una relación a distancia o intermitente con esta, se encuentran indefectiblemente en el trance de soportarse en ocasiones a sí mismos” (p.79). En sus momentos de soledad el dependiente emocional soportará de sí mismo todos sus pensamientos aversivos, lo que no es nada fácil, puesto que ellos mismos pueden ser quienes peor se juzguen.

Castelló (2012) hace mención que:

Los dependientes no aguantan mucho tiempo estar solos en casa o con la perspectiva de no salir en todo el domingo: enseguida se buscan planes o llaman por teléfono a alguien con cualquier excusa. La soledad les provoca incomodidad, malestar e incluso ansiedad, y la idea más o menos intensa de que no son importantes para nadie, de que nadie les quiere y están abandonados. Aparte del temor a esta soledad en un sentido extenso, también temen a la soledad entendida como “estar sin pareja”. No cabe duda de que aquí es un temor cercano al terror: les da auténtico pavor no tener a alguien ahí sea como pareja o como sucedáneo (una aventura, un flirteo continuado...) La consecuencia, es el encadenamiento sucesivo de relaciones para evitar esas sensaciones tan desagradables. (p.30-31) Si el dependiente está pasando por una ruptura, buscará la compañía de amigos o cualquier persona cercana a él para distraerse y olvidar que se encuentra sin pareja, pasará más tiempo en su trabajo o haciendo algo que mantenga su mente ocupada.

Molina, Cardona y Ángel (como se citó en Montes, 2018) opinan que las personas con esta característica sienten terror de la soledad, manifestándolo con una necesidad de tener o saber

acerca de su pareja, por lo cual necesita sentirse amado ya que la pareja le brinda el equilibrio y seguridad emocional que necesita. En muchas ocasiones cuando hay una ruptura, el dependiente buscará la manera de seguir informado de todo lo que su pareja pudiera estar haciendo o subiéndolo a redes sociales, le seguirá el rastro porque él continúa con la idea de que la relación aún no se ha terminado.

2.8.3 Prioridad a la Pareja

Es la tendencia a mantener en primer lugar de importancia a la pareja sobre cualquier otro aspecto o personas (hijos, uno mismo, familiares, amigos). Es decir, implica una consideración excesiva de la misma, a quien identifica como el centro de su existencia, el sentido de su vida y el objeto predilecto de su atención. (Aiquipa, 2015, p.31) Para el dependiente no hay una persona con más importancia que su pareja, por lo que dedica toda su atención a las cosas que le gustan y las que no. Trata de ser detallista la mayor parte del tiempo, lo incluye en todos sus planes diarios y en la toma de sus decisiones.

Castelló (2005) expresa que:

Es una de las características más frecuentes y más observables por el entorno social, entre otros motivos porque está directamente afectado al sentirse minusvalorado o simplemente despreciado. El dependiente emocional considera a su pareja en el centro de su existencia, el objeto predilecto de su atención, el sentido de su vida. No habrá nada más importante, incluyéndose así mismo o incluso a sus hijos, por ejemplo. (p.59) El dependiente dedica la mayor parte de su tiempo en mantener contacto con su pareja y cuando llega a salir con amigos o familia habla exageradamente de él, cuando estos pudieran llegar a hacer algún comentario negativo sobre su relación, se mostrará a la defensiva. Para el dependiente su amado ocupa un mejor lugar en sus prioridades e intereses que cualquier otra persona.

La prioridad que se establece es tal que la pareja lo ocupa prácticamente todo, tanto lo que se refiere a dedicación como, por supuesto, en cuanto a esfuerzo y pensamiento. Al llegar a extremos de aislamiento, desatención de relaciones personales, negligencias o descuidos de obligaciones, la excesiva prioridad de la pareja sobre cualquier otra cosa supone un aspecto profundamente desadaptativo de los dependientes emocionales. (Castelló, 2005, p.176) En muchas ocasiones los dependientes se alejan de las pocas amistades que tienen, no les interesa conocer nuevas personas, evitan asistir a reuniones de trabajo o a fiestas, rechazan invitaciones de amigos, todo con el fin de permanecer y estar a disposición de la pareja.

Castelló (2005) describe que:

El dependiente emocional exagera lo que sucede en una relación de pareja normal... así mismo aparecerá generalmente nervioso, triste y preocupado. La familia más cercana y las amistades pasaran al olvido o en el mejor de los casos a visitas esporádicas. Esta circunstancia vendrá propiciada principalmente por la obsesión del dependiente con su objeto, motivada por su necesidad extrema; pero también el propio objeto dentro de su peculiaridad puede desear el alejamiento de las personas significativas de su pareja, sea por incompatibilidad o desavenencias personales, o para que el dependiente no disponga de apoyo. (p.175-176) Al objeto dependiente no le interesa ser aceptado o relacionarse con la familia ni con las amistades de su pareja, es más, encontrará cualquier excusa o pretexto para hablar mal y alejarlo de ellos, de esta forma sabe que su única prioridad y fuente de afecto sería él. Algunas personas como familia y amigos podrían acercarse al dependiente comentándole lo dañina que perciben su relación, lo manipulador y ególatra que es su pareja, sin embargo, en el mejor de los casos, el dependiente solamente escuchará lo que ellos afirman, pero pasará de largo todos esos comentarios.

El entorno advertirá este hecho y en ocasiones lo atribuirá a la pareja, con mayor o menor razón, ya que esta, en virtud de la influencia que posee sobre el dependiente, puede considerar que la familia de este (por ejemplo) le resulta desagradable o intrusiva. Sin embargo, será el propio dependiente el que voluntariamente se aislará de su entorno para centrarse por entero en la pareja, en aquello que le llena por completo la vida y que es el motivo de su existencia, al menos hasta que aparezca otra persona que asuma este papel. (Castelló, 2005, p.60) El dependiente no dudará en elegir a su pareja frente a quien sea, no le interesarán las opiniones que hagan de su pareja, si por alguna razón se encuentra alejado de él, sus pensamientos sólo giran con la idea de volver a su lado lo más pronto posible, solamente al reencontrarse con su objeto dependiente volverá a la calma. Para él su pareja lo es todo en su vida, la idea de que su amado pueda dejarlo es dolorosa y le causa ansiedad el sólo imaginarle.

2.8.4 Necesidad de Acceso a la Pareja

Aiquipa (2015) expone que este: “Comprende el deseo de tener presente a la pareja en todo momento, ya sea físicamente o mediante pensamientos en torno a lo que hace, siente o piensa” (p.31). Cuando no están juntos, el dependiente buscará la forma de tener contacto con su amado, dedicándole canciones, enviando mensajes de texto, comentándole en sus publicaciones o etiquetándolo en redes sociales, etcétera; todo esto con el fin de llamar su atención y obtener una respuesta de su parte.

Castelló (2005) afirma que:

Es la expresión de la necesidad psicológica que el dependiente tiene hacia su pareja. Se puede traducir en deseos constantes de hablar con él...ser incapaz de hacer algo sólo sin sentir la necesidad de tener contacto con la pareja, etc. Los dependientes describen en ocasiones esta sensación como de “hambre” de la pareja, una necesidad insaciable que recuerda a la de los

adictos a sustancias. (p.57) No se exagera al decir que el deseo de tener acceso a la pareja en una persona dependiente es extremadamente primordial, es un sentimiento que rebasa al de parejas normales quienes necesitan pasar tiempo juntos. Para el dependiente el tenerlo cerca, le devuelve la seguridad que sólo él le puede dar.

El dependiente puede no aparentar esta necesidad excesiva hacia la otra persona, pero sin duda la está sintiendo con toda su fuerza como algo que le impulsa hacia ella y que produce un torrente de ideas obsesivas alrededor de la pareja. (Castelló, 2005, p.58) Existen personas con dependencia emocional a quienes en muchos casos les cuesta trabajo poder expresar sus emociones y callan cuando algo les molesta o les hiera, no tienen la suficiente confianza para comentarlo con sus parejas, pero en su interior, sus pensamientos y sentimientos estarán en constante conflicto, debido a que el dependiente estará sufriendo de manera interna mientras que el objeto ni si quiera lo notará.

Castelló (2005) puntualiza que:

Las personas con dependencia emocional...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, sumisión e idealización...a medida que el dependiente se quiere menos, necesita más del otro y lo encumbra todavía más por esta necesidad, por esta hambre afectiva que presenta y que contribuye, de manera decisiva, a que la elección del compañero que va a solucionar esta carencia se fundamente en la arrogancia y la egolatría del mismo. (p.173-174) El dependiente por ser la persona que más amor y compromiso brinda a su relación, será quien demuestre un mayor interés, aporte y procure de manera excesiva a su pareja y, por lo tanto,

quien sufra más a causa de las frustraciones generadas al ver que su relación no está funcionando como el la idealizó.

Castelló (2005) detalla que:

Las personas que tienen un amor excesivo hacia sí mismos son las que más llaman la atención de los dependientes porque estos actúan precisamente de una manera opuesta; al mismo tiempo, son las que mejor se adaptan a los esquemas relacionales que han interiorizado a lo largo de su vida. El desamparo emocional que presentan los dependientes, su ausencia casi absoluta de autoestima, les influye para imaginar inconscientemente que estas personas ególatras les van a dar lo que necesitan. Los dependientes confunden admirar con amar, necesitar con desear, someterse con compartir, y esto sucede así porque realmente no saben lo que significa querer y ser queridos. No les extraña esta falta de correspondencia porque les resulta familiar, aunque sufran por ello. (p.174) El dependiente está acostumbrado a pedir el afecto y las atenciones que necesita y en muchas ocasiones sí los recibirá, pero bajo ciertas condiciones, es tanta su necesidad excesiva por agradar y estar bien con su pareja que podría generar en él, sensaciones de malestar u hostigamiento.

La reacción de los objetos suele ser de agobio. Esto puede traer consecuencias de diferentes tipos, como puede ser la ruptura precoz de la relación, o la más frecuente, la de marcación de límites estrictos. Poco a poco, la pareja restringe las continuas invasiones del dependiente basándose en amenazas más o menos explícitas, con lo que a este no le queda más remedio que aceptar las reglas y contenerse de su afán desmedido del otro. (Castelló, 2005, p.57) El dependiente al verse confrontado por su pareja debido a sus constantes demandas, se verá obligado a frenar sus impulsos por querer verlo, llamarlo al teléfono constantemente, etc., cederá a esto y a otras cosas con el creciente miedo de que su relación está en riesgo de terminar.

2.8.5 Deseos de Exclusividad

Aiquipa (2015) lo establece como: “La tendencia a enfocarse en la pareja y aislarse de manera paulatina del entorno. Esto se acompaña de deseos de reciprocidad de esta conducta por parte de la pareja” (p.31). El dependiente está tan enamorado de su objeto de amor, que todo el tiempo que ambos puedan, deseará pasarlo a su lado. Actividades que pudo haber tenido como pasatiempos antes de iniciar esta relación, ahora ya no importarán, las salidas que tenía con amistades o familia serán exclusivas para su amado.

Castelló (2005) considera que: “Su necesidad es tal que quiere a su objeto solo para sí, y lo más deseado sería que esto tuviera correspondencia” (p.175). En estos casos, la relación podría entrar en conflicto, porque definitivamente la pareja pudiera no estar dispuesta a dejar su vida social, lo que generará molestia en el dependiente, misma que se tendrá que aguantar, junto con los celos constantes al imaginarse perdiéndolo en cualquier momento.

Castelló (2005) aclara que:

La exclusividad se entiende aquí en ambos sentidos, en el del propio dependiente, que voluntariamente se aísla en mayor o menor medida de su entorno para dedicarse por entero a su pareja, y en el del anhelo de que el objeto haga lo propio. No obstante, esto último le resulta más difícil por la reacción de la pareja, que en lugar de participar de esta “burbuja” imaginaria en la que ambos se fusionarían y se distanciarían de los demás, intentará marcar sus propias pautas... la exclusividad es una de las reglas que se imponen, consiguiendo que la pareja se aislé casi por completo de su entorno. (p.58-59) En la mayoría de estas relaciones será sólo el dependiente quien termine distanciado de sus familiares y amigos, para el objeto esto de ser exclusivo, no es aplicable en su vida, además de que al hacerlo dará a notar quien lleva el control dentro de la relación.

2.8.6 Subordinación y Sumisión

Es la sobreestimación de conductas, pensamientos, sentimientos e intereses de la pareja, lo cual va acompañado del descuido de la propia vida, así como de sentimientos de inferioridad y desprecio hacia uno mismo. Por ello, es frecuente que se toleren agresiones de la pareja.

(Aiquipa, 2015, p.31) El dependiente demostrará todo su amor a su pareja a través de detalles y atenciones con la ilusión de que el conecte ese sentimiento con la misma intensidad; sin embargo, esto no suele suceder así, debido a que por lo general el objeto dependiente tiende a ser insensible e indiferente a detalles como estos, para él, esto no tiene ningún valor afectivo.

Castelló (2005) apunta que:

La sumisión del dependiente hacia su objeto es una respuesta casi inmediata, no tiene gran problema en plegarse ante la persona que admira. Podemos afirmar que es el regalo que le da a su pareja, aquello que le puede ofrecer, además de su admiración, para congraciarse con ella. La sumisión es una ofrenda como pago a que el objeto tenga a bien estar próximo al dependiente. Es, por tanto, un medio para preservar la relación, es lo que se utiliza para asegurarse al máximo la continuidad de la misma, a sabiendas de que el comportamiento caprichoso de la pareja y la ansiedad de separación del propio dependiente no le darán a este la tranquilidad que desea. (p.62) El dependiente emocional intentará servir en lo que su pareja pudiera estar necesitando, a pesar de que él no se lo esté pidiendo, estas serán sus formas de manifestarle su amor y apoyo incondicional para mantenerlo complacido y que su relación se encuentre sin obstáculos.

La subordinación no se da únicamente para consolidar la relación, sino que también es el resultado de la falta de autoestima del dependiente y de su idealización de la pareja. El autodesprecio que se profesa deriva de un empequeñecimiento de él mismo y en un

engrandecimiento del otro. La consecuencia es una relación desequilibrada en la que se produce sumisión por una parte y dominación por la otra. (Castelló, 2005, p.62-63) Es un juego de roles, llevados a la práctica con toda la intención y sin sentir la presión por parte del otro para hacerlo, son dos papeles dentro de una relación los cuales son ejercidos de forma consciente por sus protagonistas.

La sumisión que el dependiente no tiene problema en aceptar y que lleva a cabo activamente desde el principio es la de otorgar todo tipo de atenciones y privilegios al objeto...el dependiente será feliz si la pareja muestra su agrado y satisfacción, porque su bienestar es lo único que importa. (Castelló, 2005, p.63) La idea que el dependiente tiene, es la de ser esa única persona quien pueda atender al llamado y a las necesidades de su amado, que este último lo note y devuelva en agradecimiento amándolo.

Por su puesto, la entrega absoluta y la sumisión incondicional del dependiente emocional no tiene ni la más mínima correspondencia en su objeto; es más, este se aprovecha de las circunstancias para desequilibrar todavía más la relación. El papel dominante de uno se refuerza y esto acentúa el subordinado del otro, y viceversa. Ambos miembros de este tipo de relaciones fortalecen recíprocamente sus roles, por eso cuesta tanto poder salir de estos círculos viciosos. (Castelló, 2005, p.179)

Castelló (2005) especifica que:

Con el paso del tiempo se agudizan estos papeles potenciándose mutuamente, la sumisión provoca más dominación y esta, a su vez, una mayor subordinación. El dependiente observa cómo este círculo vicioso se le va de las manos y comienza a sufrir, cada vez más, con las excesivas concesiones que le otorga a su pareja. Esta, a su vez, se ceba en exceso convirtiendo al dependiente en el objeto de sus frustraciones o simplemente de su sadismo. (p.63) Pareciera que

entre más esfuerzos hace el dependiente por servir y hacer lo que la pareja quiera con él y con su relación, nunca serán suficientes para saciar a su objeto, será difícil encontrar el límite permitido para ambos en esta relación llena de un total desequilibrio.

Al final, el dependiente se ve inmerso en una espiral de dolor y humillaciones de la que le resulta muy difícil escapar, porque aun así lo verdaderamente insoportable sería la ruptura y la consiguiente soledad. La única salida posible es encontrar a otra persona antes de la ruptura, pero esto no es muy común porque a pesar de lo nefasta que es la relación, el individuo sólo tiene ojos para el objeto, sentido de su vida y centro de su existencia. (Castelló, 2005, p.64) La persona dependiente vive la relación con múltiples intentos por estar bien con su pareja, buscará la forma de salvar la relación cuando sienta que hay peligro de terminar, le generaría angustia perderlo y quedarse solo, debido a que su idea para poder estar bien, es la de estar al lado de alguien que llene sus expectativas y que le brinde la seguridad que está buscando.

Castello (2005) precisa que:

El dependiente siempre tiene claro que el objeto es una persona para admirar e idealizar, es el único componente importante de la relación, por lo tanto, siempre hay que agradecerle, debe estar siempre contento. La consecuencia inmediata es que sólo se hará lo que el objeto quiera, el dependiente se vestirá a su gusto, tendrá acceso a él cuándo lo estime oportuno, se dirigirá hacia su persona en los términos que estipule, servirá de desahogo de las frustraciones cuando las tenga, etc. La única persona importante en la pareja es el objeto, el dependiente se conforma con su papel de satélite que gira en torno a él. Realmente no es que se conforme con este papel, es que lo busca activamente con una entrega excesiva e incondicional desde los primeros momentos de la relación. Su autoanulación tiene la contrapartida en la necesidad excesiva del otro, que es idealizado por sus características peculiares (narcisismo, autoconfianza, etc.). Sólo la vida con

una persona así tiene sentido, porque el dependiente no se da ninguna importancia, no espera nada que no sea que el objeto le deje un lugar, aunque sea pequeño y miserable, en su existencia. La descompensación es tan pronunciada que al dependiente sólo le queda rendir pleitesía a su objeto, algo que efectúa gustosamente. (p.178-179) El sentimiento que deja el objeto dependiente a su pareja al mostrarse insatisfecho a su lado, es el de sentirse culpable, vacío, frustrado, preocupado por lo que está sucediendo; pensando qué puede hacer ahora para complacerlo y volver a recuperar la relación que tuvo, que para él siempre fue la ideal.

2.8.7 Deseos de Control y Dominio

Aiquipa (2015) afirma que es: “La búsqueda activa de atención y afecto para captar el control de la relación de pareja, a fin de asegurar su permanencia y, por lo tanto, experimentar bienestar” (p.31). El dependiente tratará de dar detalles constantes a su pareja a fin de sorprenderlo y demostrarle su amor, será cariñoso, atento, no se negará a las peticiones que su objeto solicite, se mostrará muy servicial pensando que al estarle proporcionando todo lo que pudiera necesitar en una pareja, este se lo puede dar.

De Miguel, Martín y Hernández (2014) comentan que:

El deseo de control es el deseo de la persona por ser ella la fuente de control de los acontecimientos que suceden en su vida. El grado de deseo pone en marcha la conducta de la persona en otra dirección. Una persona que desea ser ella agente de control, realizará, una serie de comportamientos dirigidos a hacerse con el control de la situación para obtener los resultados pretendidos, mientras que una persona que no desea ser fuente de control, esperará a que los acontecimientos sigan su curso confiando en que las cosas finalmente saldrán como ella espera. (p.346)

2.9 Dependencia Emocional en Mujeres

La mujer vela por su amor y mira de mantenerlo vivo en ella y en su pareja. Procura que no se rompa nunca este hilo inestable que es la atracción erótica. A fin de asegurarse la retención del amado teje a su alrededor una espesa telaraña compuesta de hilos de confort y bienestar, la casa, la decoración, las comiditas, el cuidado de la ropa, el ambiente acogedor, como extensiones de su propio cuerpo que lo envuelven y donde ella se reencuentra; en este contexto hogareño el hijo se concibe como una prolongación de sí misma, fruto de la fusión. Cuando se siente insegura de ella misma, de su capacidad de seducción tiende a acentuar todavía más la necesidad de continuidad. Se mantendrá ligada a su pareja de manera casi obsesiva por el miedo a perderlo. Por él estará dispuesta a renunciar a todas las oportunidades de la vida, a su carrera y hasta desprenderse o prescindir de los hijos, sembrando con ello la semilla de la dependencia en el establecimiento de la relación. (Villegas, 2006, p.32)

Cid (2009) señala que:

La dependencia emocional en su forma estándar es más frecuente en mujeres lo cual ocurre debido a 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. El hombre sin embargo, tiene más accesible el camino de la desvinculación afectiva de los demás, y, por consiguiente de la hostilidad y el individualismo. (p.18) La dependencia emocional es un problema que pueden padecerla tanto como hombres como mujeres, sin embargo, debido a las características y rasgos de la personalidad para cada sexo, se ha podido observar que esta sobresale y tiene mayor influencia en las mujeres. Dentro de la cultura mexicana aún se conservan las ideas o pensamientos acerca de que las mujeres tienen socialmente menos valor y sus oportunidades son muy escasas para

realizarse, además de que sus necesidades no pasan a ser tan importantes como las del sexo opuesto.

Según Selva (como se citó en Villegas, 2006) comenta que la violencia contra las mujeres en el ámbito de la pareja, surge de un mal entendido vinculado al mismo concepto de amor. Se genera al compás de nuestra educación sentimental cuando en la adolescencia asumimos las normativas sutiles que pueblan nuestro espacio simbólico y que nos predisponen a iniciar nuestras relaciones amorosas desde posiciones de dominio o sumisión. Cuando sin darnos cuenta acabamos encontrando natural el control de nuestra libertad en aras de la pasión y la entrega al otro. Se construye culturalmente, pero se presenta como si formara parte de la propia naturaleza del proceso de enamoramiento. La educación que reciben las niñas y adolescentes es la de servir y estar a la disposición de entrega para el ser amado, estas enseñanzas las han observado y las han hecho propias de la forma en cómo han aprendido que deben desenvolverse, repitiendo patrones de conducta familiares, donde las abuelas enseñan a las madres y las madres lo transmiten a sus hijas.

2.9.1 Rol Social de la Mujer en la Pareja

Aguilar (como se citó Tecillo, 2016) indica que la familia forma parte principal de la dependencia emocional, al ser el núcleo social fundamental para el desarrollo del ser humano. Hace tiempo se vivía dentro de un sistema patriarcado, este sistema propiciaba un papel secundario para la mujer, la educación de las mujeres era diferente a la de los hombres, excluyendo a las mujeres en su totalidad, asumiendo solamente un rol de madre y esposa. El hombre era educado para ser fuerte, ocultando sentimientos, ejerciendo poder y dominio sobre su pareja, visualizando a la mujer como su propiedad, ejerciendo control sobre ella, así la mujer quedaba enganchada a relaciones agresivas, dependientes o adictivas. Con lo anterior, la mujer

era totalmente dependiente a su pareja, haciéndola incapaz de sobresalir en cualquier tipo de actividades, necesítándolo para salir adelante ante cualquier situación, demandando constantemente afecto...de esta forma y con el transcurso del tiempo las mujeres han establecido relaciones de pareja donde la sociedad y el estilo de crianza las han llevado a admirar a su pareja y someterse a la misma. Aún en la actualidad muchas familias promueven esta idea donde los hombres son los encargados de proveer las necesidades económicas, la mujer del cuidado de los hijos y del buen mantenimiento del hogar. Ante este panorama, muchas mujeres han permitido abusos por parte de su pareja, sólo por el hecho de ser ellos quienes aportan el dinero; el hombre cree que por ser él quien lleva la tarea de mantener a la familia merece mejor atención, privilegios y la libertad para hacer lo que quiera cuando está dentro o fuera de ella.

Forward (1986) explica que:

La sociedad ha respaldado tradicionalmente la idea de que las mujeres son inferiores a los hombres, de que carecen de capacidad para cuidarse por sí solas y necesitan valerse de ellos. En los diferentes medios de comunicación y entretenimiento se presenta a los hombres como seres más fuertes, más competentes y más despiertos que las mujeres, a las que con frecuencia se pinta como demasiado emotivas, indecisas, de pensamiento disperso, pasivas, ilógicas, manipuladoras e incluso malévolas. Tales estereotipos contribuyen a dañar la capacidad que puede tener una mujer joven de verse como una persona fuerte y valiosa. (p.119) Por lo general, todos los medios transmiten mensajes directos o indirectos, donde la mujer incluso es señal de burla, mostrándola como torpe y tonta, con el fin único de divertir a la audiencia, sin embargo, este es un problema que va más allá de la escena cómica, se está proyectando a la imagen femenina como la de un ser denigrante y que no posee el mismo valor que un hombre.

Díaz Guerrero (como se citó en Anguiano y Sánchez, 2004) determina que a las mujeres mexicanas, se les ha enseñado a sacrificar su individualidad, sus logros, sus emociones, hasta sus metas u objetivos para actuar de acuerdo con los demás. Es importante mencionar que la mujer coloca en primer término, las necesidades del hombre y se define a sí misma, a través de su relación con él; por otro lado, el hombre considera el autosacrificio de la mujer, como algo natural, es decir, es como si le hubieran dicho que la mujer debe atender sus necesidades y que ella será feliz en atenderlo, aun cuando no exista ninguna posibilidad de reciprocidad.

Culturalmente las costumbres muestran que la mujer debe estar al servicio y a la disposición del hombre quien posee el privilegio de recibir cuánto desea. A la mujer, desde pequeña se le enseña sutilmente el rol que debe desempeñar en la adultez, mostrándose siempre atenta y cuidando el bienestar de la figura masculina.

Muchas mujeres continúan creyendo que es muy poco el control que tienen de sus vidas, se acostumbran a que otros tomen las decisiones por ellas, aun cuando estas les afecten. Este sistema de creencias, reforzado por la identificación infantil con madres que son modelos de dependencia y desvalimiento extremos, prepara a muchas mujeres a aceptar matrimonios en que los hombres abusan de ellas. (Forward, 1986, p.119) Todas las enseñanzas que son transmitidas a las niñas por parte de sus padres durante la infancia, se verán reforzadas al verse frente a una pareja, por quien sentirán la necesidad de atender y someterse a su voluntad, aun cuando se sientan agredidas o prácticamente invisibles ante las decisiones que toman sus parejas, no verán otra opción más que resignarse y continuar con su papel de ser buena compañera.

2.9.2 Perfil Psicológico de la Mujer Dependiente

Las características de la personalidad que sobresalen en las mujeres con dependencia emocional, podrían variar y no ser las mismas para cada una de ellas, dependerán del desarrollo

individual y su grado o nivel de dependencia se verá reflejada en el tipo de relaciones destructivas en que se encuentren y que no cambiará o habrá diferencia aun cuando se termine esta relación, debido a que el problema no es la relación en sí, si no, el tipo de patrones similares que el dependiente busca y atrae. Algunas de las características que componen el perfil psicológico dependiente del sexo femenino, han sido expuestas en obras literarias como “Las mujeres que aman demasiado” de Robin Norwood, entre las cuales se destacan las siguientes:

- Típicamente provienen de un hogar disfuncional y que no satisfizo sus necesidades emocionales.
- Haber recibido poco afecto, intentando compensar indirectamente esa necesidad insatisfecha proporcionando afecto, especialmente a hombres que parecen, de alguna manera, necesitados.
- Reacciona profundamente ante la clase de hombres emocionalmente inaccesibles a quienes se puede volver intentar cambiar, por medio de su amor.
- Por el terror a ser abandonada, hace cualquier cosa para evitar que una relación se disuelva.
- Está dispuesta a esperar, conservar esperanzas y esforzarse más para complacer.
- Está dispuesta a aceptar mucho, mucho más del cincuenta por ciento de la responsabilidad, la culpa y los reproches en cualquier relación.
- Su amor propio es críticamente bajo, y en el fondo no cree merecer la felicidad. En cambio, cree que debe ganarse el derecho de disfrutar la vida.
- Necesita con desesperación tener control en sus relaciones, debido a la poca seguridad que experimentó en la niñez.

- En la relación, está mucho más en contacto con su sueño de cómo podría ser que con la realidad de la situación.
- Es adicta a los hombres y al dolor emocional.
- Al verse atraída hacia personas que tienen problemas por resolver o situaciones dolorosas, evita concentrarse en su responsabilidad para consigo misma.
- Esta predispuesta a los episodios depresivos, los cuales tratará de prevenir por medio de la excitación que le proporciona una relación inestable.
- No la atraen los hombres que son amables, estables, confiables y que se interesan por ella. Esos hombres “agradables” le parecen aburridos. (Norwood, 1986, p.14-19)

Barnetche de Castillo, Barnetche de Maqueo, Prieto de Martínez y Lammoglia (como se citó en Anguiano y Sánchez, 2004) comentan que cuando la mujer depende del afecto del hombre, puede presentar las siguientes características psicológicas:

- Asume la culpabilidad de los sentimientos y conductas de su pareja.
- Tiene dificultades en formar y mantener relaciones cercanas.
- Tiene miedo a ser rechazada o lastimada.
- Es perfeccionista y abriga demasiadas expectativas sobre sí misma y de los demás.
- Tiene dificultad para tomar decisiones.
- Tiende a minimizar, alterar o negar la verdad de cómo se siente.
- Sus reacciones y sus respuestas están determinadas por las acciones y actitudes de los otros.
- Se cuestiona o ignora sus valores, para relacionarse mejor con personas significativas, es decir, valora más las opiniones ajenas, que las propias.

- Su autoestima es baja, porque se rige por la influencia de otros. No reconoce cosas buenas sobre sí misma.
- Su seguridad está determinada por los sentimientos y conductas del otro.
- Se juzga muy duramente sobre lo que ella hace, piensa y dice.
- Es muy leal, aun cuando la lealtad sea injustificada.
- Hace cualquier cosa por permanecer en una relación, ya que sin esa relación siente que “no tiene nada” y que “no es nada”.
- Tiene miedo al abandono, por eso muchas veces busca a alguien más necesitado que ella a quien cuidar y que no la abandonará.
- Presenta una gran ambivalencia un día ama al otro y al día siguiente lo odia; quiere dejarlo y quiere quedarse; quiere que se vaya y quiere que se quede y casi siempre desea las dos cosas al mismo tiempo.
- En estados avanzados presenta una incapacidad para juzgar el estado de las cosas, así como una negación de la realidad.
- Manifestar tolerancia a gritos, golpes, chantajes, etcétera.

Todos estos rasgos del perfil psicológico en las mujeres dependientes, impiden que tengan un buen funcionamiento en las diferentes áreas de su vida, mostrando una imagen débil e insegura para relacionarse en lo afectivo y en lo amoroso; muchas de ellas están tan acostumbradas a esto y no se sienten con el valor y la capacidad para poder salir de esa prisión que, durante años les ha impedido ser personas independientes y con amor propio.

3. Metodología

El estudio de esta investigación se llevará a cabo en tres fases, la primera consta en la aplicación del Inventario de Dependencia Emocional (IDE); la segunda en la interpretación de las pruebas y la última fase en la presentación del reporte de los datos obtenidos.

3.1 Diseño de la Investigación

La ruta que se empleará en la presente investigación será de tipo cuantitativa, debido a que tiene como finalidad brindar datos numéricos y estadísticos que permitan conocer los niveles de dependencia emocional en mujeres universitarias. Igualmente, su diseño será no experimental, transversal porque la recolección de los datos se dará en un sólo momento.

Además de que el alcance del estudio es de tipo descriptivo, puesto que pretende especificar y medir los niveles de dependencia emocional que más inciden en ellas. Los datos que se obtengan a través de encuestas que se les aplicarán, se presentarán por medio de gráficas para una mejor comprensión del estudio.

3.2 Universo y Muestra

La estrategia que se utilizará para el muestreo de la población será de tipo no probabilística o dirigida, debido a que su elección dependerá de ciertas características que deben cumplir las estudiantes universitarias. El instrumento con el cual se trabajará será el Inventario de Dependencia Emocional (IDE), el cual incluye algunas de las características necesarias para su correcta aplicación y evaluación.

Aiquipa (2015) destaca las siguientes:

Mujeres cuyas edades están comprendidas entre los dieciocho y cincuenta y cinco años (no importando su nivel socioeconómico), que no sufran trastornos mentales o causados por

enfermedad y que hayan tenido por lo menos una relación de pareja (heterosexual u homosexual) a lo largo de su vida. (p.11)

Se decidió trabajar con la Escuela Superior de Enfermería N°. 4, debido a que la mayor parte de su población pertenecen al sexo femenino, siendo esta etapa en donde se presentan más conflictos de pareja relacionados con el tema. Se trabajará de forma general con las mujeres estudiantes de ambos turnos que se encuentren asistiendo, sumando un total de 280 alumnas.

3.3 Procedimiento

Se aplicará el Inventario de Dependencia Emocional (IDE) del autor Jesús Joel Aiquipa Tello (2015) a una población de mujeres estudiantes. “Dado que el IDE mide un rasgo de personalidad en su dimensión patológica, es decir, la dependencia emocional” (Aiquipa, 2015, p.31). Esto con el propósito de que a través de este instrumento se conozca el nivel de los factores en esta población.

3.4 Instrumentos y Materiales

Aiquipa (2015) indica que:

El IDE abarca los ámbitos clínicos y de investigación, permite evaluar una dimensión patológica, dependencia emocional, que es muy frecuente, pues muchas veces se presenta en relación con trastornos afectivos (depresión y ansiedad) y además puede mantener el problema. Así, cuando es aplicado en el ámbito clínico, el IDE permite identificar a sujetos con niveles de dependencia emocional moderados o altos, a los cuales tras un proceso de evaluación complementaria a través de otros instrumentos (entrevista clínica, historia de vida, examen mental, etc.), se les puede establecer un tratamiento específico para la dependencia emocional. Por lo tanto, este instrumento fue creado para formar parte de una evaluación psicológica completa.

El IDE es una prueba sistematizada que se califica objetivamente y que puede aplicarse de manera individual o colectiva. Se compone de cuarenta y nueve reactivos, estos a su vez se clasifican en siete componentes.

El primer componente es el miedo a la ruptura (MR), que consta de nueve reactivos, el segundo componente es el miedo e intolerancia a la soledad (MIS) que consta de once reactivos, el tercer componente es la prioridad a la pareja (PP) que consta de ocho reactivos, el cuarto componente es el de necesidad de acceso a la pareja (NAP) que consta de seis reactivos, el quinto componente es el de deseos de exclusividad (DEX) que consta de cinco reactivos, el sexto componente es el de subordinación y sumisión (SS) que consta de cinco reactivos, el séptimo y último componente es el de deseos de control y dominio (DCD) que consta de cinco reactivos.

El IDE es un inventario que evalúa la dependencia emocional y para ello utiliza una escala en formato Likert con cinco alternativas de respuesta: 1) Rara vez o nunca es mi caso; 2) Pocas veces es mi caso; 3) Regularmente es mi caso; 4) Muchas veces es mi caso; y 5) Con frecuencia o casi siempre es mi caso.

Los valores de las respuestas que eligen los examinados expresaran la frecuencia de esta necesidad en su vida. De esta manera, si una persona responde marcando valores entre 1 y 2, lo cual corresponde a “Rara vez o nunca es mi caso” y “Pocas veces es mi caso”, respectivamente, esta persona tiene dependencia emocional en niveles bajos. Lo más apropiado es decir que tiene una necesidad de vinculación afectiva a la pareja en los niveles esperados en cualquier relación de pareja funcional. En cambio, si la persona marcara las alternativas 3, “Regularmente es mi caso”, 4 “Muchas veces es mi caso” y/o 5 “Muy frecuente o siempre es mi caso”, se deduce que experimenta o realiza los indicadores de este rasgo con frecuencia, y por lo tanto, presenta un nivel elevado de dependencia emocional.

Cada respuesta puede recibir de uno a cinco puntos. Las puntuaciones son asignadas de forma directa en relación a su alternativa de respuesta. Por ejemplo, si la persona contestó: “Rara vez es mi caso, cuyo valor es 2, se le asignan dos puntos.

De este modo, al final se cuentan los puntajes directos para cada subescala y para la escala total de dependencia emocional. Esta información se registra en el recuadro resumen que aparece en el reporte de resultados, así como el percentil que le corresponde a cada puntaje directo.

No hay límite de tiempo para contestar al inventario. La mayoría de los sujetos tardan de 20 a 25 minutos en completarlo, pero las personas mayores o quienes tengan leves dificultades de lectura pueden necesitar más tiempo. (p.11-14)

3.5 Confiabilidad

Aiquipa (2015) explica que:

La confiabilidad se obtuvo a través del método de consistencia interna, usando los coeficientes Alfa de Cronbach y “r” de Pearson corregida con la fórmula Spearman-Brown, fue de 0.91 lo cual indica una elevada consistencia interna de la prueba final. Al hacer una comparación entre los dos métodos empleados para estimar la confiabilidad de la prueba final a través de la consistencia interna (índice de homogeneidad), se aprecia que el coeficiente Alfa de Cronbach es ligeramente superior (0.96) al establecido por el procedimiento de las dos mitades (0.91). (p.21)

3.6 Validez

Aiken (como se citó en Aiquipa, 2015) comenta que la modalidad más común para obtener evidencias de contenido es por medio del criterio de jueces, el cual consiste en solicitar

la aprobación o desaprobación de la inclusión de un reactivo en la prueba por parte de un número determinado de jueces.

“De esta manera, 100% de los jueces consideró que más de 95% de los reactivos eran apropiados para medir el constructo de dependencia emocional” (Aiquipa, 2015, p.21-22).

3.7 Análisis de Datos

Para llevar a cabo el registro y conteo de los resultados obtenidos en la aplicación del IDE, se utilizó el software Excel, esto porque sus herramientas proporcionaron la facilidad al momento de ingresar, organizar y manipular toda información y datos numéricos. Además, de que los resultados son arrojados automáticamente para evitar posibles errores que sucederían si se realizará de forma manual. Otra razón por la que se decidió trabajar con este programa, es que ahorró tiempo a la hora del conteo, asimismo, porque cuenta con un respaldo de toda la información por si en algún momento se necesitara volverla a revisar.

3.8 Aspectos Éticos

Para llevar a cabo de manera correcta la investigación, se considera necesaria la autorización de los directivos y el personal docente de la institución. Así mismo, a las estudiantes se les expondrá la finalidad del estudio con el propósito de generar confianza y seguridad a la hora de contestar el inventario. De este modo, para quienes estén de acuerdo en participar en la aplicación, se les solicitará firmar un consentimiento informado el cual dará la validez y la confidencialidad del estudio.

El artículo 132 del código ético del psicólogo de la sociedad mexicana menciona que el psicólogo tiene la obligación básica de respetar los derechos y la confidencialidad de aquellos con quienes trabaja o le consultan, reconociendo que la confidencialidad puede establecerse por

ley, por reglas institucionales o profesionales, o por relaciones científicas, y toma las precauciones razonables para tal efecto. (Sociedad Mexicana de Psicología, 2010, p.80)

El psicólogo tiene la discreción y capacidad de guardar y proteger la información obtenida en las relaciones profesionales, con el objeto de salvaguardar la integridad de la persona y la confianza depositada por el usuario en el profesional y en la profesión. Si se requiriera presentar los datos con fines académicos, terapéuticos o de difusión de hallazgos científicos, se debe mantener el anonimato de los consultantes u obtener la autorización explícita de los mismos. (SMP, 2010, p.32)

Siguiendo los lineamientos que la profesión demanda, los resultados y la información que se obtengan sólo serán utilizados para fines de la investigación.

3.9 Programación de tiempos

Para la aplicación del instrumento se decidió que este, se realizará en un plazo de dos semanas, de tal forma que, los días estarían asignados para trabajar con las estudiantes de un sólo grupo de la siguiente manera:

El estudio se inició el día lunes 19 de abril del 2021, este día se aplicó el inventario a 15 estudiantes pertenecientes al segundo semestre del grupo 201 y 22 pertenecientes al grupo 206. Para el día martes se aplicó a 25 estudiantes, pertenecientes al segundo semestre del grupo 202. El miércoles se aplicó a 20 estudiantes, pertenecientes al segundo semestre del grupo 203. El jueves se aplicó a 15 estudiantes, pertenecientes al segundo semestre del grupo 204 y para el viernes se aplicó a 25 estudiantes, pertenecientes al segundo semestre del grupo 205. De nueva cuenta el lunes 26 de abril del 2021 se continuó con la aplicación de instrumento, ahora a 30 estudiantes del sexto semestre del grupo 601, continuamos el día martes con 26 estudiantes del sexto semestre del grupo 603, el miércoles, se trabajó con el sexto semestre con 16 estudiantes

del grupo 606 y con 19 del grupo 604, para el jueves del sexto semestre del grupo 604 se aplicó a 18 estudiantes y 22 más del cuarto semestre del grupo 406, finalmente, el día viernes 30 de abril concluimos la aplicación con 27 alumnas del sexto semestre del grupo 605.

De esta forma sumaron un total de 280 estudiantes las que participaron en el proceso del estudio. Cabe mencionar que durante el la aplicación se respetaron los horarios de clases para no afectarlas académicamente por lo que se solicitó su participación al final de sus prácticas.

3.10 Resultados

En lo que se refiere a los resultados de cada factor que componen el IDE, se presentan a continuación las tablas que muestran los datos que se obtuvieron de cada uno de ellos.

Tabla 1

Factor 1: Miedo a la ruptura (MR)

Nivel de dependencia emocional	Bajo	Significativo	Moderado	Alto
Total de estudiantes	194	36	24	26
Porcentaje	69%	13%	9%	9%

Figura 1

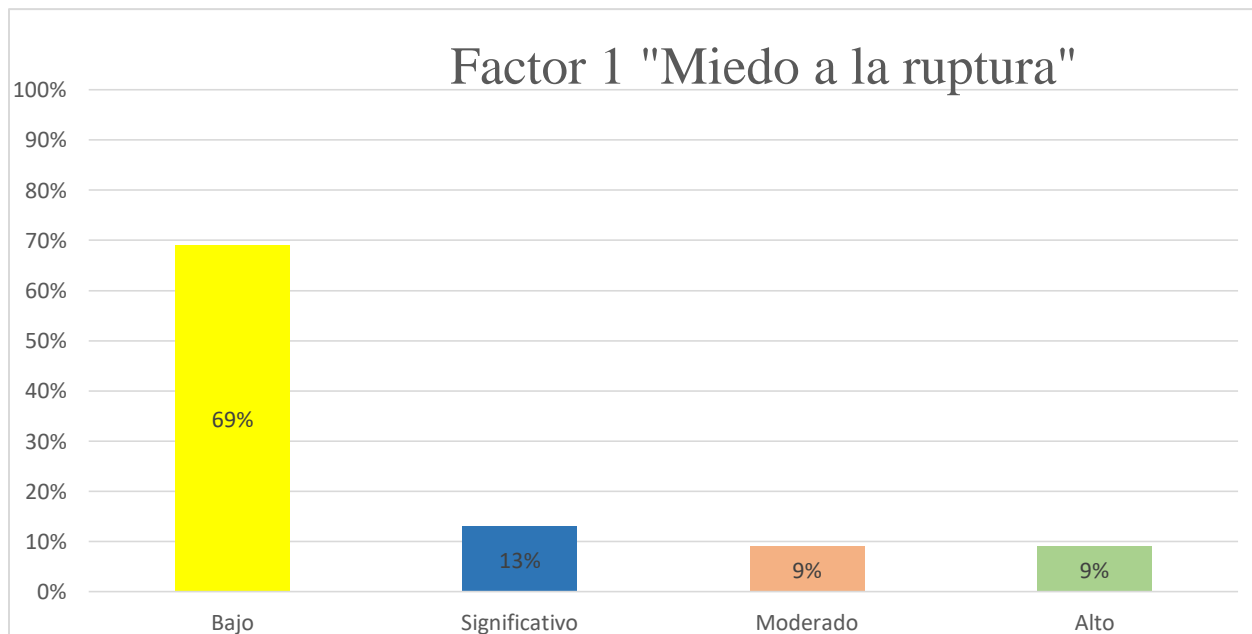


Tabla 2

Factor 2: Miedo e intolerancia a la soledad (MIS)

Nivel de dependencia emocional	Bajo	Significativo	Moderado	Alto
Total de estudiantes	175	53	14	38
Porcentaje	63%	19%	5%	14%

Figura 2

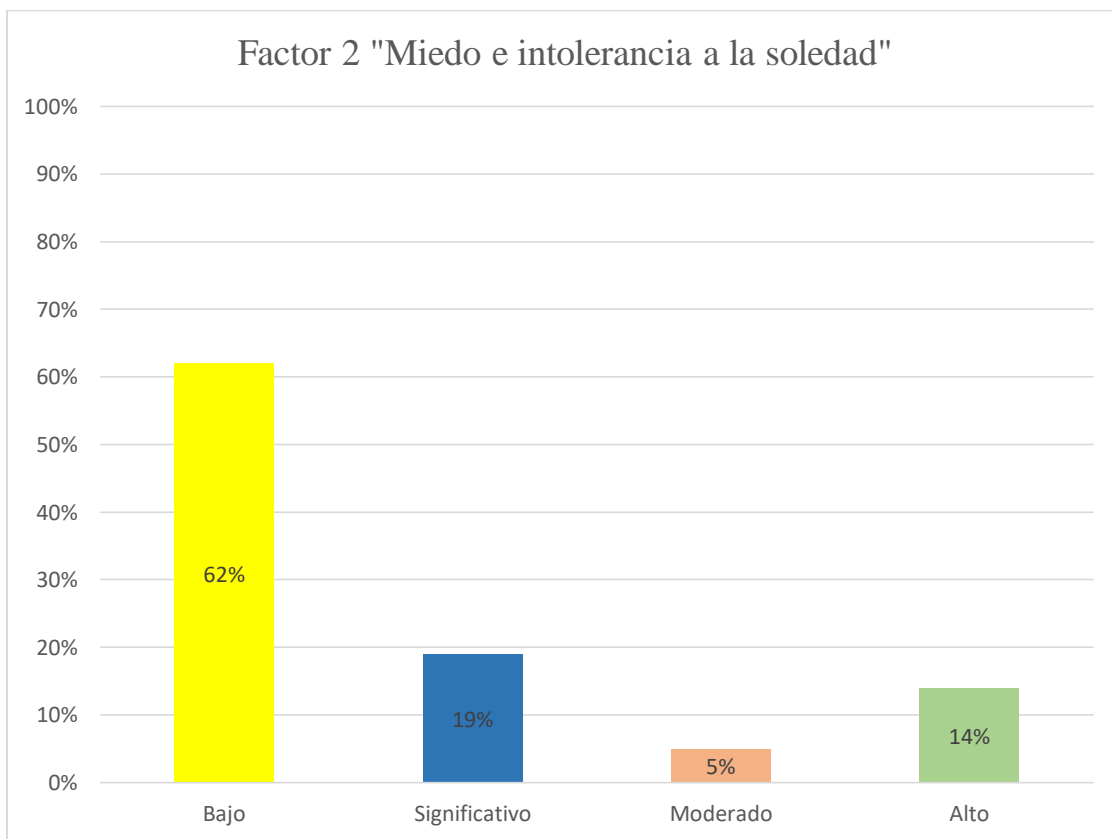


Tabla 3

Factor 3: Prioridad de la pareja (PP)

Nivel de dependencia emocional	Bajo	Significativo	Moderado	Alto
Total de estudiantes	201	30	25	24
Porcentaje	72%	11%	9%	8%

Figura 3

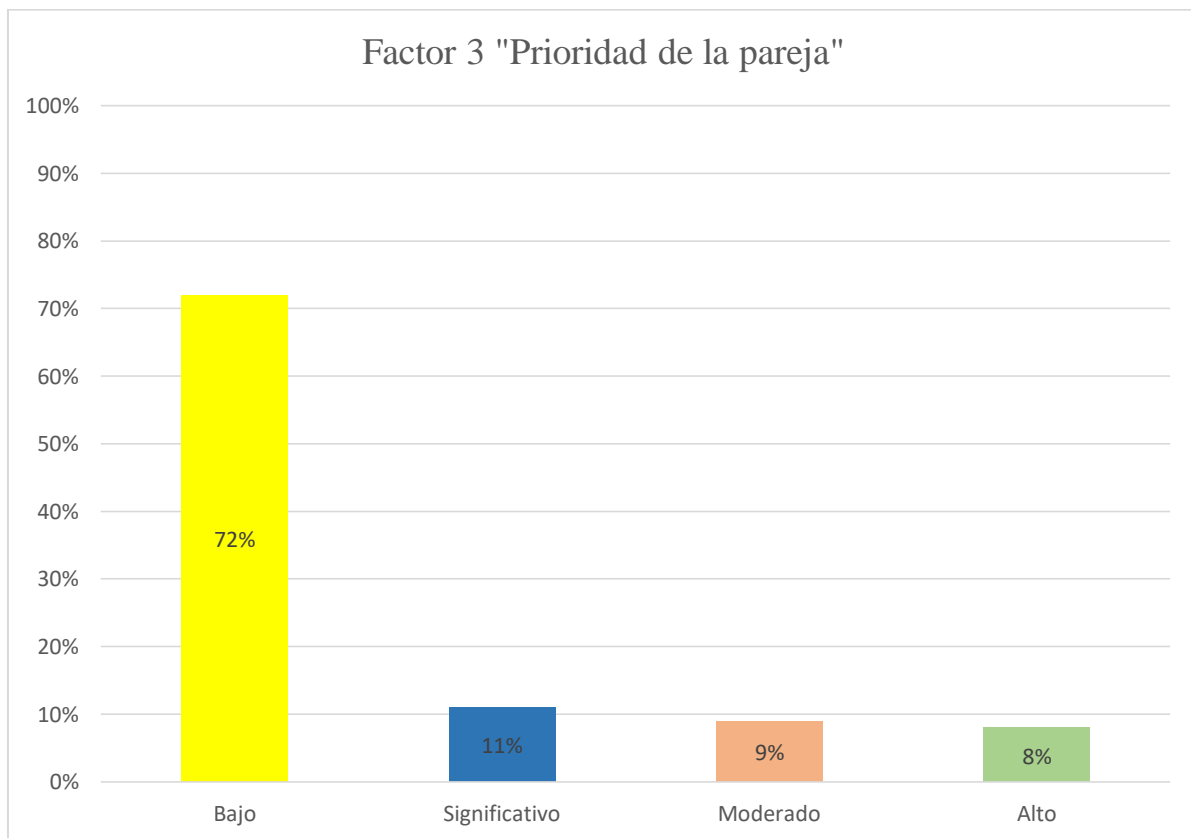


Tabla 4

Factor 4: Necesidad de acceso a la pareja (NAP)

Nivel de dependencia emocional	Bajo	Significativo	Moderado	Alto
Total de estudiantes	107	42	68	63
Porcentaje	38%	15%	24%	23%

Figura 4

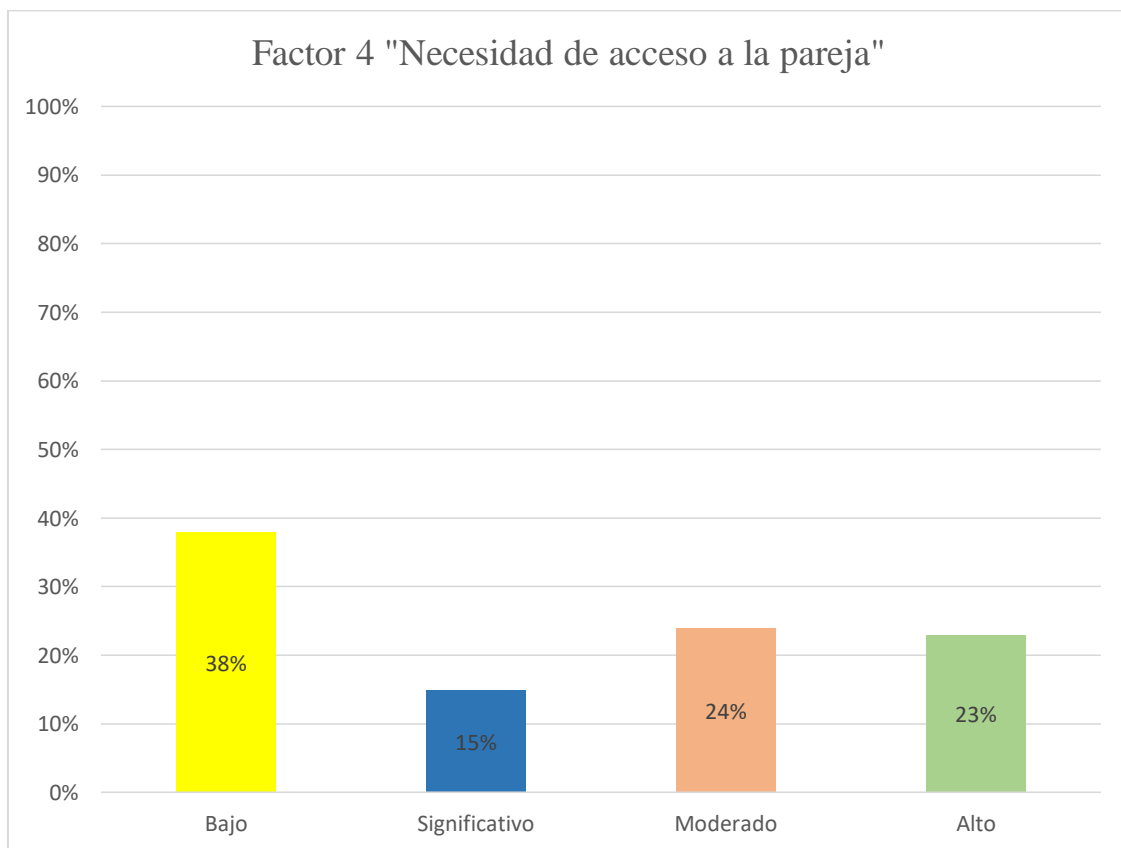


Tabla 5

Factor 5: Deseos de exclusividad (DEX)

Nivel de dependencia emocional	Bajo	Significativo	Moderado	Alto
Total de estudiantes	197	35	16	32
Porcentaje	70%	13%	6%	11%

Figura 5

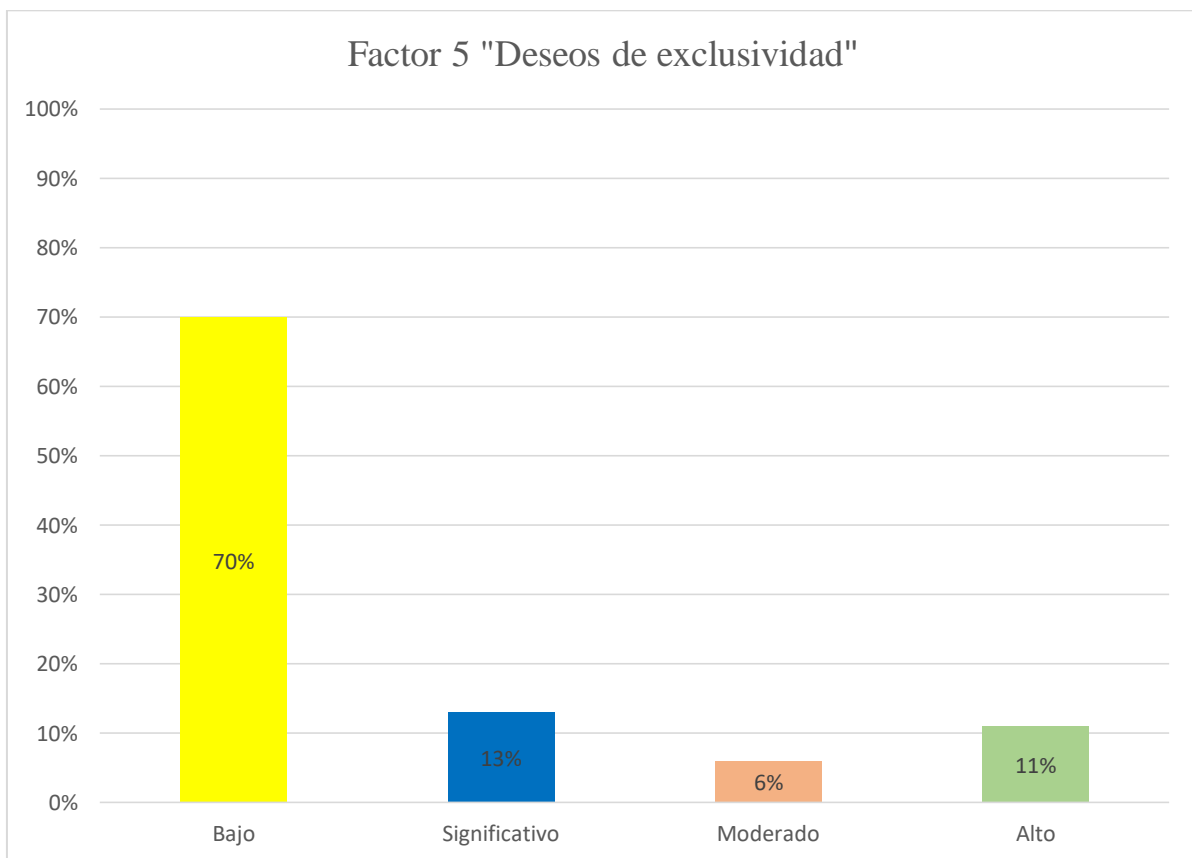


Tabla 6

Factor 6: Subordinación y sumisión (SS)

Nivel de dependencia emocional	Bajo	Significativo	Moderado	Alto
Total de estudiantes	136	68	34	42
Porcentaje	49%	24%	12%	15%

Figura 6

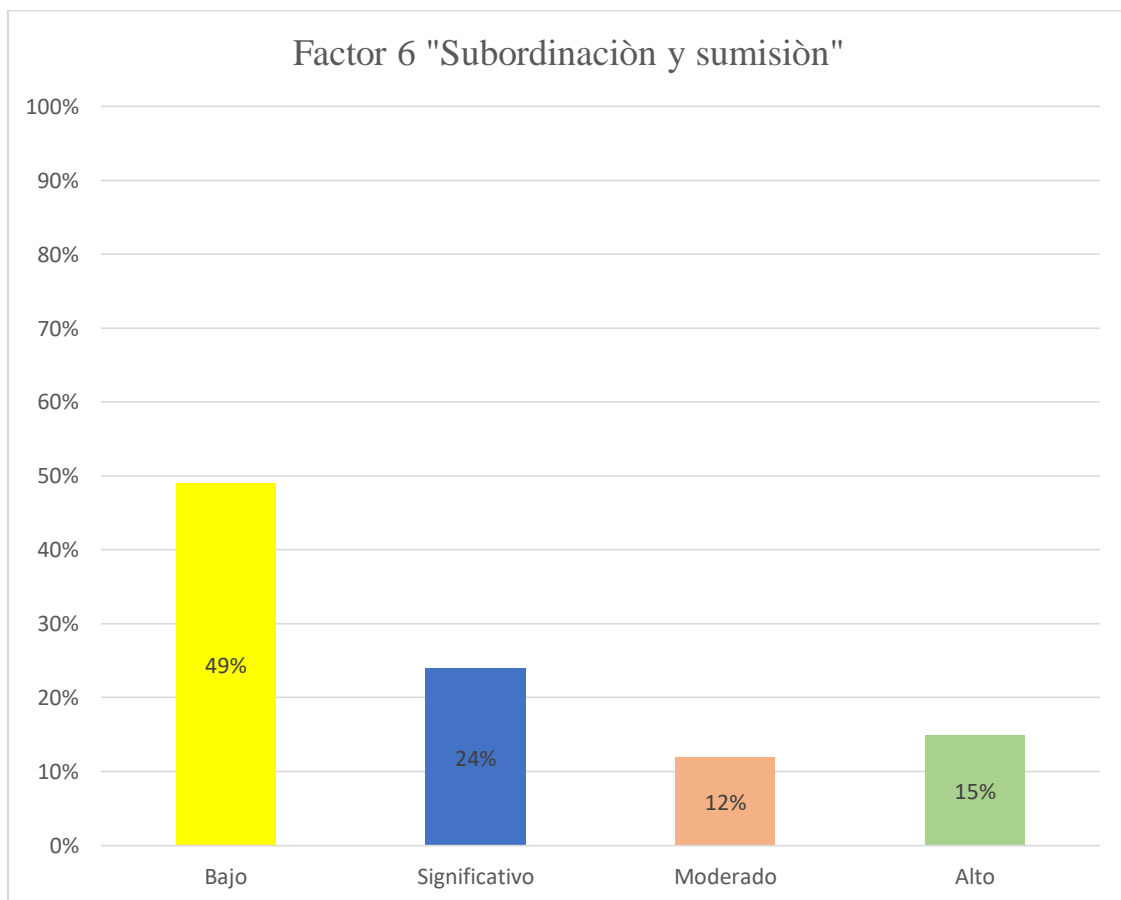
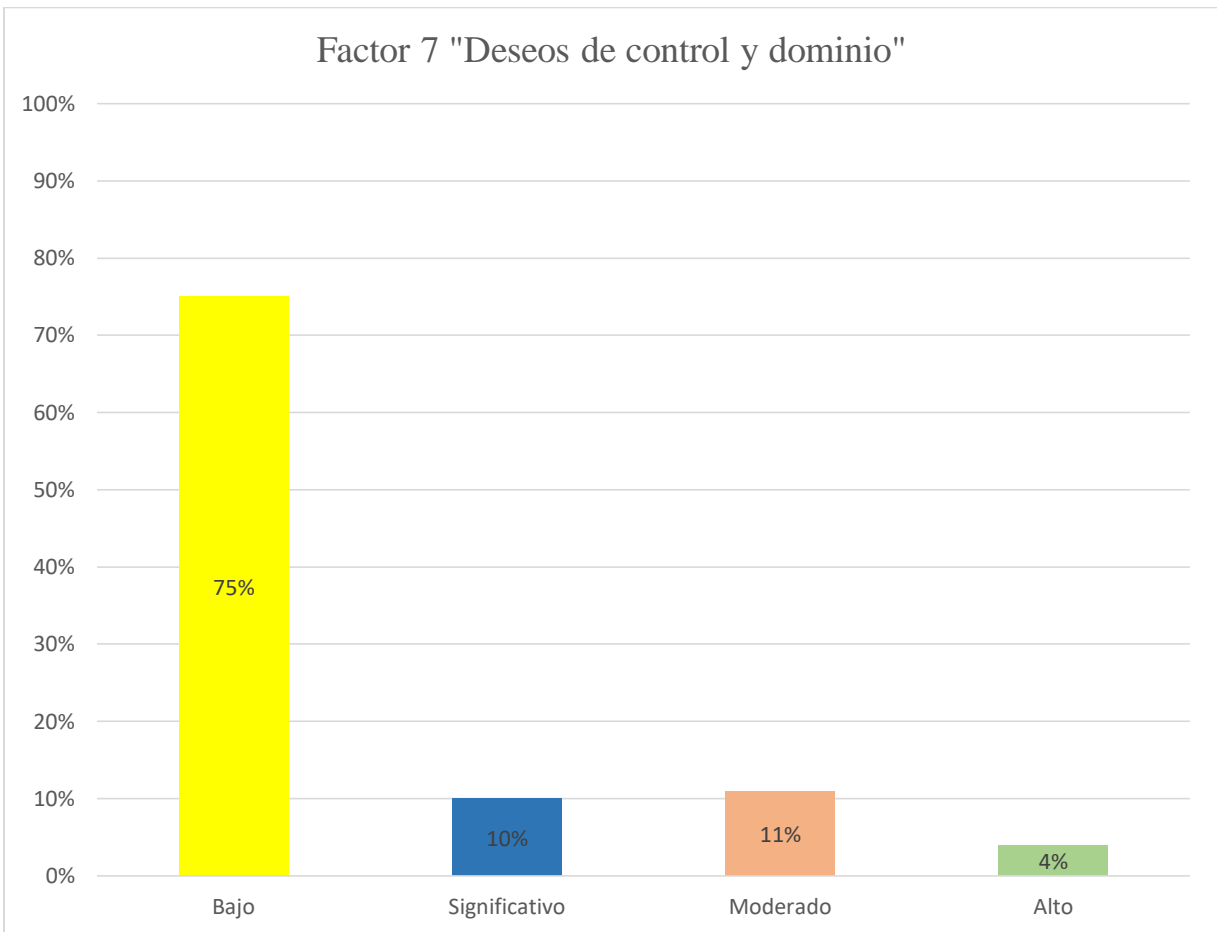


Tabla 7

Factor 7: Deseos de control y dominio (DCD)

Nivel de dependencia emocional	Bajo	Significativo	Moderado	Alto
Total de estudiantes	210	27	31	12
Porcentaje	75%	10%	11%	4%

Figura 7



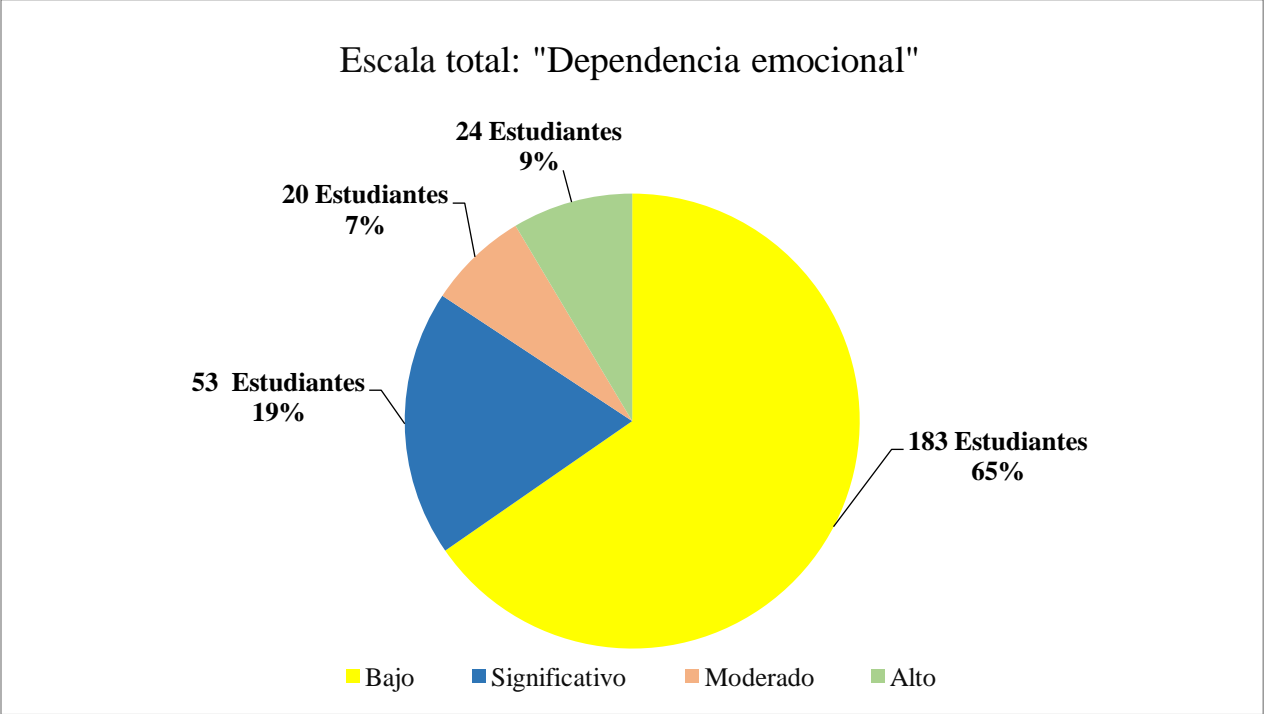
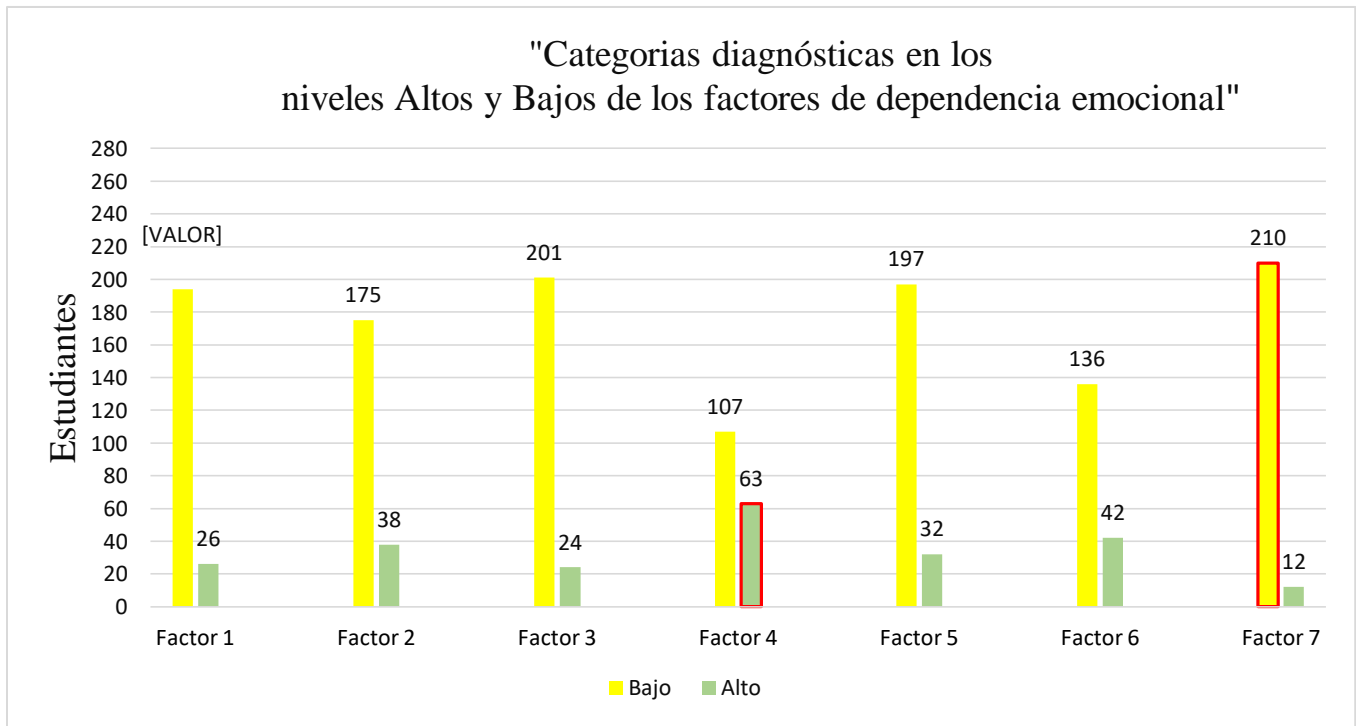


Figura 8. De forma general, las puntuaciones finales obtenidas en base al Inventario de Dependencia Emocional (IDE), concluyen que de la población total de 280 estudiantes 183 se encuentran dentro la categoría Bajo, debido a que sus puntuaciones se encontraron entre los valores 49-84, en Significativo 53 estudiantes de las cuales sus valores fueron de 85-105, en Moderado 20 estudiantes quienes están dentro de los valores 106-124, y por último en la categoría Alto a 24 estudiantes las cuales obtuvieron un puntaje superior a 125.



F1: Miedo a la ruptura (MR)

F5: Deseos de exclusividad (DEX)

F2: Miedo e intolerancia a la soledad (MIS)

F6: Subordinación y sumisión (SS)

F3: Prioridad de la pareja (PP)

F7: Deseos de control y dominio (DCD)

F4: Necesidad de acceso a la pareja (NAP)

Figura 9. La gráfica muestra las categorías Alto y Bajo de los siete factores de Dependencia Emocional, en ambas categorías el nivel más alto es definido por el mayor número de sujetos que se encuentran en los factores. Por lo tanto, en la categoría Altos el que prevalece es el factor 4 (Necesidad de acceso a la pareja) con 63 sujetos. Dentro de la categoría Bajos el factor 7 (Deseos de control y dominio) sobresale con un total de 210 sujetos.

4. Discusión

Mediante la aplicación del Inventario de Dependencia Emocional (IDE), se obtuvo de forma general del total de 280 mujeres estudiantes, de acuerdo a la clasificación de las categorías diagnósticas, 183 se encuentran en la categoría Bajo, el equivalente a 65% de la población, 53 se encuentran en la categoría Significativo con 19%, 20 se encuentran en la categoría Moderado con 7% y 24 en la categoría Alto con un 9% del total de la población. Con estas cifras se puede decir entonces que se aprueba la hipótesis de investigación *H4: La población de mujeres estudiantes se encuentra en la categoría Bajo de dependencia emocional.*

El IDE está compuesto por siete componentes o factores:

F1: Miedo a la ruptura (MR)

F2: Miedo e intolerancia a la soledad (MIS)

F3: Prioridad de la pareja (PP)

F4: Necesidad de acceso a la pareja (NAP)

F5: Deseos de exclusividad (DEX)

F6: Subordinación y sumisión (SS)

F7: Deseos de control y dominio (DCD)

Cada factor se clasifica en cuatro categorías diagnósticas: Bajo, Significativo, Moderado y Alto. Para fines y propósitos de la investigación se tomó en cuenta sólo la categoría diagnóstica Alto y Bajo de los siete factores. Los resultados muestran, respondiendo a las preguntas de investigación, que deseos de control y dominio es el factor que ejerce menor nivel de dependencia emocional y necesidad de acceso a la pareja es el que ejerce mayor nivel de dependencia emocional. Por lo tanto, siendo este el factor que predomina en las mujeres estudiantes se expondrá por qué es precisamente este el que sobresale.

Aiquipa (2015) expone que la necesidad de acceso a la pareja: “Comprende el deseo de tener presente a la pareja en todo momento, ya sea físicamente o mediante pensamientos en torno a lo que hace, siente o piensa” (p.31). Sus días estarán guiados por la presencia de la pareja, la tragedia comenzará cuando ciertos obstáculos le impidan tenerlo cerca, no poder contactarlo por ningún medio, no obtener respuesta de su parte o simplemente estar lejos de él le generará toda clase de pensamientos y comportamientos negativos. La separación o distancia son interpretadas como amenazas, alguien con cualidades que el dependiente no posee podría encantar y robar el corazón del ser amado.

En las relaciones de pareja con dependencia emocional, la persona que la sufre necesita estar en constante contacto con el ser amado, por lo que busca a través de diferentes medios sentirse cerca de él. La necesidad de sentirse próximo a la pareja crea en el dependiente la seguridad de que este es solamente suyo, los momentos que pasan juntos le dan bienestar emocional y sentido a la relación.

Simone de Beauvoir (como se citó en Villegas, 2006) ha escrito páginas espléndidas sobre la necesidad de la mujer de tener a su lado, físicamente al amado: su ausencia es una tortura, una traición... la mujer busca a través del amor la posibilidad de acceder a su mundo. Busca la fusión con él para salir de su naturaleza incompleta. Cuando él se vuelve escurridizo o se escapa, ella se siente perdida, porque sin él ella no es nada.

En consecuencia, se considera que las mujeres que se encuentran en este factor de dependencia emocional son personas con cierto grado de inseguridad y esto se ve reflejado en sus relaciones de pareja. Posiblemente estos rasgos han sido aprendidos por el entorno en que han crecido, la educación que han recibido, la cultura perteneciente entre otros factores,

desencadenando en ellas un constante temor a que sus relaciones puedan terminar en cualquier momento.

4.1 Conclusiones y sugerencias

De acuerdo al análisis de los resultados obtenidos en la aplicación del Inventario de Dependencia Emocional (IDE) a una población total de 280 mujeres estudiantes, se permitió conocer los niveles de los factores de la dependencia emocional planteados en los objetivos de la investigación los cuales se exponen a continuación:

Factor 1 Miedo a la ruptura (MR): Dentro de este factor se encuentran en la categoría Bajo 194 estudiantes, que equivale al 69% de la población, en la categoría Significativo 36 estudiantes, que equivale al 13%, en Moderado 24 estudiantes con un 9% y por último en la categoría Alto a 26 estudiantes con 9% de la población total.

Factor 2 Miedo e intolerancia a la soledad (MIS): Dentro de este factor se encuentran en la categoría Bajo 175 estudiantes, que equivale al 63% de la población, en la categoría Significativo 53 estudiantes, que equivale al 19%, en Moderado 14 estudiantes con un 5% y por último en la categoría Alto a 38 estudiantes con 14% de la población total.

Factor 3 Prioridad a la pareja (PP): Dentro de este factor se encuentran en la categoría Bajo 201 estudiantes, que equivale al 72% de la población, en la categoría Significativo 30 estudiantes, que equivale al 11%, en Moderado 25 estudiantes con un 9% y por último en la categoría Alto a 24 estudiantes con 8% de la población total.

Factor 4 Necesidad de acceso a la pareja (NAP): Dentro de este factor se encuentran en la categoría Bajo 107 estudiantes, que equivale al 38% de la población, en la categoría Significativo 42 estudiantes, que equivale al 15%, en Moderado 68 estudiantes con un 24% y por último en la categoría Alto a 63 estudiantes con 23% de la población total.

Factor 5 Deseos de exclusividad (DEX): Dentro de este factor se encuentran en la categoría Bajo 197 estudiantes, que equivale al 70% de la población, en la categoría Significativo 35 estudiantes, que equivale al 13%, en Moderado 16 estudiantes con un 6% y por último en la categoría Alto a 32 estudiantes con 11% de la población total.

Factor 6 Subordinación y sumisión (SS): Dentro de este factor se encuentran en la categoría Bajo 136 estudiantes, que equivale al 49% de la población, en la categoría Significativo 68 estudiantes, que equivale al 24%, en Moderado 34 estudiantes con un 12% y por último en la categoría Alto a 42 estudiantes con 15% de la población total.

Factor 7 Deseos de control y dominio (DCD): Dentro de este factor se encuentran en la categoría Bajo 210 estudiantes, que equivale al 75% de la población, en la categoría Significativo 27 estudiantes, que equivale al 10%, en Moderado 31 estudiantes con un 11% y por último en la categoría Alto a 12 estudiantes con 4% de la población total.

Con base en las cantidades correspondientes para las estudiantes y sus respectivos porcentajes en cada factor, se da respuesta a las preguntas de investigación, deduciendo que la mayor parte de la población de mujeres estudiantes de la Escuela Superior de Enfermería N° 4 de Taxco de Alarcón Guerrero, se encuentra en la categoría diagnóstica Bajo con 183 estudiantes, equivalente al 65%. El factor que ejerce mayor nivel de dependencia emocional, es Necesidad de acceso a la pareja y el que ejerce menor nivel de dependencia emocional en la misma población es Deseos de control y dominio.

Esta investigación concluye mostrando que para las mujeres estudiadas, el principal problema en sus relaciones de pareja reside en estar o sentir cerca al ser amado, esto podría deberse a una falta de autonomía, baja autoestima o inseguridad, que desencadenan impulsos de su parte por querer saber dónde se encuentra, con quien se encuentra y demás actitudes que solo

le causan conflictos o pensamientos tormentosos, esto es grave porque está por demás comentar que la persona sufre por su miedo y por sentirse impotente ante la distancia que la separa de su pareja, impidiéndole centrar sus atenciones, en este caso en sus estudios o hacer de lado la parte social, puesto que para ella su pareja es su centro de interés, es de las personas que más importan en su vida.

Aun cuando se reconoce que este factor de dependencia emocional es foco de atención, no representa de manera significativa un problema grave para esta población universitaria, porque incluso cuando obtuvieron la categoría Alto, los porcentajes de esta categoría se mantuvieron en niveles inferiores en comparación al resto de las categorías. Justificando esto, además, con que de forma general 183 estudiantes se encuentran en un nivel Bajo de dependencia emocional, 53 en Significativo, 20 en Moderado y 24 en Alto, por lo que ese considera que la mayor parte de la población se encuentra estable y no reconocen a la dependencia emocional como un problema que este afectándoles.

Con lo que respecta al resto de la población que se encuentran en los niveles Significativo, Moderado y Alto se hacen las siguientes recomendaciones:

Se sugiere llevar a cabo en los primeros meses de cada ciclo escolar una conferencia-taller a la comunidad universitaria, con el propósito de que se conozca sobre el tema de la dependencia emocional, sus características y todo lo que implica estar dentro de una relación de este tipo, con el fin de que reconozcan si estuvieron o se encuentran en una situación similar, asimismo que esta información sirva como herramienta para relaciones futuras, donde sepan identificar y a qué redes de apoyo poder acudir.

La idea es que esta conferencia-taller se realice durante dos semanas para que cada grupo asista en un horario definido con el principal objetivo de que la información sea concreta y de

interés para los alumnos implementando e innovando estrategias en cada ciclo escolar. Dentro de los talleres se planea la realización de diversas dinámicas y la aplicación del Inventario de Dependencia Emocional (IDE), del cual ya obtenidos los resultados de cada uno dárseles a conocer de forma personal, esto bajo las normas de confidencialidad. En los casos particulares que salieran con niveles elevados en dependencia emocional se les hacerles la invitación para acudir directamente con un psicólogo para dar continuidad e iniciar con un tratamiento psicológico.

De forma general a la población universitaria proporcionarles información sobre los centros de atención psicológica con los que se cuenta en la ciudad de Taxco de Alarcón, Guerrero. De igual manera se facilitarles trípticos o folletos sobre el tema para que la información que reciban sea compartida con familiares o amigos con la intención de que quien requiera apoyo acuda inmediatamente a la asesoría de un psicólogo.

Bibliohemerografía

- Aiquipa, J. J. (2015). *IDE: Inventario de Dependencia Emocional*. México: El manual moderno.
- Arregosés, L., Brito, L., y Pumarejo, K. (2019). *Una revisión documental sobre depresión y dependencia emocional en adolescentes y jóvenes* (tesis de pregrado). Universidad Cooperativa de Colombia, Santa Marta.
- Anguiano, G., y Sánchez, S. (2004). *La necesidad de dependencia afectiva y la tolerancia al maltrato psicológico en mujeres* (Tesis de pregrado). Universidad Nacional Autónoma de México, Ciudad de México.
- Bowlby, J. (1973). *La separación afectiva*. Buenos Aires, Argentina: Paidós.
- Bucay, J. (2010). *El camino de la Autodependencia*. Buenos Aires, Argentina: Grijalbo.
- Castelló, J. (2005). *Dependencia Emocional. Características y Tratamiento*. Madrid: Alianza.
- Castelló, J. (20012). *La Superación de la Dependencia Emocional*. Málaga, España: Corona Borealis.
- Cid, A. (2009). *La dependencia emocional: Una visión integradora*. Recuperado de https://docplayer.es/13007661-La-dependencia-emocional-una-vision-integradora-adriana-karen-cid-mireles.html#show_full_text
- Congost, S. (2013). *Cuando amar demasiado es depender*. Barcelona, España: Planeta.
- Deza, S. (2012). ¿Por qué las mujeres permanecen en relaciones de violencia?. *Unifé*, 20(1), 45-55. Recuperado de <http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2012/sabinadeza.pdf>

Forward, S. (1986). *Cuando el amor es odio: hombres que odian a las mujeres y mujeres que siguen amándolos*. Nueva York: Bantam Books, inc.

Garfias, V. (2016). *Psicoterapia breve enfocada en soluciones para el tratamiento de la dependencia emocional en parejas de Agua Dulce, Veracruz* (Tesis de pregrado). Universidad de Sotavento A.C., Coatzacoalcos, Veracruz.

González, A., & Hernández, M. (2014). Emotional dependency base on the gender of young adolescents in Almeria, Spain. *Elsevier*. Recuperado de <https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S1877042814032583?token=EEE08BED9B4246A359B968C531226D415B70AAADC897921B0111B1067070B0FF22E4892E715A2FC491CB63FB73F1D1>

Hernández-Sampieri, R., y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la Investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Ciudad de México, México: McGRAW-HILL INTERAMERICANA EDITORES, S.A. de C. V.

Instituto Nacional de Estadística y Geografía (2018). Estadísticas a propósito del día internacional de la eliminación de la violencia contra la mujer [https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/aproposito/2018/violencia2018_Nal.pdf]. INEGI, (588/18), pág. 1-12.

Instituto Nacional de Estadística, Geografía e informática (2019). *Mujeres y Hombres en México 2019*. México: INEGI.

Izquierdo, S., y Gómez-Acosta, A. (2013). Dependencia Afectiva: Abordaje desde una perspectiva contextual. *Psychologia Avances de la disciplina*. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/2972/297226904011.pdf>

- Jeslyn, Johnson., & Gianella, Silva. (2017). *Dependencia Emocional y Características de la Personalidad en Estudiantes Universitarios* (Tesis de pregrado). Universidad Señor de Sipán, Pimentel.
- Juan, Riofrio., & Milusca del Rocío, Villegas. (2016). *Distorsiones Cognitivas Según Niveles de Dependencia Emocional en Universitarios-Pimentel* (tesis de pregrado). Psicología de la Universidad Señor de Sipán, Chiclayo, Perú.
- Laca, F., y Mejía, J. (2017). Dependencia emocional, conciencia del presente y estilos de comunicación en situaciones de conflicto con la pareja. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 22(1), 66-75. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/292/29251161006.pdf>
- Lemos, M., y Londoño, N. (2006). CONSTRUCCIÓN Y VALIDACIÓN DEL CUESTIONARIO DE DEPENDENCIA EMOCIONAL EN POBLACIÓN COLOMBIANA. *Acta Colombiana de Psicología*, 9(2), 127-140. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=79890212>
- Manual, DSM-V. (2014). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales: DSM-V, Quinta edición*. Arlington, E.U: American Psychiatric Association.
- Manuel, Núñez. (2019). *Dependencia Afectivo Emocional y Dimensiones de Personalidad en Estudiantes Universitarios, 2018* (tesis de pregrado). Universidad Señor de Sipán, Pimentel-Perú.
- Martin, N., De Miguel, J., y Gómez, P. (2014, marzo, 30). El efecto del deseo de control en el desarrollo de competencias. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*. Recuperado de [El efecto del deseo de control en el desarrollo de competencias \(core.ac.uk\)](http://core.ac.uk)

Massa, J.E., Pat, Y.M., Keb, R.A., Canto, M.V., y Chan, N. (2011). LA DEFINICION DE AMOR Y DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES DE MERIDA, YUCATAN.

Revista electrónica de psicología Iztacala. 14(3), 176-193. Recuperado de

<http://www.revistas.unam.mx/index.php/repi/article/view/27652/25604>

Montes, E. (2018). *AGRESIVIDAD Y DEPENDENCIA EMOCIONAL EN DOLESCENTES QUE TIENEN PAREJA EN UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ESTATAL* (Tesis de Pregrado).

Universidad Nacional Federico Villareal, Lima, Perú.

Moral, M. y Sirvent, C. (2009). Dependencia Afectiva y Género: Perfil Sintomático Diferencial en Dependientes Afectivos Españoles. *Interamerican journal of psychology*, 43(2), 230-240.

Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28412891004>

Norwood, R. (1986). *Las mujeres que aman demasiado*. Buenos Aires, Argentina: Javier Vegara.

Oropeza, R. (2011). *Dependencia emocional, violencia y satisfacción marital en la relación de pareja* (Tesis de pregrado). Universidad Nacional Autónoma de México, Ciudad de México.

Ramírez, C. A. y Núñez, D. A. (2010). Violencia en la relación de noviazgo en jóvenes universitarios: Un estudio exploratorio. *Enseñanza e investigación en psicología*. 15 (2), 273-283.

Real Academia Española. (s.f.). *Definiciones*. En *Diccionario de la lengua española*.

Recuperado en 27 de enero de 2021 de, <https://dle.rae.es/diccionario>

Reyes, S. (2018). *DEPENDENCIA EMOCIONAL E INTOLERANCIA A LA SOLEDAD* (tesis de pregrado). Universidad Rafael Landívar, Quetzaltenango.

Riso, W. (2013). *Desapegarse sin anestesia: cómo fortalecer la independencia emocional*.

Barcelona, España: Planeta.

Riso, W. (2013). *Guía Práctica Para Vencer La Dependencia Emocional*. España: Phronesis.

Riso, W. (2008) *¿Amar o depender?*. Argentina: Planeta.

Rodríguez, I. (2013). La Dependencia Emocional en las Relaciones Interpersonales. *Revista electrónica de investigación Docencia Creativa*. Recuperado de

<https://digibug.ugr.es/bitstream/handle/10481/27754/ReiDoCrea-Vol.2-Art.19->

[Rodriguez.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://digibug.ugr.es/bitstream/handle/10481/27754/ReiDoCrea-Vol.2-Art.19-Rodriguez.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Sánchez, M. (2011). *Apego en la Infancia y Apego Adulto: Influencia en las relaciones amorosas y sexuales* (Trabajo de grado). Universidad de Salamanca, Salamanca.

Sociedad Mexicana de Psicología. (2010). *Código ético del psicólogo*. Trillas.

Tecillo, J. (2016). *Propuesta: Taller de sensibilización para jóvenes mujeres entre 18 a 25 años de edad que presentan un cuadro de dependencia emocional* (Tesis de pregrado). Universidad

Nacional Autónoma de México, Ciudad de México.

Villegas, M. (2006). AMOR Y DEPENDENCIA EN LAS RELACIONES DE PAREJA. *Revista en Psicoterapia*, 17(68), 5-68. Recuperado de

https://www.centroitaca.com/pdf/biblioteca/Amor_13.pdf

6. Glosario

Cognitivo Conductual: Favorece los procesos de cambio esquemático y de repertorio conductual que garanticen la prevención de trastornos, pero por otro lado, promover estilos de vida más saludables.

Egocéntrico: Es un adjetivo que describe a alguien que se considera como el centro de todos los intereses, el centro de atención, el centro de todo o el centro del mundo, que cree que sus propias opiniones e intereses son más importantes que las de los demás.

Enfoque psicosocial: Es la aproximación teórica y empírica- de aún difícil definición- que vincula al individuo con la sociedad.

Factores: Elementos que pueden condicionar una situación, volviéndose los causantes de la evolución o transformación de los hechos.

Narcisismo: Es el exagerado amor y admiración que siente el sujeto hacia sí mismo.

Patología: El término “patología”, sinónimo patológica, tiene dos raíces, la palabra deriva del griego pathos y logos, que significan “enfermedad” y “estudio de”, respectivamente.

Personalidad histriónica: Estas personas buscan siempre ser el centro de atención. En sus interacciones sociales su principal objetivo es destacar. Sus intervenciones suelen ser exageradas, a veces dramáticas.

Pleitesía: Rendimiento, muestra reverente de cortesía.

Subordinación: Es un término de origen latino que se refiere a la relación de dependencia entre un elemento y otro.

Vinculo: Proveniente del latín “vinculum” y significa unión, lazo, atadura, sujeción, relación entre dos cosas, dos personas o animales, o una persona y una cosa o animal.

Bibliohemerografía del Glosario

Cognitivo Conductual (2021). Consultado el 31 de agosto del 2021. Disponible en:

http://www.upbbga.edu.co/filesupb/ENFOQUE_COGNITIVO.pdf

Egocéntrico (2013). Consultado el 31 de agosto del 2021. Disponible en:

<https://www.significados.com/egocentrico/>

Enfoque psicosocial (2019). Consultado el 31 de agosto del 2021. Disponible en:

<https://revistaschilenas.uchile.cl/handle/2250/90001>

Factores (2009). Consultado el 31 de agosto del 2021. Disponible en: [Definición de Factores »](#)

[Concepto en Definición ABC \(definicionabc.com\)](#)

Narcisismo (2013). Consultado el 31 de agosto del 2021. Disponible en:

<https://www.significados.com/narcisista/>

Patología (2019). Consultado el 01 de septiembre del 2021. Disponible en:

<https://accessmedicina.mhmedical.com/content.aspx?bookid=1493§ionid=102867681>

Personalidad histriónica (2018). Consultado el 01 de septiembre del 2021. Disponible en:

<https://www.areahumana.es/histrionico-personalidad-histrionica/>

Pleitesía (2021). Consultado el 01 de septiembre del 2021. Disponible en:

<https://dle.rae.es/pleites%C3%ADa>

Subordinación (2021). Consultado el 01 de septiembre del 2021. Disponible en:

<https://definicion.de/subordinacion/>

Vinculo (2021). Consultado el 01 de septiembre de 2021. Disponible en:

<https://deconceptos.com/general/vinculo>

Anexo “A” Consentimiento Informado



CENTRO UNIVERSITARIO DE TAXCO
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA

INCORPORADO A LA UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
CLAVE: UNAM 8991-25 ACUERDO CIREyTG32/13 de fecha 2013/2014

CARTA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

FECHA: _____

A quien corresponda:

Por medio de este documento, doy mi consentimiento para la participación en la investigación: “Factores de dependencia emocional en mujeres universitarias en Taxco de Alarcón, Guerrero”. Recibí la explicación de los objetivos, la finalidad del estudio y su importancia de forma general.

Se me ha notificado lo siguiente: mi participación es voluntaria, todo será en calidad de anónimo y no expondré mi nombre, toda la información que proporcione, será solo para fines de la investigación.

Los resultados serán difundidos de manera general, protegiendo la individualidad y anonimato de las estudiantes, por lo que estoy de acuerdo en participar y expreso mi conformidad firmando el presente consentimiento.

Firma de aceptación

Nombre y firma del investigador

Nombre y firma del investigador



Anexo “B” Inventario de Dependencia Emocional

INVENTARIO IDE

Instrucciones Generales

Este cuestionario contiene una serie de frases que las personas suelen utilizar para describirse a sí mismas con respecto a su relación de pareja.

Si es que actualmente no tiene pareja, piense en su (s) relación (es) de pareja o (s) anterior (es) y conteste en función a ello. Lea cada frase y decida si las oraciones que aparecen a continuación le describen de acuerdo a como, generalmente, siente, piensa o actúa en su relación de pareja, eligiendo sus respuestas. Las alternativas de respuesta son:

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. Regularmente es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Muy frecuente o siempre es mi caso

Así por ejemplo, si la frase fuera: “Me siento feliz cuando pienso en mi pareja”, y se responde marcando la alternativa “4”, significa que “**muchas veces** me siento feliz cuando pienso en mi pareja”.

No existen respuestas correctas o incorrectas, buenas o malas. Tampoco hay límite de tiempo para contestar las preguntas, pero lo mejor es hacerlo con rapidez, sin pensarlo mucho. Trate de ser **SINCERA CONSIGO MISMA** y contestar con espontaneidad.

N°	Pregunta	1 Rara vez	2 Pocas veces	3 Regular- mente	4 Muchas veces	5 Siempre o muy frecuentemente
1.	Me asombro de mi misma por todo lo que he hecho por retener a mi pareja.					
2.	Tengo que dar a mi pareja todo mi cariño para que me quiera.					
3.	Me entrego demasiado a mi pareja.					
4.	Me angustia mucho una posible ruptura con mi pareja.					

5.	Necesito hacer cualquier cosa para que mi pareja no se aleje de mi lado.					
6.	Si no está mi pareja, me siento intranquila.					
7.	Mucho de mi tiempo libre, quiero dedicarlo a mi pareja.					
8.	Durante mucho tiempo he vivido para mi pareja.					
9.	Me digo y redigo: “¡se acabó!”, pero luego llego a necesitar tanto de mi pareja que voy detrás de él/ella.					
10.	La mayor parte del día pienso en mi pareja.					
11.	Mi pareja se ha convertido en una “parte” mía.					
12.	A pesar de las discusiones que tenemos, no puedo estar sin mi pareja.					
13.	Es insoportable la soledad que se siente cuando se rompe con una pareja.					
14.	Reconozco que sufro con mi pareja, pero estaría peor sin ella.					
15.	Tolero algunas ofensas de mi pareja para que nuestra relación no termine.					
16.	Si por mí fuera, quisiera vivir siempre con mi pareja.					
17.	Aguanto cualquier cosa para evitar una ruptura con mi pareja.					
18.	No sé qué haría si mi pareja me dejara.					
19.	No soportaría que mi relación de pareja fracase.					
20.	Me importa poco que digan que mi relación de pareja es dañina, no quiero perderla.					
21.	He pensado: “Qué sería de mí si un día mi pareja me dejara”					
22.	Estoy dispuesta a hacer lo que fuera para evitar el abandono					

	de mi pareja.					
23.	Me siento feliz cuando pienso en mi pareja.					
24.	Vivo mi relación de pareja con cierto temor a que termine.					
25.	Me asusta la sola idea de perder a mi pareja.					
26.	Creo que puedo aguantar cualquier cosa para que mi relación de pareja no se rompa.					
27.	Para que mi pareja no termine conmigo, he hecho lo imposible.					
28.	Mi pareja se va a dar cuenta de lo que valgo, por eso tolero su mal carácter.					
29.	Necesito tener presente a mi pareja para poder sentirme bien.					
30.	Descuido algunas de mis responsabilidades laborales y/o académicas por estar con mi pareja.					
31.	No estoy preparada para el dolor que implica terminar una relación de pareja.					
32.	Me olvido de mi familia, de mis amigos y de mí cuando estoy con mi pareja.					
33.	Me cuesta concentrarme en otra cosa que no sea mi pareja.					
34.	Tanto el último pensamiento al acostarme como el primero al levantarme es sobre mi pareja.					
35.	Me olvido del “mundo” cuando estoy con mi pareja.					
36.	Primero está mi pareja, después los demás.					
37.	He relegado algunos de mis intereses personales para satisfacer a mi pareja.					
38.	Debo ser el centro de atención en la vida de mi pareja.					

39.	Me cuesta aceptar que mi pareja quiera pasar un tiempo solo(a).					
40.	Suelo postergar algunos de mis objetivos y metas personales por dedicarme a mi pareja.					
41.	Si por mi fuera me gustaría vivir en una isla con mi pareja.					
42.	Yo soy sólo para mi pareja.					
43.	Mis familiares y amigos me dicen que he descuidado mi persona por dedicarme a mi pareja.					
44.	Quiero gustar a mi pareja lo más que pueda.					
45.	Me aislé, de las personas cuando estoy con mi pareja.					
46.	No soporto la idea de estar mucho tiempo sin mi pareja.					
47.	Siento fastidio cuando mi pareja disfruta la vida sin mí.					
48.	No puedo dejar de ver a mi pareja.					
49.	Vivo para mi pareja.					

Anexo "C" Permiso



CENTRO UNIVERSITARIO DE TAXCO
LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA

INCORPORADO A LA UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
CLAVE: UNAM 8991-25 ACUERDO CIREyTG32/13 de fecha 2013/2014

Taxco de Alarcón, Guerrero a 13 de abril de 2021.

MCM. ROSALINDA VILLA JUÁREZ
DIRECTORA GENERAL DE LA ESCUELA SUPERIOR DE ENFERMERIA #4

PRESENTE

Por este conducto me permito poner a su consideración a la **C. Brenda Aguilar Fuentes** y al **C. José Lagunas Gonzales** alumnos de esta Institución, quien actualmente han concluido la **Licenciatura en Psicología** y que desean realizar su Trabajo de Investigación de Tesis, que lleva por nombre " Factores de dependencia emocional en mujeres universitarias en Taxco de Alarcón, Guerrero". En la Institución que usted dignamente representa.

En espera de una respuesta satisfactoria le agradecería firmar y sellar la copia del presente escrito.

Sin más por el momento le envío un cordial saludo y le doy las gracias por la atención prestada.

ATENTAMENTE
POR UNA SOCIEDAD JUSTA



CENTRO UNIVERSITARIO DE TAXCO
INCORPORADO A LA UNIVERSIDAD NACIONAL
AUTÓNOMA DE MÉXICO CLAVE 8991

Claudia N. Castrejon
LIC. CLAUDIA NARVAEZ CASTREJON
DIRECTORA TECNICA

Recibido: Nataly Chavarieta.

Anexo "D" Evidencia del consentimiento informado



CENTRO UNIVERSITARIO DE TAXCO LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA

INCORPORADO A LA UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
CLAVE: UNAM 8991-25 ACUERDO CIREYTG32/13 de fecha 2013/2014

CARTA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

FECHA: 03/Mayo/2021

A quien corresponda:

Por medio de este documento, doy mi consentimiento para la participación en la investigación: "Factores de dependencia emocional en mujeres universitarias en Taxco de Alarcón, Guerrero". Recibí la explicación de los objetivos, la finalidad del estudio y su importancia de forma general.

Se me ha notificado lo siguiente: mi participación es voluntaria, todo será en calidad de anónimo y no expondré mi nombre, toda la información que proporcione, será solo para fines de la investigación.

Los resultados serán difundidos de manera general, protegiendo la individualidad y anonimato de las estudiantes, por lo que estoy de acuerdo en participar y expreso mi conformidad firmando el presente consentimiento.

Firma de aceptación

Nombre y firma del investigador

Nombre y firma del investigador

Anexo “E” Evidencia del IDE

INVENTARIO IDE

Instrucciones Generales

Este cuestionario contiene una serie de frases que las personas suelen utilizar para describirse a sí mismas con respecto a su relación de pareja.

Si es que actualmente no tiene pareja, piense en su (s) relación (es) de pareja o (s) anterior (es) y conteste en función a ello. Lea cada frase y decida si las oraciones que aparecen a continuación le describen de acuerdo a como, generalmente, siente, piensa o actúa en su relación de pareja, eligiendo sus respuestas. Las alternativas de respuesta son:

1. Rara vez o nunca es mi caso
2. Pocas veces es mi caso
3. Regularmente es mi caso
4. Muchas veces es mi caso
5. Muy frecuente o siempre es mi caso

Así por ejemplo, si la frase fuera: “Me siento feliz cuando pienso en mi pareja”, y se responde marcando la alternativa “4”, significa que “**muchas veces** me siento feliz cuando pienso en mi pareja”.

No existen respuestas correctas o incorrectas, buenas o malas. Tampoco hay límite de tiempo para contestar las preguntas, pero lo mejor es hacerlo con rapidez, sin pensarlo mucho. Trate de ser **SINCERA CONSIGO MISMA** y contestar con espontaneidad.

Nº	Pregunta	1 Rara vez	2 Pocas veces	3 Regular- mente	4 Muchas veces	5 Siempre o muy frecuentemente
1.	Me asombro de mi misma por todo lo que he hecho por retener a mi pareja.	✓				
2.	Tengo que dar a mi pareja todo mi cariño para que me quiera.	✓				
3.	Me entrego demasiado a mi pareja.			✓		
4.	Me angustia mucho una posible ruptura con mi pareja.	✓				
5.	Necesito hacer cualquier cosa para que mi pareja no se aleje de mi lado.	✓				
6.	Si no está mi pareja, me siento intranquila.		✓			
7.	Mucho de mi tiempo libre, quiero dedicarlo a mi pareja.			✓		
8.	Durante mucho tiempo he vivido para mi pareja.	✓				

Nº	Pregunta	1 Rara vez	2 Pocas veces	3 Regular- mente	4 Muchas veces	5 Siempre o muy frecuente
9.	Me digo y redigo: "¡se acabó!", pero luego a necesitar tanto de mi pareja que voy detrás de él/ella.	✓				
10.	La mayor parte del día pienso en mi pareja.			✓		
11.	Mi pareja se ha convertido en una "parte" mía.		✓			
12.	A pesar de las discusiones que tenemos, no puedo estar sin mi pareja.	✓				
13.	Es insoportable la soledad que se siente cuando se rompe con una pareja.	✓				
14.	Reconozco que sufro con mi pareja, pero estaría peor sin ella.	✓				
15.	Tolero algunas ofensas de mi pareja para que nuestra relación no termine.	✓				
16.	Si por mí fuera, quisiera vivir siempre con mi pareja.	✓				
17.	Aguanto cualquier cosa para evitar una ruptura con mi pareja.	✓				
18.	No sé qué haría si mi pareja me dejara.	✓				
19.	No soportaría que mi relación de pareja fracase.	✓				
20.	Me importa poco que digan que mi relación de pareja es dañina, no quiero perderla.	✓				
21.	He pensado: "Qué sería de mí si un día mi pareja me dejara"	✓				
22.	Estoy dispuesta a hacer lo que fuera para evitar el abandono de mi pareja.	✓				
23.	Me siento feliz cuando pienso en mi pareja.			✓		
24.	Vivo mi relación de pareja con cierto temor a que termine.	✓				
25.	Me asusta la sola idea de perder a mi pareja.	✓				
26.	Creo que puedo aguantar cualquier cosa para que mi relación de pareja no se rompa.	✓				
27.	Para que mi pareja no termine conmigo, he hecho lo imposible.	✓				
28.	Mi pareja se va a dar cuenta de lo que valgo, por eso tolero su mal carácter.	✓				

Nº	Pregunta	1 Rara vez	2 Pocas veces	3 Regular- mente	4 Muchas veces	5 Siempre o muy frecuentemente
29.	Necesito tener presente a mi pareja para poder sentirme bien.		✓			
30.	Descuido algunas de mis responsabilidades laborales y/o académicas por estar con mi pareja.		✓			
31.	No estoy preparada para el dolor que implica terminar una relación de pareja.	✓				
32.	Me olvido de mi familia, de mis amigos y de mí cuando estoy con mi pareja.	✓				
33.	Me cuesta concentrarme en otra cosa que no sea mi pareja.	✓				
34.	Tanto el último pensamiento al acostarme como el primero al levantarme es sobre mi pareja.	✓				
35.	Me olvido del "mundo" cuando estoy con mi pareja.		✓			
36.	Primero está mi pareja, después los demás.	✓				
37.	He relegado algunos de mis intereses personales para satisfacer a mi pareja.	✓				
38.	Debo ser el centro de atención en la vida de mi pareja.	✓				
39.	Me cuesta aceptar que mi pareja quiera pasar un tiempo solo(a).	✓				
40.	Suelo postergar algunos de mis objetivos y metas personales por dedicarme a mi pareja.	✓				
41.	Si por mi fuera me gustaría vivir en una isla con mi pareja.	✓				
42.	Yo soy sólo para mi pareja.	✓				
43.	Mis familiares y amigos me dicen que he descuidado mi persona por dedicarme a mi pareja.	✓				
44.	Quiero gustar a mi pareja lo más que pueda.		✓			
45.	Me aislé, de las personas cuando estoy con mi pareja.	✓				
46.	No soporto la idea de estar mucho tiempo sin mi pareja.	✓				
47.	Siento fastidio cuando mi pareja disfruta la vida sin mí.	✓				
48.	No puedo dejar de ver a mi pareja.	✓				
49.	Vivo para mi pareja.	✓				

Anexo “F” Evidencias de la aplicación



