



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA**

Informe final de investigación previo a la obtención del título de Psicólogo Clínico

**TRABAJO DE TITULACIÓN**

Perfil cognitivo de la dependencia emocional en estudiantes de la Universidad Nacional de Chimborazo, 2020

**Autores:**

Juan Jose Bermeo Medina

Jenny Gabriela González Uquillas

**Tutora:**

Psi. Cl. Mayra Elizabeth Castillo Gonzáles. Mgs.

**Riobamba- Ecuador**

**2020**

## **APROBACIÓN DEL TUTOR**

Mgs. Mayra Elizabeth Castillo Gonzáles, docente de la Carrera de Psicología Clínica de la Facultad de Ciencias de la Salud, de la Universidad Nacional de Chimborazo.

### **CERTIFICO**

Haber asesorado y revisado el informe final del proyecto de investigación titulado **“PERFIL COGNITIVO DE LA DEPENDENCIA EMOCIONAL EN LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO, 2020.”**, realizado por la Sra. Jenny Gabriela González Uquillas con C.C. 0604075598 y por el Sr. Juan Jose Bermeo Medina con C.C.0605491224, el mismo que cumple con los parámetros establecidos por la institución, por lo tanto, se encuentra **APROBADO Y APTO PARA PRESENTARSE A LA DEFENSA.**

Para constancia de lo expuesto firma:



.....  
Mgs. Mayra Elizabeth Castillo Gonzáles  
**TUTORA**

Riobamba, 14 de Junio de 2021.

## APROBACIÓN DEL TRIBUNAL

Los docentes de la Carrera de Psicología Clínica de la Universidad Nacional de Chimborazo, Miembros del Tribunal de Graduación del proyecto de investigación titulado “PERFIL COGNITIVO DE LA DEPENDENCIA EMOCIONAL EN LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO, 2020.”, presentado por los estudiantes Jenny Gabriela González Uquillas con C.C.0604075598 y Juan Jose Bermeo Medina con C.C.0605491224, dirigido por Mgs. Mayra Elizabeth Castillo Gonzáles.

Una vez realizado el informe final del proyecto de investigación escrito, con fines de titulación, en el que se ha constatado el cumplimiento de las observaciones realizadas, se encuentra APROBADO Y APTO PARA PRESENTARSE A LA DEFENSA.

Para constancia de lo expuesto firman:

Mgs. Mayra Castillo Gonzáles

**Tutora**



Mgs. Lilian Granizo Lara

**Miembro de Tribunal**

A stylized signature in pink is placed over the text. The text reads: "LILIAN VERONICA GRANIZO LARA". To the right, it says: "Firmado digitalmente por LILIAN VERONICA GRANIZO LARA Fecha: 2021.06.02 10:59:43 -05'00'".

Mgs. Renata Aguilera Vásconez

**Miembro de Tribunal**

A stylized signature in pink is placed over the text. The text reads: "RENATA PATRICIA AGUILERA VASCONEZ". To the right, it says: "Firmado digitalmente por RENATA PATRICIA AGUILERA VASCONEZ Fecha: 2021.06.02 09:50:27 -05'00'".

Riobamba, 02 de Junio de 2021.

## AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN

Nosotros, Bermeo Medina Juan Jose con C.I. 0605491224 y González Uquillas Jenny Gabriela con C.I. 0604075598, declaramos ser responsables de las ideas, resultados y propuestas planteadas en este proyecto de investigación titulado: **“PERFIL COGNITIVO DE LA DEPENDENCIA EMOCIONAL EN LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO, 2020.”**, y que el patrimonio intelectual del mismo pertenece a la Universidad Nacional de Chimborazo.



---

Juan Jose Bermeo Medina

C.I. 060549122-4



---

Jenny Gabriela González Uquillas

C.I. 060407559-8

## AGRADECIMIENTO

Quiero agradecer a todas las personas que me acompañaron y fueron un impulso para este arduo camino y la culminación de este gran sueño. En primer lugar, a Dios por guiarme hasta lograr cumplir una de mis metas, a mis padres Sra. Janneth Lilian Uquillas Noriega y Abg. César Florencio González Pareja por el amor, la confianza y el apoyo incondicional, a mi familia, mi abuelita Ángela Teresa Noriega Guerra, mi tío Hernán Salas y prima Lizbeth Noriega, por aconsejarme, ayudarme a continuar en todo momento y haber estado cuando más los necesité. A mi tutora Dr. Mayra Castillo, por las herramientas y el conocimiento impartido a lo largo de mi carrera.

Jenny Gabriela González Uquillas

Para iniciar tengo que impregnar el nombre de la persona más increíble, trabajadora, verás, honesta, responsable, respetuosa y a la mujer que le debo todo lo que hoy en día soy, le agradezco a mi madre la Sra. Rosa Evangelina Medina Arévalo por siempre apoyarme en todo momento y lo largo de mi vida. A mi hermana Lic. Adriana Valeria Bermeo Medina por ser mi amiga, consejera y por apretarme las riendas cuando lo he necesitado. A mi hermano Sr. Jorge Eduardo Bermeo Medina por enseñarme que una persona con carácter es el ser más noble y cariñoso que puede existir. A mi hermano menor Christopher Renato Bermeo Medina por ser mi mejor amigo y el ser más incondicional que tengo en mi vida. A mi tutora Dra. Mayra Castillo, por ser la gran guía en la travesía más importante en mi vida académica.

Juan Jose Bermeo Medina

## DEDICATORIA

El presente trabajo final de investigación se lo dedico a Dios por darme la fuerza, voluntad y permitirme llegar hasta este momento tan importante de mi vida profesional, a mis padres Sra. Janneth Lilian Uquillas Noriega y Abg. César Florencio González Pareja, por ser ejemplo de lucha y sacrificio siempre predispuestos a todo por verme plenamente realizada y ayudarme en este camino para convertirme en un ser humano respetable y en una excelente profesional. A mi amigo Juan Jose Bermeo Medina por haber sido un apoyo necesario e incondicional en mi vida.

Jenny Gabriela González Uquillas

Este gran esfuerzo académico de investigación se lo dedico a mi madre Sra. Rosa Evangelina Medina Arévalo, por el sacrificio, lucha y la gran entrega que ha realizado a lo largo de su vida para que yo pueda cumplir mis sueños y convertirme en el ser humano que soy al día de hoy, y por ayudarme a conseguir el sueño de mi vida que es recibirme como profesional de la Salud Mental. A mi hermanito Christopher Renato Bermeo Medina y a la niña de mis ojos a mi sobrina Ariana Emilia Bermeo, para invitarles a que sueñen en grande y que sepan que los objetivos que una persona se traza con sacrificio, lucha y entrega se pueden lograr. A mi mejor amiga Jenny Gabriela González Uquillas por ser la persona que siempre ha estado en todas las etapas de mi vida y nunca me ha dejado caer, te agradezco por todo amiga de tantas travesías.

Juan Jose Bermeo Medina

## ÍNDICE GENERAL

AUTORÍA DE LA INVESTIGACIÓN.....	iv
AGRADECIMIENTO .....	v
DEDICATORIA.....	ii
ÍNDICE GENERAL .....	ii
ÍNDICE DE TABLAS .....	iv
RESUMEN .....	v
ABSTRACT.....	vi
KEYWORD .....	vi
INTRODUCCIÓN .....	vii
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....	viii
JUSTIFICACIÓN.....	xi
OBJETIVOS.....	xii
Objetivo General.....	xii
Objetivos Específicos .....	xii
CAPÍTULO I. MARCO TEÓRICO .....	1
1.1.    DEPENDENCIA EMOCIONAL .....	3
1.1.1.    Definiciones de la Dependencia Emocional .....	3
1.1.2.    Características de la Dependencia Emocional .....	4
1.1.2.1.    Área de las Relaciones de Pareja .....	4
1.1.2.2.    Área de las Relaciones con el Entorno Interpersonal.....	5
1.1.2.3.    Área de Autoestima y Estado Anímico.....	6
1.1.3.    Consecuencias de la Dependencia Emocional .....	6
1.2.    PERFIL COGNITIVO DE LA DEPENDENCIA EMOCIONAL.....	7
1.2.1.    Definiciones de Perfil Cognitivo .....	7
1.2.2.    Definiciones de Pensamiento.....	8
1.2.3.    Tipos de Pensamientos.....	8
1.2.4.    Pensamientos Automáticos.....	9
1.2.5.    Distorsiones Cognitivas .....	10
1.2.5.1.    Tipos de Distorsiones Cognitivas.....	10
1.2.6.    Esquemas desadaptativos.....	11
1.2.6.1.    Tipos de esquemas desadaptativos .....	11
1.3.    GLOSARIO.....	12
CAPÍTULO II. METODOLOGÍA.....	15

<b>2.1.</b>	<b>ENFOQUE DE INVESTIGACIÓN</b> .....	15
<b>2.2.</b>	<b>DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN</b> .....	15
<b>2.3.</b>	<b>NIVEL DE LA INVESTIGACIÓN</b> .....	16
<b>2.4.</b>	<b>POBLACIÓN Y MUESTRA</b> .....	16
<b>2.5.</b>	<b>TÉCNICAS Y PROCEDIMIENTOS</b> .....	16
<b>2.6.</b>	<b>PROCESAMIENTO ESTADÍSTICO</b> .....	18
<b>CAPÍTULO III. RESULTADOS Y DISCUSIÓN</b> .....		19
<b>3.1.</b>	<b>RESULTADOS</b> .....	19
<b>3.2.</b>	<b>DISCUSIÓN</b> .....	26
<b>3.3.</b>	<b>CONCLUSIONES</b> .....	31
<b>3.4.</b>	<b>RECOMENDACIONES</b> .....	32
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:</b> .....		33
<b>ANEXOS</b> .....		36



## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Factores de la dependencia emocional .....	19
Tabla 2. Niveles de dependencia emocional .....	20
Tabla 3. Distorsiones cognitivas según los niveles de dependencia emocional .....	21
Tabla 4. Esquemas desadaptativos según nivel de dependencia emocional .....	23
Tabla 5. Correlaciones entre la dependencia emocional, distorsiones cognitivas y esquemas desadaptativos para identificar el perfil cognitivo .....	25

## RESUMEN

La presente investigación analizó el perfil cognitivo de la dependencia emocional en estudiantes de la Carrera de Terapia Física y Deportiva de la Universidad Nacional de Chimborazo en el año 2020, la metodología utilizada tiene un enfoque cuantitativo, de tipo bibliográfica y de campo, el diseño es no experimental y transversal, el nivel es descriptivo y correlacional, la población fue constituida por 425 estudiantes, la muestra es de 228 estudiantes escogidos a través de un muestreo no probabilístico por conveniencia. Los resultados obtenidos de la dependencia emocional son 25% nivel medio y 0.9% nivel alto, los factores de la dependencia emocional que predominan son Ansiedad por separación y Expresión afectiva de la pareja; las distorsiones cognitivas relevantes son: Falacia de Recompensa Divina con un 23.24%, Filtraje con 20.17%, y Visión Catastrófica con un 13.6%, los esquemas desadaptativos que resaltan son: Auto-sacrificio con un 22.8%, Abandono con un 21.92%, Desconfianza/Abuso con un 21.5%. La dependencia emocional es una problemática presente en estudiantes universitarios y poco tomada en cuenta es por ello que se estructuró un perfil cognitivo con distorsiones cognitivas y esquemas desadaptativos que sirvan para comprender este conflicto desde un enfoque cognitivo.

**PALABRAS CLAVES:** Perfil cognitivo, dependencia emocional, esquemas desadaptativos, distorsiones cognitivas, enfoque cognitivo.

## **ABSTRACT**

The present research analyzed the cognitive profile of emotional dependence in students of the Physical and Sports Therapy Career of the National University of Chimborazo in 2020. The methodology used has a quantitative, bibliographic, and field approach. The design is non-experimental and cross-sectional, the level is descriptive and correlational, the population consisted of 425 students, the sample is 228 students chosen through a non-probabilistic convenience sampling. The results obtained from emotional dependence are 25% medium level and 0.9% high level. The factors of emotional dependence that predominate are separation anxiety and affective expression of the partner; the relevant cognitive distortions are: divine reward fallacy with 23.24%, filtering with 20.17%, and catastrophic vision with 13.6%, the maladaptive schemes that stand out are: Self-sacrifice with 22.8%, abandonment with 21.92%, distrust/abuse with 21.5%. Emotional dependence is a problem present in university students and little taken into account, so a cognitive profile was structured with cognitive distortions and maladaptive schemes that serve to understand this conflict from a cognitive approach.

## **KEYWORD**

Cognitive profile, emotional dependence, maladaptive schemes, cognitive distortions, cognitive approach.

Reviewed by:

Dr. Narcisa Fuertes, PhD.

**ENGLISH PROFESSOR**

Cc: 1002091161

## INTRODUCCIÓN

El perfil cognitivo establece que la persona está estructurada por ciertas creencias o ideas las mismas que conllevan a que el sujeto piense, actúe y viva sus emociones de forma particular. Esto permite que se forje el procesamiento de la información percibida, así como la formación de estructuras mentales de sí mismo y del entorno, así la persona se adaptará al medio en el que se desarrolla (Beck, 2000).

La dependencia emocional está estructurada mediante características de necesidades emocionales redundantes en las personas las mismas que por diversas situaciones que se han suscitado en el desarrollo evolutivo dando como resultado relaciones insatisfactorias a nivel interpersonal, provocando desestabilidad en la vida de las personas (Castelló, 2012).

(Lemos, Jaller, González, Díaz, & De la Ossa, 2012), en el aspecto psicológico la dependencia emocional está conformada por características en el ámbito cognitivo, emocional, motivacional y comportamental que van orientados a cumplir con la satisfacción y seguridad a nivel personal, logrando cumplir necesidades en la esfera afectiva, cabe recalcar que la persona no tiene sensación de debilidad a respecto de las demás áreas de su vida.

El objetivo de esta investigación fue analizar el perfil cognitivo de la dependencia emocional en estudiantes de la Carrera de Terapia Física y Deportiva de la Universidad Nacional de Chimborazo en el año 2020, que está conformada por el planteamiento del problema, justificación, objetivos. El marco teórico estará estructurado por antecedentes de investigaciones previas relacionadas a las variables de estudio, posteriormente se desglosará las variables del tema de investigación. Posterior se detallará la metodología utilizada y para finalizar se plasmarán los resultados de los datos obtenidos, los mismos que servirán para proceder con la discusión con estudios anteriores relacionados al tema investigativo y para cerrar el documento se presentará las conclusiones y recomendaciones.

## PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

A nivel mundial un tercio de las parejas padece de dependencia emocional, sabiendo que afecta a la homeostasis de la persona porque intenta satisfacer las demandas afectivas insatisfechas, con el establecimiento de vínculos estrechos y desestructurados, esta problemática que ocasiona trastornos en la salud mental como la ansiedad, depresión, problemas de pareja, problemas de autoestima y está relacionada con la violencia de género la cual tienen influencia en la calidad de vida de las personas (Cabello, 2017).

Es así que en España, (Urbiola , Estévez, Iruarrizaga, & Jauregui, 2017), mediante una investigación se da a conocer que existe una relación positiva entre la dependencia emocional, la autoestima y la sintomatología ansioso-depresiva; en otro estudio de la comunidad universitaria colombiana se determinó que en su mayor parte el género femenino se ve más afectado por la dependencia emocional y cuenta con un perfil cognitivo específico conformado por el esquema de desconfianza/abuso, distorsión cognitiva de falacia de cambio, determinadas características generan mayor tendencia a provocar niveles altos de dependencia emocional, es palpable como la falta de autoestima que desencadena la dependencia emocional logra formar la estructura en la mujer, que tenga ese presentimiento de que su pareja le va a provocar daño o humillar de alguna manera, sin embargo, esperan que en algún momento cambiarán su comportamiento, no obstante, no se logra generar un cambio porque para modificar conductas debe modificarse la estructura cognitiva (Lemos, Jaller, González, Díaz, & De la Ossa, 2012).

(Lescano & Salazar, 2020), determinaron en Perú que las mujeres víctimas de violencia de 18 a 29 años presentan dependencia emocional, problemas que desestructuran las diferentes áreas de desarrollo y el estado físico, ocasionando desajustes en la cotidianidad, lo cual puede verse también relacionado con la investigación desarrollada en el mismo país por parte de (Ponce, Aiquipa, & Arboccó, 2019), en la cual se encontró que un 46% de las mujeres evaluadas mostraron indicios de violencia por parte de la pareja y se encontraron características como: indiferencia, hacia los sentimientos de las participantes, críticas personales, conductas de burla por la condición de ser mujer, conductas manipuladoras, culpabilizar a la pareja por el estado de la relación, comportamientos para generar sufrimiento a la pareja como reclamos o muestras de enfado, amenazas de terminar la relación, agresiones físicas como empujones o bofetadas, e incluso actos y tocamientos sexuales no deseados.

En la provincia de Cotopaxi en población universitaria Ante (2017), determina que la relación entre la dependencia emocional y la autoestima produce predisposición al género femenino, desprendiéndose de su confianza, aceptación y valoración como persona, instaurado por el entorno social y familia; en la ciudad de Riobamba (Aguilera & Llerena, 2015), señalan en su investigación que la dependencia emocional es el desencadenante de vínculos afectivos inseguros, demostrando así que las características de la dependencia emocional juegan un papel crucial al momento que el individuo decida formar vínculos afectivos.

En el desarrollo de prácticas pre-profesionales se ha podido visualizar que existe una gran demanda de atención psicológica debido a conflictos de pareja, entre los problemas que se han observado se encuentra problemas de violencia de género, abuso físico y psicológico, falta de autonomía, conflictos en el área social, personal, familiar, laboral, académica, etc., es por ello que es importante dar prioridad este tipo de problemática que afecta a la población e indagar datos acerca de ello es fundamental para un abordaje adecuado de mencionada temática. Los estudiantes universitarios acorde a su estilo de vida, que en su mayoría viven solos tienen tendencia a desarrollar relaciones sentimentales tempranas sin conocer a la persona con la que deciden formar un vínculo sentimental, en ciertos casos se conoce que se crean problemas de pareja que pueden ocasionar que la persona altere su estado cognitivo y se presenten distorsiones cognitivas y sean reforzadas con esquemas desadaptativos tempranos adquiridos o forjados en los primeros años de vida del sujeto.

En caso de no ejecutarse esta investigación las variables de estudio no serán indagadas y no se obtendrán porcentajes acerca de los niveles y factores predominantes de la dependencia emocional, al igual que, no se logrará saber cuáles son las distorsiones cognitivas y esquemas desadaptativos predominantes en estudiantes universitarios con dependencia emocional, por otra parte al no abordar este tema de investigación la comunidad universitaria no obtendrá información necesaria y la problemática continuaría presente por la desinformación de estos temas importantes.

### **Formulación del problema**

¿Cuáles son las características del perfil cognitivo de la dependencia emocional en estudiantes universitarios?

## **Hipótesis**

Los niveles de dependencia emocional se caracterizan por distorsiones cognitivas y esquemas desadaptativos asociadas con un perfil cognitivo específico en los estudiantes universitarios.

## JUSTIFICACIÓN

La ejecución del presente proyecto de investigación es importante debido a que proporciona a la comunidad porcentajes, información acerca de la dependencia emocional y logra identificar cual es el perfil cognitivo que predominan en dicho problema, puesto que es un tema poco investigado y las publicaciones que detallen las variables expuestas son escasas, la mencionada alteración provoca problemas en distintas áreas: familiar, social, académica, laboral, interpersonal y emocional, es evidente como cada día los problemas suscitados por personas dependientes van en aumento y afecta la calidad de vida en los sujetos.

La investigación brinda información bibliográfica y está desarrollada en el contexto social, esto ayudará a una mejor comprensión de las variables de estudio que en ocasiones es tomada a la ligera por el poco conocimiento e información que se tiene de la identificación de una persona dependiente, que tenga el fin de lograr una sensibilización mediante programas de prevención que contribuyan a informar y prevenir diferentes problemas que ocasionan la dependencia emocional como lo son: la violencia de género, maltrato psicológico, femicidios, baja autoestima, depresión, ansiedad, falta de autonomía, entre otros.

Los beneficiarios directos de la presente investigación será la Carrera de Terapia Física, puesto que identificarán los porcentajes de dependencia emocional y el perfil cognitivo que poseen, así, los estudiantes podrán acceder a programas de prevención que se proporcionarán con la finalidad de prevenir e informar las variables de estudio propuestas. Los beneficios indirectos serán la comunidad universitaria y la población en general debido a que el presente proyecto de investigación podrá visualizarse en la plataforma digital de la Universidad Nacional de Chimborazo para toda aquella persona que busque información o índices de las variables de estudio.

El desarrollo del proyecto de investigación fue posible gracias a las autorizaciones correspondientes por las entidades encargadas de la parte administrativa de la universidad y en especial por el apoyo de los estudiantes que luego de aceptar el consentimiento informado participaron de forma voluntaria en el estudio. En el transcurso de la investigación se contó con los recursos económicos, la adquisición de baterías psicológicas, material bibliográfico, logrando así el óptimo desarrollo del trabajo investigativo con la finalidad de aportar información y un programa preventivo para contrarrestar la problemática abordada.



## **OBJETIVOS**

### **Objetivo General**

- Analizar el perfil cognitivo de la dependencia emocional en estudiantes de la Carrera de Terapia Física y Deportiva de la Universidad Nacional de Chimborazo en el año 2020.

### **Objetivos Específicos**

- Determinar los niveles y factores predominantes de la dependencia emocional de los estudiantes de la Carrera de Terapia Física y Deportiva de la Universidad Nacional de Chimborazo en el año 2020.
- Identificar las distorsiones cognitivas de acuerdo al nivel de dependencia emocional de los estudiantes de la Carrera de Terapia Física y Deportiva de la Universidad Nacional de Chimborazo en el año 2020.
- Investigar los esquemas desadaptativos de acuerdo a la dependencia emocional de los estudiantes de la Carrera de Terapia Física y Deportiva de la Universidad Nacional de Chimborazo en el año 2020.
- Analizar la relación entre las distorsiones cognitivas y esquemas desadaptativos en la dependencia emocional de los estudiantes de la Carrera de Terapia Física y Deportiva de la Universidad Nacional de Chimborazo en el año 2020.

## CAPÍTULO I. MARCO TEÓRICO

### Antecedentes

Para la construcción del proyecto de investigación se han tomado en cuenta las siguientes investigaciones que pertenecen a las variables del título del proyecto:

**Perfil cognitivo de la dependencia emocional en estudiantes universitarios en Medellín, Colombia en el año 2010**, realizado por: Mariantonia Lemos, Cristina Jaramillo, Ana González, Zoraya Díaz y Daniela De La Osa. La mencionada investigación cuenta con los siguientes resultados:

(Lemos, Jaller, González, Díaz, & De la Ossa, 2012), mencionan en su investigación: El objetivo de este estudio fue la identificación del perfil cognitivo de los estudiantes universitarios con dependencia emocional. Ésta se plantea como un patrón orientado al otro como fuente de satisfacción y seguridad personal, donde el perfil cognitivo les llevaría a interpretar los hechos de manera diferente, basándose en cubrir sus necesidades emocionales insatisfechas. Los resultados de esta investigación señalan que las personas con dependencia emocional presentan un perfil cognitivo caracterizado por un esquema desadaptativo temprano de “desconfianza/abuso”, creencias centrales “paranoides” y “dependientes”, una distorsión cognitiva de “falacia de cambio” y “autonomía” como estrategia hipodesarrollada de afrontamiento.

La población de referencia estuvo constituida por estudiantes de una universidad de la ciudad de Medellín (Colombia). Se llevó a cabo un muestreo aleatorio sistemático, por facultades y semestres. El tamaño de la muestra conformada por 569 participantes se obtuvo a partir de una prevalencia de dependencia emocional del 10 % y un error del 5 %, obtenida de datos españoles sobre la misma (La Nueva España, 2006). La muestra estuvo conformada por estudiantes con una edad promedio de 19.89 (DE 2.43) años, con un rango de edad entre los 16 y 31 años. La selección de baterías psicológicas que el estudio fueron: Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE), Cuestionario de Esquemas Desadaptativos Tempranos (Young Schema Questionnaire Long Form - Second Edition [YSQ-L2], 1990), Cuestionario de Creencias Centrales de los Trastornos de la Personalidad (CCE-TP), Inventario de

Pensamientos Automáticos (IPA) y el Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento Modificado. Los resultados obtenidos en el estudio realizado denotaron que los estudiantes obtuvieron puntuaciones entre 23 y 138, con una media de 58.03 (DE = 21.4) puntos. Al dividir la muestra según el percentil 75, se encontró que la dependencia emocional se presenta en 24.6 % de los estudiantes evaluados, con una proporción de 74.6 % en mujeres. No se encontró asociación entre el sexo y la dependencia emocional ( $p = 0.060$ ) (Lemos, Jaller, González, Díaz, & De la Ossa, 2012).

**Dependencia emocional y Estrategias de afrontamiento en mujeres víctimas de violencia de pareja: Centro de Apoyo Integral “Las Tres Manueles” en el año 2019,** realizado por: Paola Zapata Baquero. La mencionada investigación muestra los siguientes resultados:

(Baquero, 2019) determina en su estudio: El objetivo de la investigación es asociar los niveles de dependencia emocional con las estrategias de afrontamiento aplicadas por mujeres víctimas de violencia de pareja y que acuden al Centro de Apoyo Integral “Las tres Manueles” durante el período Abril – Septiembre 2019. La metodología utilizada fue Investigación Cuantitativa, No experimental, Transversal, Descriptiva Asociativa. Con respecto a los niveles de dependencia emocional, mediante la aplicación del Cuestionario de Dependencia Emocional, se determinó que la mayoría de la población estudiada presenta un nivel significativo de dependencia emocional, seguido del nivel de dependencia emocional moderada, siendo el componente expresión afectiva de la pareja el más prevalente en estos casos, por ende, la mayoría de mujeres participantes presenta una necesidad de la persona de tener constantes expresiones de afecto de parte de su pareja, para reafirmar que su relación es sólida, y que el amor está presente, calmando de esta manera su sensación de inseguridad desconfianza. Metodológicamente, el estudio es cuantitativo, no experimental, descriptivo – asociativo, transversal, con una muestra no probabilística de 42 mujeres a quienes se les aplicó el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE), el Cuestionario COPE-28 y una encuesta sociodemográfica. Los resultados muestran una mayor prevalencia del nivel significativo 42.8% y del nivel moderado 33.3% de dependencia emocional; mientras que las estrategias de afrontamiento más utilizadas son aquellas centradas en el problema 69.5%, de las cuales el afrontamiento activo

35.7% y la planificación 28.57% son las más representativas; mientras que los tipos de violencia que se atienden con más frecuencia son la violencia física y la violencia psicológica.

**Dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja**, realizado por Jesús Aiquipa en el año 2015 en la ciudad de Lima-Perú. Obteniendo los siguientes resultados:

(Aiquipa, 2015) señala en su investigación: El objetivo es identificar la relación entre la dependencia emocional y la violencia de pareja en una muestra conformada por mujeres usuarias del servicio de psicología de un establecimiento de salud nacional. Para esto, se sigue un enfoque cuantitativo y se utiliza una estrategia asociativa comparativa. Las categorías de dependencia emocional según el tipo de muestra (con violencia de pareja y sin violencia de pareja). Así, el 96% de la muestra clínica de casos obtuvo la categoría de alto, mientras que, en la muestra de comparación, solo el 19% obtuvo esa categoría, en tanto que el 42% obtuvo la categoría bajo o normal. Los resultados que se han obtenido contribuyen en alguna medida a la comprensión de la mujer violentada por su pareja. Desde este punto de vista, la relación hallada entre la dependencia emocional y la violencia de pareja en la mujer constituye datos empíricos —y no simples conjeturas de sentido común como es frecuente en nuestro medio— que pueden aportar alternativas de intervención psicológicas en la prevención y tratamiento de mujeres víctimas de violencia de pareja.

## **1.1. DEPENDENCIA EMOCIONAL**

### **1.1.1. Definiciones de la Dependencia Emocional**

(Bornstein, 2006) menciona que la dependencia emocional se caracteriza por la presencia cognitiva que tiene una persona de ser protegida o apoyada en las instancias que se presentan, pese a que es independiente de las actividades que realiza.

(Castelló, Dependencia emocional: características y tratamiento., 2005) ilustra que es una escasez afectiva de alto incremento en las relaciones enfocadas a su pareja, es así que se puede extender de siguiente forma:

- La dependencia emocional va encaminada a la necesidad de una persona que tiene hacia otra involucrándose constantemente en las decisiones de sí misma. Existe un

punto de aberración en la relación formando una falta constante de atención, creando ataduras y la demanda absoluta de afecto proveniente de su pareja.

- La dependencia emocional es cubrir las carencias que se formaron a lo largo de la infancia provocadas por la ausencia de afecto producto de una relación no satisfactoria. La dependencia emocional es un conflicto de la personalidad ubicado en la necesidad afectiva.

El dependiente emocional desea constantemente estar con contacto con la otra persona, por consiguiente, el deseo de sostener el control y el dominio de la dinámica afectiva queda de lado, en su lugar, el dependiente emocional busca el contacto y la aceptación frecuente de su pareja (Castelló, La superación de la dependencia emocional, 2012)

### **1.1.2. Características de la Dependencia Emocional**

(Castelló, La superación de la dependencia emocional, 2012), establece las características que se mencionan a continuación:

#### **1.1.2.1. Área de las Relaciones de Pareja**

- Necesidades excesivas del otro: La dependencia emocional que se suscita en una relación sentimental ocasiona que el sujeto dependiente, tenga el deseo constante de estar en comunicación con su cónyuge, colmando la libertad y confianza porque no disfruta de tiempo libre a solas ni con su círculo social. La contraparte de la mencionada situación es que llega un punto de saturación en que la pareja se cansa y puede acarrear un rompimiento de la relación.
- Deseos de exclusividad en la relación: Toda pareja sentimental debe contar con sus aspectos de únicos, pero no deben ser aspectos polarizados debido a que podría tener como consecuencia el distanciamiento con familiares y personas cercanas, por estar bien en la relación y no provocar que el otro se incomode o en algún punto llegar a comprometer la relación sentimental.
- Prioridad de la pareja sobre cualquier otra cosa: Exclusivo de una pareja dependiente, la desvalorización de un integrante de la pareja hace que su entorno se desarrolle en base a la relación sentimental, provoca una falta de valorización si el otro no está presente, las actividades que ejecuta están en entorno a la dinámica de la pareja, apartando sus intereses y valores autónomos.

- Idealización de la pareja: La atribución de un pódium de excelencia de la relación ocasiona que el sujeto no distinga ni de por hechos los defectos del otro, provocando en ciertas instancias el distanciamiento con amistades por comprender sus juicios, llegando a establecer aún más el aferramiento y dependencia de la pareja.
- Relaciones basadas en la sumisión y subordinación: La docilidad es incentivo que la persona dependiente confiere a la pareja, el mismo que se sentirá satisfecho en hacer las actividades que su pareja disponga con la finalidad de tener su aprobación, esto desencadena en niveles elevados de inferioridad y obediencia, logrando obtener maltrato psicológico y en la mayoría de caso maltrato de índole físico.
- Historia de las relaciones de pareja desequilibrada: Es de conocimiento actual que las relaciones sentimentales actuales se tornan conflictivas, luego de un estudio con uno de los implicados en la relación, es que en casi todas por no mencionar en todos los lazos sentimentales se ha podido localizar que existe una secuencia de dependencia y desequilibrio emocional, dejando que sus parejas dominen la relación y creen un poderío no productivo y perjudicial.
- Miedo a la ruptura: La persona que maneja o tiene poder sobre la relación es aventajada sobre su pareja, porque está vive con el miedo constante de ser abandonada, y adopta la figura de sumisión y satisfacción a su pareja para evitar rupturas, lo que en ocasiones provoca opresión por la parte dominante de la relación.

#### **1.1.2.2. Área de las Relaciones con el Entorno Interpersonal.**

- Deseos de exclusividad hacia otras personas significativas: El dependiente emocional a más del privilegio en su relación sentimental, busca la exclusividad con su círculo social más allegado y en la mayoría de casos acepta las reglas y limitaciones, aunque le generen mal.
- Necesidad de agradar: La persona dependiente cuenta con el deseo constante de ser aceptado por otra persona. La aprobación de la pareja es fundamental para el dependiente emocional, puesto que con una simple expresión facial o postura ocasiona que lo perciba como alejamiento o enojo, el dependiente cuando conoce a nuevas personas tiene la constante preocupación de si llegará a cumplir las expectativas para agradar.
- Déficit de habilidades sociales: Las personas que sienten que están en conflictos, adoptan la postura que para calmar sus conflictos necesitan contar con una persona a

su lado. Para el dependiente emocional es dificultoso dar cariño debido a que lo distorsionan con entregarse o ser subordinado; no tiene claro que el tener un amigo no significa que esa persona siempre ha estar ahí presente.

### **1.1.2.3. Área de Autoestima y Estado Anímico.**

- Baja autoestima: Punto de partida de los conflictos a nivel personal, provoca que el sujeto no se sienta seguro de sí mismo y sea dependiente de la aprobación y de las opiniones que emiten las otras personas que forman su círculo social y con mayor fuerza la opinión de la pareja.
- Miedo e intolerancia a la soledad: Estas personas experimentan el sentido de la soledad, no cuentan con identificación y autonomía lo que provoca desprecio a sí mismo, conduciendo al miedo a la soledad, no tienen momentos de felicidad. El miedo del dependiente emocional de estar solo lo impulsa a buscar inmediatamente una relación sin tomar en cuenta los aspectos de la persona con la que forma lazos sentimentales, llegando a ocasionar aún más conflictos.

### **1.1.3. Consecuencias de la Dependencia Emocional**

De acuerdo con la Asociación Americana de Psiquiatría (2005) la complicación, de la dependencia emocional, es que si no se previene, la persona que lo está viviendo se torna más inseguro, llegando a mostrar las subsiguientes características: conflictos en la toma de decisiones, responsabilizar a otras personas por su vida, problemas para expresar discrepancias, inconvenientes para preparar un propósito, no poder estar solos, repetición de patrones en parejas, preocupación excesiva al abandono, necesidad excesiva de la aprobación, etc.

La persona dependiente visualiza que su relación de pareja tuvo algún cambio, ya que a su percepción ya no es la prioridad para su pareja, por lo que comienza a sentirse apartado y ansioso. Como resultado de la dependencia emocional, el individuo, según (Beneyto, 2018) presenta las siguientes características:

- Promueve el renunciar a sí mismo.
- No le interesa ayudarse.
- No se valora.

- Empiezan celos y pensamientos de represalia hacia la pareja.
- Siente temor y angustia hasta alcanzar el pánico.
- Relaciones extra matrimoniales.
- Desesperanza y falta de ilusión.
- Anhedonia.
- Destruye los objetos o posesiones de la pareja.

## **1.2. PERFIL COGNITIVO DE LA DEPENDENCIA EMOCIONAL**

(Lemos, Jaller, González, Díaz, & De la Ossa, 2012), señalan que el perfil cognitivo de la dependencia emocional está caracterizado por un esquema desadaptativo temprano base de “desconfianza/abuso” lo que genera miedo hacia la pareja con que le humille o haga algún tipo de daño, además, se relaciona con la distorsión cognitiva de “falacia de cambio” la cual consiste en que esperan que la pareja cambie con la finalidad de en algún momento sean felices, es evidente como la falta de amor propio y autonomía logra crear una dependencia hacia otra persona generando alteraciones a nivel cognitivo y provocando conflictos en diversos aspectos de su vida.

### **1.2.1. Definiciones de Perfil Cognitivo**

Con sustentación en el enfoque cognitivo, se conoce que cada persona cuenta con sus propias creencias y estrategias que consolidan su perfil característico (Lemos, Jaller, González, Díaz, & De la Ossa, 2012). Las mismas que son primordiales de forma que encaminan el procesamiento de información y la formación de representaciones mentales acerca de sí mismo y del medio que lo rodea, permitiendo que se adapte al medio en el que se desarrolla (Beck, 2000).

El modelo cognitivo resalta los procesos, que sostienen la veracidad de las creencias de los usuarios del servicio de salud mental pese a la muestra de evidencia contraria (Beck, 2000). Es aquí donde se hallan las distorsiones cognitivas, aberraciones del pensamiento cotidiano y rumiante, mismos que dan como resultado procesos cognitivos ilógicos y erróneos (Riso, 2006).



Es así que se sostiene la hipótesis, que las personas con dependencia emocional cuentan con un perfil específico mediante el que interpretan los actos de forma distinta, encaminados así a sublimar sus carencias emocionales (Lemos, Jaller, González, Díaz, & De la Ossa, 2012).

En el perfil es de gran relevancia las representaciones, organizaciones prácticas del intelecto y factores que anteceden, estos se encargan de la exploración, simbolización, alineación, acaparamiento y evocación de datos (Gabalda, 2013), se conoce que el inicio del proceso de información es la retribución de significados, que influyen en la emocionalidad y accionares de las personas, lo cual indica que los sentimientos no son resultado de los sucesos, en su lugar es por la manera en la que comprenden dichas situaciones. Los mencionados esquemas aparecen a inicios de la infancia y están destinados a características entrelazadas con el sí mismo, los otros y proyecciones futuras (Beck, 2000).

### **1.2.2. Definiciones de Pensamiento**

Según el Diccionario Conciso de Psicología APA (2010) conceptualiza al pensamiento como proceso cognitivo en que se suscita ideas, imágenes, esquemas mentales e hipótesis. Está conformado por imaginación, recuerdos, resolución de problemas, asociaciones libres, creación de conceptos y otros aspectos.

Se conceptualiza al pensamiento como los argumentos que se tienen en mente cuando se medita con la finalidad de llegar a conocer algo, entender algo, establecer una decisión, etc. Autores establecen el lazo entre pensamiento y conocimiento, argumentando que toda la aglomeración de conocimientos es heredada de generación en generación y es gracias a ello que los pensamientos acumulativos han sido absorbidos por la población mundial. Es así que, según el diccionario de filosofía de Ferrate (Molina , 2006), el pensamiento tiene dos concepciones:

1. La actividad mental que genera que las personas entiendan y den sentido a todo aquello que los rodea.
2. Lo que se obtiene de la mencionada actividad intelectual.

### **1.2.3. Tipos de Pensamientos**

De forma específica, y en contraste con (Vallejo, 2011) se discierne dos tipos de pensamiento:

1. **Pensamiento básico:** hace referencia al observar, entrelazar, comparar, estandarizar, distinguir, simplificar, etc.
2. **Pensamiento superior:** Es una consolidación de pensamiento creativo, crítico, complejo, metacognición, toma de decisiones, etc.

#### 1.2.4. **Pensamientos Automáticos**

(Cobeñas & Montenegro , 2018) determinan que los pensamientos automáticos son conversaciones intrínsecas de la persona a nivel mental, manifestados como pensamientos o imágenes, mismas que enlazan con estados emocionales fuertes (por ejemplo, la ansiedad, depresión, ira o euforia). Frecuentemente crean consolidados subjetivos de las cosas que pasan de que suelen ser distorsionadas, creando así una imagen errada o interpretación de los actos que acontecen, por ende, están basados en distorsiones cognitivas.

La cognición para (Rimassa, 2016), es un proceso que se da por fases y se desarrolla a partir de esquemas y representaciones mentales que se entrelazan hacia el logro de un razonamiento, las cogniciones yacen en el cuadro suscitado de acontecimientos pasados.

Según (Bootzin & Reiss, 1985), a nivel de la estructura conductual, el aspecto cognitivo va direccionado en dos enfoques. En primera instancia y de forma no polémica, la cognición es empleada para encaminarse a pensamientos, imágenes y actos verbales que van entrelazadas a las alteraciones conductuales. La segunda forma, estructurada por aspectos psicológicos, cognición es usada para mencionar etapas internas de la persona que provocan la conducta obtenida del mismo.

Asimismo, (Marzillier, 1980), señaló tres aspectos de la cognición: los eventos cognitivos, los procesos cognitivos y las estructuras cognitivas. Los eventos cognitivos hacen mención a los pensamientos, imágenes y sentimientos que se desarrollan en la conciencia y son palpables. Los procesos cognitivos se encaminan a la forma de transición y procesamientos de los estímulos ambientales, se da de modo espontáneo e inconsciente, contienen atención, abstracción y codificación de la información, instrumento de búsqueda y almacenamiento, procesos inferenciales y de recuperación. El mencionado instrumento consolida las manifestaciones mentales y los esquemas. Por último, las estructuras cognitivas, son aspectos cognitivos globales, tales como las creencias y actitudes, asunciones tácitas,

convenios y significados, que intervienen de modo constante en que uno se concibe a sí mismo y a lo que nos rodea (Cobeñas & Montenegro , 2018).

### **1.2.5. Distorsiones Cognitivas**

Las distorsiones cognitivas consisten en la tendencia para procesar información de acuerdo con los códigos incluidos en los esquemas cognitivos (Ruiz , Díaz, & Villalobos, 2012).

#### **1.2.5.1. Tipos de Distorsiones Cognitivas.**

Se evaluaron las siguientes distorsiones cognitivas, (Bahamón , 2013) mencionan lo siguiente;

- **Filtraje o Abstracción Selectiva:** selección en forma de túnel, de un solo aspecto de una situación.
- **Pensamiento polarizado:** Valoración de los acontecimientos en forma extrema sin tener en cuenta aspectos intermedios.
- **Sobregeneralización:** Sacar de un hecho general una conclusión particular sin base suficiente, si ocurre algo malo en una ocasión, se esperará que ocurra una y otra vez.
- **Interpretación de pensamiento:** Se refiere a la tendencia a interpretar sin base alguna los sentimientos e intenciones de los demás.
- **Visión catastrófica:** Adelantar acontecimientos de modo catastrófico para los intereses personales.
- **Personalización:** Hábito de relacionar, sin base suficiente, los hechos del entorno con uno mismo.
- **Falacia de control:** Las personas con esta distorsión suelen creerse responsables de todo lo que ocurre a su alrededor o bien en el otro extremo se ven impotentes y sin que tengan ningún control sobre los acontecimientos de su vida.
- **Falacia de justicia:** Consiste en la costumbre de valorar como injusto todo aquello que no coincide con nuestros deseos y necesidades.
- **Falacia de cambio:** Son los otros quienes han de cambiar primero su conducta, ya que creen que depende solo de aquellos.
- **Razonamiento emocional:** Consiste en creer que lo que la persona siente emocionalmente es cierto necesariamente.

- **Etiquetas globales:** Consiste en generalizar una o dos cualidades de un juicio negativo global. Culpabilidad: consiste en atribuir la responsabilidad de los acontecimientos a uno mismo o a los demás, sin base suficiente y sin tener en cuenta otros factores que contribuyen al desarrollo de los acontecimientos.
- **Deberías:** Consiste en el hábito de mantener reglas rígidas y exigentes sobre cómo tienen que suceder las cosas, cualquier desviación de esas reglas o normas se considera insoportable y conlleva a una alteración emocional extrema.
- **Tener razón:** Consiste en la tendencia a probar de manera frecuente, ante un desacuerdo con otra persona, que el punto de vista de uno es el correcto.
- **Falacia de recompensa divina:** Consiste en la tendencia a no buscar solución a problemas y dificultades actuales suponiendo que la situación mejorará mágicamente en el futuro.
- **Culpabilidad:** Se base en colocar la responsabilidad de las situaciones en su totalidad a sí mismo o a terceras personas sin contar con los argumentos estructurados y sin tomar en cuenta las características de las situaciones.

#### 1.2.6. Esquemas desadaptativos

Los esquemas desadaptativos tempranos hacen mención a características impregnadas en las personas que se originaron en el progreso de los primeros años de vida de los sujetos, estos esquemas se van evolucionando de acorde al desarrollo evolutivo del individuo y son desestructurados. Los esquemas desadaptativos funcionan como moldes para asimilar vivencias pasadas (Young, 1999).

##### 1.2.6.1. Tipos de esquemas desadaptativos

- **Abandono:** Es la creencia de que las personas más allegadas las abandonen.
- **Insuficiente autocontrol/ Autodisciplina:** La persona tiene conflictos con el autocontrol en diversos aspectos de su vida, la perseverancia se torna quebrantada y la gratificación es remota de conseguir.
- **Desconfianza/ Abuso:** Es el presentimiento que tiene la persona de que le hagan daño, hieran o humillen de alguna forma.
- **Deprivación emocional:** Es la creencia de que las carencias emocionales propias no se van complacer con otras personas.

- **Vulnerabilidad al daño y a la enfermedad:** Extremado pavor a que cosas malas o negativas sucedan y tienen la concepción de que no van a poder controlar las situaciones malas.
- **Auto-sacrificio:** La persona de forma totalmente voluntaria cubre las necesidades de terceras personas antes que las suyas.
- **Estándares inflexibles 1:** Es la estructura que posee la persona en forjarse a sí misma con la finalidad de obtener resultados adecuados en cuanto a sus expectativas personales.
- **Estándares inflexibles 2:** La persona tiene la concepción de que toda actividad que realiza tiene que ser impecable, siempre tiene que lucir todo en perfecto orden y busca el perfeccionismo.
- **Inhibición Emocional:** Interrupción al momento de expresar emociones o la espontaneidad.
- **Derecho/ Grandiosidad:** El sujeto tiene la concepción de que goza de privilegios y que es superior a otras personas, piensa que puede disfrutar de beneficios por encima de otros.
- **Entrampamiento:** Consiste en formar parte de su vida aspectos de terceras personas como si se trataran de los asuntos propios y sienten culpabilidad si algo no es compartido o comentado.

### 1.3. GLOSARIO

Estos términos se recolectaron del Diccionario Conciso de Psicología APA (2010):

**Calidad de vida (quality of life):** grado de satisfacción que una persona obtiene de la vida. Los siguientes elementos son importantes para una buena calidad de vida: gozar de un bienestar emocional, material y físico; sostener relaciones interpersonales; tener oportunidades de desarrollo personal (p. ej., habilidad); ejercer los propios derechos y elegir personalmente el estilo de vida que uno quiere llevar; y participar en la sociedad. Mejorar su calidad de vida es una preocupación particular de quienes padecen una enfermedad crónica o de desarrollo y otras discapacidades y de quienes se someten a un tratamiento médico o psicológico.

**Cognición (cognition):** s. 1. toda forma de conocimiento y consciencia, como en la percepción, pensamiento, recuerdo, razonamiento, juicio, imaginación y solución de

problemas. Junto con el afecto y la conación, es uno de los tres componentes de la mente tradicionalmente identificados. 2. un precepto, idea, memoria individual, o algo similar. – cognoscitivo adj. –cognitivo adj.

**Conducta (*conduct*):** s. comportamiento de un individuo, sea de manera general o en una ocasión específica, por lo regular como se conforma o transgrede las normas sociales.

**Dependencia (*appurtenance*) (*dependence*):** s. 1. en la PSICOLOGÍA DE LA GESTALT, la interacción o influencia mutua entre partes del campo perceptual, de modo que parece existir pertenencia entre las partes. s.2. estado en que se espera intuitivamente o se busca activamente la ayuda de otros para recibir apoyo emocional o financiero, protección, seguridad o cuidado diario. La persona dependiente se apoya en los demás para recibir orientación, tomar decisiones y recibir cuidado. Si bien es natural cierto grado de dependencia en las relaciones interpersonales, la dependencia excesiva, inapropiada o mal dirigida suele ser objeto del tratamiento psicológico. La psicología de la personalidad, la social y la conductual, así como la teoría psicoanalítica aportan diferentes perspectivas al estudio y tratamiento de la dependencia patológica. 3. véase DEPENDENCIA DE SUSTANCIAS. 4. en el CONDICIONAMIENTO OPERANTE, una relación causal entre una respuesta y una consecuencia, lo cual resulta en una CONTINGENCIA. –dependiente adj.

**Distorsión cognitiva (*cognitive distortion*):** pensamiento, percepción o creencia defectuosa o inexacta. Un ejemplo es la SOBRE GENERALIZACIÓN. La distorsión cognitiva es un proceso psicológico normal que puede presentarse en toda la gente en mayor o menor grado.

**Pensamiento (*thinking*):** s. comportamiento cognitivo en el que se experimentan o manipulan ideas, imágenes, representaciones mentales u otros elementos hipotéticos del pensamiento. En este sentido, el pensamiento consta de imaginación, recuerdos, resolución de problemas, sueños diurnos, asociaciones libres, formación de conceptos y muchos otros procesos. Puede decirse que el pensamiento tiene dos características definitorias: (a) es encubierto, es decir que no es observable directamente, sino que debe inferirse a partir del comportamiento o de autorreportes y (b) es simbólico, es decir que parece comprender operaciones sobre símbolos o representaciones mentales, cuya naturaleza sigue siendo oscura y controvertida.

**Pensamientos automáticos (automatic thoughts):** pensamientos instantáneos, habituales pero inconscientes que influyen en el estado de ánimo y las acciones de una persona. Una tarea fundamental de la terapia cognitiva es ayudar a los clientes a tomar consciencia de la presencia y el impacto de los pensamientos negativos automáticos y poner luego a prueba su validez.

**Esquema (pl. *esquemas*) (schema) (pl. *schemata*):** *s.* **1.** conjunto de conocimientos básicos sobre un concepto o entidad cuya función es orientar la percepción, la interpretación, la imaginación o la resolución de problemas. También llamado **esquema cognitivo**. **2.** perspectiva o premisa que un individuo tiene de sí mismo, de los demás o del mundo y que perdura pese a la realidad objetiva. Por ejemplo, “Soy una persona lastimada” y “Cualquier persona en quien confíe terminará por lastimarme” son esquemas negativos que pueden derivarse de experiencias negativas en la niñez temprana. **3. (*scheme*)** *s.* estructura cognitiva que contiene un plan organizado para la realización de una actividad, la cual representa por tanto conocimientos generalizados sobre una entidad y sirve para orientar el comportamiento.

## **CAPÍTULO II. METODOLOGÍA**

### **2.1. ENFOQUE DE INVESTIGACIÓN**

**Cuantitativo:** La investigación de enfoque cuantitativo para (Hernández, Fernández, & Baptista, 2014) es abarcar los datos propuestos para medir las variables de estudio y verificar la hipótesis planteada con fundamentación en la medición numérica y análisis estadísticos, con el objetivo de comprobar teorías.

#### **Tipo de Investigación**

**Bibliográfica:** En la investigación de tipo bibliográfica para (Hernández, Fernández, & Baptista, 2014) es el punto de partida de la investigación, se recolecta información de investigaciones o publicaciones validadas por autores y servirá de base científica para el desarrollo del proyecto de investigación. La información recolectada debe ser de relevancia científica y validada para un correcto abordaje de la temática de estudio

**De campo:** (Hernández, Fernández, & Baptista, 2014) establecen que para este tipo de investigación la persona que recolecta información se adentra y convive en el medio de investigación, se encarga de analizar y verificar los sitios concretos para recabar aspectos o características fundamentales para la investigación.

### **2.2. DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN**

**No experimental:** Según (Hernández, Fernández, & Baptista, 2014) esta investigación se la ejecuta sin modificar las variables de estudio, no busca cambiar la variable independiente para observar las alteraciones sobre otras variables, más bien se busca analizar cómo es la dinámica de las variables en su ámbito natural.

**Transversal:** (Hernández, Fernández, & Baptista, 2014) establecen que la investigación va direccionada a recolectar información en un límite de tiempo específico y se lo realizará una sola vez, con la finalidad de analizar las variables de estudio en un lapso de tiempo concreto.



### 2.3. NIVEL DE LA INVESTIGACIÓN

**Descriptiva:** Para (Hernández, Fernández, & Baptista, 2014) indica que la meta de esta investigación es esclarecer las propiedades, características y aspectos de las personas, grupos, comunidades, objetos y diversos aspectos que se puedan analizar. La visión principal de esta investigación es recabar información de las variables de estudio planteadas.

**Correlacional:** La investigación correlacional para (Hernández, Fernández, & Baptista, 2014) sustentan que esta investigación tiene con objetivo descubrir la relación que hay entre dos o más variables de un estudio en concreto.

### 2.4. POBLACIÓN Y MUESTRA

**Población:** La población con la que se contará la investigación será la comunidad de estudiantes universitarios de la Carrera de Terapia Física y Deportiva, que está conformada por 425 estudiantes que cuentan con la matrícula legalizada.

**Muestra:** La muestra es de 228 estudiantes escogidos por muestreo no probabilístico por conveniencia. En el género masculino existen 75 estudiantes que corresponden al 33%, en el género femenino 153 estudiantes que pertenecen al 67%, obteniendo un total de 228 estudiantes. La media de edades corresponde a 21 años y existe una desviación estándar de 27,03.

### 2.5. TÉCNICAS Y PROCEDIMIENTOS

En el desarrollo de evaluación psicológica de las variables serán medidas mediante baterías psicológicas que se detallarán a continuación:

- Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE)

Construido y validado por (Lemos & Londoño, 2006) con 23 ítems, alto índice de fiabilidad (alfa de Cronbach de 0.927) y una explicación de la varianza de 64.7 %. El instrumento evalúa 6 factores de la dependencia emocional entre ellos: ansiedad por separación, expresión afectiva de la pareja, modificación de planes, miedo a la soledad, expresión límite y búsqueda de atención, cada factor de la dependencia cuenta con ítems específicos y de acuerdo a las cifras obtenidas que predominan se sabe cuáles son los factores que resaltan, el cuestionario cuenta con alfas de Cronbach entre 0.62 y 0.87. Se puede sacar las

puntuaciones de manera total y verificar en la tabla de percentiles la cifra obtenida para sacar el nivel de dependencia que son alto, medio y bajo. En la presente investigación se trabajó con los niveles y factores.

- Inventario de Pensamientos Automáticos (IPA)

(Naranjo, 2020) Escala elaborada por Ruiz y Luján 1991. Para identificar los principales tipos de pensamientos automáticos agrupados en sus 15 distorsiones correspondientes que son: Filtraje o Abstracción Selectiva, Pensamiento Polarizado, Sobregeneralización, Interpretación del Pensamiento, Visión Catastrófica, Personalización, Falacia de Control, Falacia de Justicia, Razonamiento Emocional, Falacia de Cambio, Etiquetas Globales, Culpabilidad, Los Deberías, Tener Razón y Falacia de Recompensa Divina.

Una puntuación de dos o más para cada pensamiento automático, suele indicar que ese tema está afectando actualmente a la persona, de manera importante. Una puntuación de seis o más en el total de cada distorsión, puede ser indicativa de que tiene cierta tendencia a incomodarse por determinada forma de interpretar los hechos de la vida.

- Cuestionario de Esquemas Desadaptativos Tempranos (Young Schema Questionnaire Long Form - Second Edition [YSQ-L2], 1990)

Se utilizó (Castrillón, y otros, 2005), el cual es una adaptación del cuestionario original desarrollado por Young y Brown (1994). Este cuestionario posee un alfa de Cronbach de 0.91 para la prueba total y de los factores entre el 0.71 y el 0.85, con una varianza del 65%.

La prueba consta de 45 ítems y evalúa 11 esquemas desadaptativos tempranos que son: Abandono, Insuficiente autocontrol/ Autodisciplina, Desconfianza/Abuso, Deprivación Emocional, Vulnerabilidad al Daño y a la Enfermedad, Auto-sacrificio, Estándares Inflexibles 1, Estándares Inflexibles 2, Estándares inflexibles 1, Estándares inflexibles 2, Inhibición Emocional y Entrampamiento.

Para su calificación, se tiene en cuenta la suma de los ítems de cada Factor (esquema) obteniéndose las puntuaciones directas. Las puntuaciones directas de cada uno de los esquemas, se convierten a percentiles para establecer el límite de la presencia significativa del esquema, a partir del percentil 85.

## **2.6. PROCESAMIENTO ESTADÍSTICO**

Para la investigación se utilizó la plataforma de Google Drive para la digitalización de las baterías de evaluación psicológica creando así un enlace que se compartió a los estudiantes de la Carrera de Terapia Física y Deportiva mediante el correo institucional para la evaluación, la depuración de resultados se plasmaron en una hoja de cálculo de Microsoft Excel en el cual se obtuvo los datos totales de cada variable de estudio para proceder al SPSS 25 donde se construyó las tablas de frecuencia para obtener niveles de dependencia emocional, porcentajes de los factores de dependencia emocional, relación entre los niveles de dependencia emocional y distorsiones cognitivas, relación entre los niveles de dependencia emocional y esquemas desadaptativos, y para las medidas estadísticas se utilizó la Prueba Chi-Cuadrado que como menciona (Ruiz L. , 2021) es tomada en cuenta para analizar variables cualitativas y comprobar la presencia o no de independencia entre dos variables, es decir, si dos variables son independientes no existe relación alguna y por ende la una no depende de la otra.

## CAPÍTULO III. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

### 3.1. RESULTADOS

**Tabla 1. Factores de la dependencia emocional**

	N°	Mínimo	Máximo	Media	Desviación
<b>Ansiedad por Separación</b>	228	7.00	40.00	13.33	7.06
<b>Expresión Afectiva de la Pareja</b>	228	4.00	24.00	8.49	4.42
<b>Modificación de Planes</b>	228	4.00	22.00	7.55	3.73
<b>Miedo a la Soledad</b>	228	3.00	18.00	5.14	2.96
<b>Expresión Límite</b>	228	3.00	12.00	3.96	1.89
<b>Búsqueda de Atención</b>	228	2.00	12.00	4.45	2.58
<b>N° Válido (por lista)</b>	228				

**Fuente:** Resultados de la aplicación del Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE)

En la tabla 1 se puede visualizar las medias obtenidas de los factores de la dependencia emocional en la cual se obtuvo los siguientes resultados: Ansiedad por Separación un 13.33, Expresión Afectiva de la Pareja un 8.49, la Modificación de Planes un 7.55, el Miedo a la Soledad un 5.1491, Expresión Límite 3.97 y Búsqueda de Atención un 4.45 de los estudiantes universitarios evaluados.

Los resultados que se recolectaron en la tabla 1 muestran que la Ansiedad por Separación y la Expresión Afectiva de la Pareja son los factores predominantes de la Dependencia Emocional en los estudiantes, esto se debe al temor de no contar con una pareja que le ayude a tomar decisiones importantes en la vida del sujeto, que desencadena en un conflicto significativo para la persona, y tienen la necesidad de que sus parejas demuestren actos de cariño y amor para reducir niveles de ansiedad.

**Tabla 2. Niveles de dependencia emocional**

		<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Porcentaje válido</b>	<b>Porcentaje acumulado</b>
<b>Válido</b>	<b>Baja</b>	169	74.1	74.1	74.1
	<b>Media</b>	57	25.0	25.0	99.1
	<b>Alta</b>	2	.9	.9	100.0
	<b>Total</b>	228	100.0	100.0	

**Fuente:** Resultados de la aplicación del Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE).

En la tabla 2 se visualiza los porcentajes obtenidos acerca de los niveles de dependencia emocional y los datos son los siguientes: nivel bajo 74.1%, nivel medio 25% y nivel alto 0.9% de los estudiantes encuestados.

De acuerdo a los datos establecidos en la tabla 2 se observa, que la mayor parte de la muestra de estudiantes evaluados cuenta con un nivel de dependencia emocional bajo, sin embargo existe un declive en el área afectiva de estos individuos, debido a que ocasiona problemas en las relaciones sentimentales por problemas de comunicación, carencias afectivas, falta decisión propia y autonomía.

**Tabla 3. Distorsiones cognitivas según los niveles de dependencia emocional**

Distorsión cognitiva	Niveles de dependencia					
	BAJA Nº: 169		MEDIA Nº: 57		ALTA Nº: 2	
	F	%	F	%	F	%
<b>Filtraje o abstracción selectiva</b>	16	7	46	20.17	1	0.4
<b>Pensamiento polarizado</b>	9	3.9	5	2.2	1	0.4
<b>Sobre generalización</b>	8	3.5	29	12.7	1	0.4
<b>Interpretación del pensamiento</b>	9	3.9	8	3.5	2	0.9
<b>Visión catastrófica</b>	8	3.5	31	13.6	1	0.4
<b>Personalización</b>	2	0.9	2	0.9	1	0.4
<b>Falacia de control</b>	2	0.9	7	3.1	1	0.4
<b>Falacia de justicia</b>	11	4.8	10	4.4	2	0.9
<b>Razonamiento emocional</b>	1	0.4	0	0	1	0.4
<b>Falacia de cambio</b>	0	0	3	1.3	1	0.4
<b>Etiquetas globales</b>	3	1.3	1	0.4	0	0
<b>Culpabilidad</b>	1	0.4	2	0.9	0	0
<b>Los debería</b>	5	2.2	4	1.8	1	0.4
<b>Tener razón</b>	4	1.8	0	0	1	0.4
<b>Falacia de recompensa divina</b>	42	18.4	53	23.24	2	0.9

**Fuente:** Resultados de la aplicación del Inventario de Pensamientos Automáticos (IPA)

En la tabla 3 se indica los porcentajes de las distorsiones cognitivas de acuerdo al nivel de dependencia emocional y se evidencia los siguientes resultados: Filtraje 20.17% en el nivel de Dependencia Emocional Medio, Pensamiento Polarizado 3.9% en el nivel Bajo, Sobregeneralización 12.7% en el nivel Medio, Interpretación del Pensamiento 3.9% en el nivel Bajo, Visión Catastrófica 13.6% en el nivel Medio, Personalización 0.9% en los nivel Baja y Medio, Falacia de Control 3.1% en el nivel Medio, Falacia de Justicia 4.8% en el nivel Bajo, Razonamiento Emocional 0.4% en el nivel Bajo, Falacia de Cambio 1.3% en el nivel Medio, Etiquetas Globales 1.3% en el nivel Bajo, Culpabilidad 0.9% en el nivel Medio, Los Deberías 2.2% en el nivel Bajo, Tener Razón 1.8% en el nivel Bajo y la Falacia de

Recompensa Divina 23.24% en el nivel Medio; son los porcentajes que demuestra la evaluación a los estudiantes.

Los datos obtenidos en la tabla 3 indican que las distorsiones cognitivas que predominan en los diferentes niveles de dependencia emocional son la Falacia de Recompensa Divina misma que se caracteriza por que el sujeto no busca solución a sus problemas y tiene la estructura cognitiva de que sus adversidades se arreglarán por sí solas; Filtraje que consiste en que el individuo opta por tener una sola idea o aparente solución acerca de una situación; Visión Catastrófica donde la persona tiene la connotación de que los acontecimientos venideros serán de forma catastrófica en cuanto a sí mismo se refiere y la Sobre generalización que tiene como característica contar con un hecho particular de un acontecimiento que sucede, es decir, piensa que las circunstancias venideras van a tener las mismas consecuencias anteriores.

**Tabla 4. Esquemas desadaptativos según nivel de dependencia emocional**

Esquemas	Niveles dependencia					
	BAJA N°: 169		MEDIA N°: 57		ALTA N°: 2	
	F	%	F	%	F	%
<b>Abandono</b>	2	0.9	50	21.92	2	0.9
<b>Insuficiente autocontrol/ Autodisciplina</b>	30	13.2	20	8.8	2	0.9
<b>Desconfianza/Abuso</b>	49	21.5	25	11	2	0.9
<b>Deprivación Emocional</b>	17	7.5	16	7	1	0.4
<b>Vulnerabilidad al Daño y a la Enfermedad</b>	20	8.8	36	15.8	1	0.4
<b>Auto sacrificio</b>	52	22.8	48	21.5	2	0.9
<b>Estándares Inflexibles 1</b>	41	18	21	9.2	2	0.9
<b>Estándares Inflexibles 2</b>	28	12.3	13	5.7	1	0.4
<b>Inhibición Emocional</b>	68	29.8	34	14.9	2	0.9
<b>Derecho/Grandiosidad</b>	37	16.2	22	9.6	2	0.9
<b>Entrampamiento</b>	24	10.5	37	16.2	1	0.4

**Fuente:** Resultados de la aplicación del Cuestionario de Esquemas Desadaptativos Tempranos (Young Schema Questionnaire Long Form - Second Edition [YSQ-L2], 1990)

En la tabla 4 se muestra los porcentajes de los esquemas desadaptativos según el nivel de dependencia emocional y se ha recopilado los siguientes datos: Abandono 21.92% en nivel de Dependencia Emocional Medio, Insuficiente Autocontrol/Autodisciplina 13.2% en el nivel Bajo, Desconfianza/Abuso 21.5% en el nivel Bajo, Deprivación Emocional 7.5% en el nivel Bajo, Vulnerabilidad al Daño y a la Enfermedad 15.8% en el nivel Medio, Autosacrificio 22.8% en el nivel Bajo, Estándares Inflexibles 1 18% en el nivel Bajo, Estándares Inflexibles 2 12.3% en el nivel Bajo, Inhibición Emocional 29.8% en el nivel Bajo, Derecho/Grandiosidad 16.2% en el nivel Bajo y Entrampamiento 16.2 en el nivel Medio, son los porcentajes obtenidos de la evaluación a los estudiantes universitarios.

La información recolectada en la tabla 4 permite visualizar que los esquemas desadaptativos tempranos que predominan en los estudiantes evaluados son: Abandono, que es la aparente certeza que tiene una persona acerca de que la abandonen y es un esquema significativo en la vida del sujeto; Desconfianza/Abuso, la persona piensa que las personas que la rodean le van a hacer algún tipo de daño; Autosacrificio, que es el esquema en el cual el sujeto está al



pendiente de las actividades de terceras personas antes que las propias; Inhibición Emocional, el individuo que posee este tipo de esquema no demuestra de forma espontánea las expresiones emocionales.

**Tabla 5. Correlaciones entre la dependencia emocional, distorsiones cognitivas y esquemas desadaptativos para identificar el perfil cognitivo**

		<b>Dependencia emocional</b>	
		<b>Chi-2</b>	<b>Significancia</b>
<b>Distorsiones cognitivas</b>	<b>Filtraje o Abstracción Selectiva</b>	<b>32.83</b>	<b>0.01</b>
	<b>Pensamiento Polarizado</b>	6.41	0.14
	<b>Sobre generalización</b>	<b>43.47</b>	<b>0.01</b>
	<b>Interpretación del Pensamiento</b>	8.72	0.12
	<b>Visión Catastrófica</b>	<b>31.27</b>	<b>0.01</b>
	<b>Personalización</b>	2.22	0.72
	<b>Falacia de Control</b>	4.87	0.21
	<b>Falacia de Justicia</b>	<b>35.82</b>	<b>0.01</b>
	<b>Falacia de Cambio</b>	3.33	0.09
	<b>Razonamiento Emocional</b>	5.33	0.12
	<b>Etiquetas Globales</b>	5.55	0.14
	<b>Deberías</b>	2.13	0.09
	<b>Tener Razón</b>	9.21	0.15
	<b>Falacia de Recompensa Divina</b>	<b>51.27</b>	<b>0.01</b>
	<b>Culpabilidad</b>	2.33	0.18
	<b>Abandono</b>	<b>51.23</b>	<b>0.01</b>
	<b>Insuficiente autocontrol/ Autodisciplina</b>	2.55	0.17
	<b>Desconfianza/Abuso</b>	1.33	0.22
	<b>Deprivación Emocional</b>	3.75	0.32
	<b>Vulnerabilidad al daño y a la enfermedad</b>	2.41	0.12
<b>Esquemas desadaptativos</b>	<b>Auto sacrificio</b>	<b>49.82</b>	<b>0.01</b>
	<b>Estándares inflexibles 1</b>	2.34	0.76
	<b>Estándares inflexibles 2</b>	4.33	0.54
	<b>Inhibición Emocional</b>	<b>43.21</b>	<b>0.01</b>
	<b>Derecho/Grandiosidad</b>	2.65	0.45
	<b>Entrampamiento</b>	3.22	0.52

**Fuente:** Resultados de la aplicación del Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE), Inventario de Pensamientos Automáticos (IPA) y Cuestionario de Esquemas Desadaptativos Tempranos (Young Schema Questionnaire Long Form - Second Edition [YSQ-L2], 1990)

En la tabla 5 se indica las correlaciones entre la dependencia emocional, distorsiones cognitivas y esquemas desadaptativos que identifican el perfil cognitivo, es así que, las distorsiones cognitivas que están inmersas en la dependencia emocional son: Filtraje o Abstracción Selectiva con un Chi-2 de 32.83 y una significancia de 0.01, Sobre

generalización con un Chi-2 de 43.47 y una significancia de 0.01, Visión Catastrófica con un Chi-2 de 31.27 y una significancia de 0.01, Falacia de justicia con un Chi-2 de 35.82 y una significancia de 0.01, Falacia de recompensa divina con un Chi-2 de 51.27; en cuanto a los esquemas desadaptativos que están asociados a la dependencia emocional son los siguientes: Abandono con un Chi-2 de 51.23 y una significancia de 0.01, Auto-sacrificio con un Chi-2 de 49.82 y una significancia de 0.01, Inhibición Emocional con un Chi-2 de 43.21 y una significancia de 0.01, Vulnerabilidad con un Chi-2 de 2.4 y una significancia de 0.12, Entrampamiento con un Chi-2 de 3.2 y una significancia de 0.52.

Los datos plasmados en la tabla 5 permiten demostrar la correlación positiva existente entre la dependencia emocional, las distorsiones cognitivas y esquemas desadaptativos que estructuran el perfil cognitivo de la dependencia emocional, las distorsiones presentes son el Filtraje o Abstracción Selectiva, Sobregeneralización, Visión Catastrófica, Falacia de Justicia y Falacia de Recompensa Divina; con respecto a la relación con los esquemas desadaptativos la correlación positiva que existe es con: Abandono, Auto-sacrificio, Inhibición Emocional. La correlación nos permite constatar que la dependencia emocional presente en los estudiantes de la Carrera de Terapia Física y Deportiva de la Universidad Nacional de Chimborazo cuenta con un Perfil Cognitivo específico y detallado en el cual tanto Distorsiones Cognitivas y Esquemas Desadaptativos concretos prevalecen en esta alteración de la afectividad.

### **3.2. DISCUSIÓN**

Los resultados correspondientes de los niveles de dependencia emocional en estudiantes universitarios se encontró los siguientes datos: nivel medio 25% y nivel alto 0.9%, las cifras obtenidas tienen una estrecha relación con la investigación de (Lemos, Jaller, González, Díaz, & De la Ossa, 2012), en la cual se encontró que la dependencia emocional se presenta en 24.6 % de los estudiantes evaluados, con una proporción de 74.6 % en mujeres. Esta relación de datos obtenidos en las dos investigaciones concuerda en que existe la problemática de dependencia emocional y están presentes en los adultos jóvenes (estudiantes universitarios), esto se debe a factores que anteceden a las personas como por ejemplo constructos adquiridos en los hogares desde la infancia pues los niños aprenden por observación y al tener el modelo de dependencia de una mujer hacía su pareja el individuo va adquiriendo las misma estructura cognitiva y comportamental que es reforzada o imitada en sus relaciones sentimentales, además, es de conocimiento propio que se debe también al

constructo social de que una mujer debe contar con una pareja sentimental pese a las dificultades que le ocasionen ciertos vínculos afectivos inseguros.

Con respecto a los factores de la dependencia emocional predominantes son la Ansiedad por Separación y Expresión Afectiva de la Pareja, características que denotan que la muestra estudiada tiene que estar en una relación sentimental para sentirse segura y estable en las actividades que realiza de lo contrario tendría conflictos significativos, al igual que, carecen de vínculos afectivos y demandan que su pareja constantemente demuestre actos de afecto para sentirse queridas y valoradas; los resultados obtenidos en el estudio desarrollado por (Cobeñas & Montenegro , 2018), en el nivel significativo de dependencia emocional se muestra que es significativo el Miedo a la Ruptura, seguido de la dimensión Miedo e Intolerancia a la Soledad, es evidente como la dependencia de estar en una relación figura en la vida de los sujetos y tienen pavor de no contar con alguien que les ayude a tomar decisiones sobre su vida y dejan que otros decidan sobre lo que tienen que realizar con sus vidas y decisiones importantes que va de la mano con el miedo de estar solos puesto que carecen de autonomía. Las características de que una persona necesita constante aprobación de su pareja para sentirse en un lugar seguro y en zona de confort por el miedo a estar solas dejan que otras personas rijan las camino de sus vidas desencadenando en una dependencia constante y perdiendo la autonomía y auto-concepto como personas libres de tomar decisiones propias, en la mayoría de casos genera violencia de género, violencia física, verbal, psicológica, depresión, ansiedad, pérdida de autonomía y diversas alteraciones de la salud mental que limitan la calidad de vida de los individuos.

Las distorsiones cognitivas de acuerdo al nivel de dependencia emocional relevantes son la Falacia de Recompensa Divina como expresan (Álvarez, Ayala , & Bascuñán , 2018), tiene como característica que el sujeto no trate de solucionar sus conflictos porque tiene la concepción que por obra divina se arreglarán por sí solos y esta es la distorsión cognitiva más significativa de las personas con dependencia emocional debido a que por el contexto social y cultural en el que se desarrollan, donde, la religión cuenta con un papel crucial en la vida de la mayor parte de personas, creando así, la concepción de que un ser supremo será el que solucione todos los conflictos que se le presenten en las diferentes etapas de su vida, Filtraje o Abstracción Selectiva la persona tiene una única idea o concepción sobre algún problema o situación y la Visión Catastrófica concepción de que las cosas que ocurrirán serán catastróficas y sucederán de la peor forma posible; los datos obtenidos en la

investigación ejecutada por (Moral & González, 220), en cuanto a la dependencia emocional y distorsiones cognitivas presentes en jóvenes se ha constatado que el 24.89% de los participantes presentan dependencia emocional y las distorsiones más utilizadas por las personas con dependencia emocional son Interpretación del pensamiento en la cual la persona piensa que puede saber las intenciones de otros y emite juicios sin fundamentación alguna; Falacia de justicia, el sujeto tiene presente que todo aquello que no va de acorde a sus deseos y principios es una total injusticia y cree que es algo que no se puede aceptar bajo ninguna circunstancia y es así que lucha por hacer prevalecer su opinión sin importar a de los demás, y los Debería que es la costumbre que tiene el individuo de que las cosas que realiza con totalmente estrictas y tienen un orden que respetar, de no cumplirse a cabalidad tienden a sufrir y alterarse emocionalmente lo que ocasiona dificultades con el desarrollo de las actividades diarias.

Los esquemas desadaptativos que predominan el cuadro en los niveles de dependencia emocional son: Abandono en el cual la persona tiene la convicción de que la van a dejar y tiene este pensamiento rumiante siempre en todas las actividades que realiza es así que trata de hacer lo que otros le digan con la finalidad de siempre sentirse acompañada en todo momento, como expresa (Bahamón , 2013), la Desconfianza/Abuso el sujeto tiene la creencia que las personas que la rodean le van a hacer daño por eso siempre está a la expectativa de las cosas que suceden en su entorno y no le es fácil confiar en las intenciones y acciones de los demás por el miedo constante que tiene de sufrir de alguna forma, Auto-sacrificio el individuo antes que sus actividades está a la expectativa de las acciones de otras personas y no le importa si tiene que posponer los intereses personales por involucrarse en los de terceras personas y el esquema de Inhibición Emocional la persona se torna reservada y no denota su expresión emocional de forma que se muestra introvertida y no deja ser sus debilidades debido a que piensa en todos los factores que pueden suceder en su entorno. El estudio desarrollado en población colombiana para la validación del Cuestionario de Esquemas Desadaptativos Tempranos (Young Schema Questionnaire Long Form - Second Edition [YSQ-L2], 1990) específicamente en estudiantes universitarios por parte de (Castrillón, y otros, 2005), determinó que los esquemas con mayor significancia fueron: Abandono que al igual que la anterior investigación desarrollada en población estudiantil ecuatoriana predominan debido a un constructo social arraigado en la población latinoamericana en la cual la mujer siempre debe estar unida en compromiso por guardar apariencias y para no ser el punto de crítica de otras persona, es así que, se genera la creencia

de que la van a abandonar y no podrá valerse por sí misma la persona que atraviesa por esta situación, Insuficiente autocontrol/autodisciplina este esquema es el que en ocasiones ocasiona conflictos o situaciones negativas en la vida del sujeto porque hace que la persona no tenga control sobre determinadas situaciones y no controlar impulsos puede producir discusiones o agresiones físicas lo que desencadena en casos de violencia de género y en agresiones físicas, el esquema de Desconfianza/abuso es predominante igual que en la otra investigación y está ligado al nivel cultural de que las personas suelen velar por sus propios intereses y no les importa afectar la vida de otros con tal de satisfacer sus necesidades y esto es algo palpable en la cotidianidad actual de nuestra sociedad.

Mediante la obtención de datos de las variables de estudio se evidenció una correlación positiva existente entre la dependencia emocional, las distorsiones cognitivas y esquemas desadaptativos que estructuran el perfil cognitivo de la dependencia emocional, las distorsiones presentes predominantes son el Filtraje o Abstracción Selectiva, Sobre generalización, Visión Catastrófica, Falacia de Justicia y Falacia de Recompensa Divina; con respecto a la relación con los esquemas desadaptativos la correlación positiva que existe es con: Abandono, Auto-sacrificio, Inhibición Emocional, esto permite constatar que existe un perfil cognitivo característico de la dependencia emocional en la cual prevalecen distorsiones cognitivas que tienen que ver con el contexto social y cultural de la muestra evaluada puesto que por constructos aprendidos o por creencias religiosas gozan de una estructura cognitiva específica. Para establecer el perfil cognitivo que explica la presencia de dependencia emocional en estudiantes universitarios (Lemos, Jaller, González, Díaz, & De la Ossa, 2012) dan a conocer que en el modelo se encuentran el esquema desadaptativo temprano de “desconfianza/abuso”, las “creencias centrales del trastorno de personalidad por dependencia” y “creencias centrales del trastorno de personalidad paranoide”, la distorsión cognitiva de “falacia de cambio” y la estrategia de afrontamiento (de coeficiente negativo) de “autonomía”, creando así un perfil característico de la dependencia emocional. Como expresa (Aiquipa, 2015) en su investigación de la dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja, los resultados sugieren que existe relación estadísticamente significativa entre la variable dependencia emocional (variable que representa un factor de tipo individual y psicológico) y la variable violencia de pareja, debido a que la carencia de autonomía genera que la mujer continúe con su pareja pese a los conflictos que se presenten como la violencia física, agresiones verbales, psicológicas. Como plantean en su investigación (Huerta, y otros, 2016), encuentran relación entre los esquemas y la

dependencia emocional, en las mujeres con violencia, existiendo mayor relación entre dependencia emocional con los esquemas de desconfianza y abuso, grandiosidad/autorización, fracaso, dependencia/incompetencia, y entre negatividad/pesimismo; asimismo los factores de dependencia emocional asociados a los esquemas son miedo e intolerancia a la soledad, prioridad de la pareja y deseos de control de la pareja; lo que hace evidente que las mujeres con violencia presentan indicadores significativos de dependencia emocional.

Una de las limitaciones con las que cuenta la presente investigación es la ampliación de variables de estudio para crear un perfil cognitivo que abarque la mayor cantidad de características cognitivas posibles entre ellas el tipo de personalidad en la dependencia emocional. Por otra parte el análisis estadístico tendría que ser más detallado y predictivo para determinar las posibles alteraciones o características de algún nivel de dependencia emocional.

La relevancia de esta investigación va encaminada a que se han determinado características cognitivas como distorsiones cognitivas (falacia de recompensa divina, filtraje y visión catastrófica) y esquemas desadaptativos (abandono, desconfianza/abuso y auto-sacrificio) que son propios de un perfil cognitivo de los estudiantes de dependencia emocional, esto servirá como precedente para posteriores investigaciones de los estudiantes interesados en esta problemática que no ha sido abordada en el país y cuenta con un número de participantes evaluados significativo y con datos estadísticos específicos de los niveles de dependencia emocional, factores de la dependencia emocional, relación de la dependencia emocional y distorsiones cognitivas, relación entre dependencia emocional y esquemas desadaptativos y una correlación entre dependencia emocional, distorsiones cognitivas y esquemas desadaptativos. Es visible el análisis minucioso realizado de las variables de estudio y la fundamentación de cada una.

### 3.3. CONCLUSIONES

- Los porcentajes obtenidos acerca de los niveles de dependencia emocional son: nivel bajo 74.1%, nivel medio 25% y nivel alto 0.9% y los factores predominantes son Ansiedad por Separación y la Expresión Afectiva de la Pareja, dando a conocer que un cuarto de la muestra evaluada padece de esta afectación teniendo características de separarse de la pareja y quedarse solos, y la falta de gestos o muestra de cariño se torna alarmante para los sujetos que presentan dependencia emocional.
- Las distorsiones cognitivas que son la Falacia de Recompensa Divina la misma que se caracteriza porque el sujeto no busca solución a sus problemas y tiene la estructura cognitiva de que sus adversidades se arreglarán por sí solas, Filtraje que consiste en que el individuo opta por tener una sola idea o aparente solución acerca de una situación, Visión Catastrófica la persona tiene la connotación de que los acontecimientos venideros serán de forma catastrófica en cuanto a sí mismo se refiere y la Sobre generalización que tiene como característica contar con un hecho particular de un acontecimiento que sucede, es decir, piensa que las circunstancias próximas van a tener las mismas consecuencias anteriores.
- Los esquemas desadaptativos tempranos que predominan en los estudiantes universitarios evaluados son: el Abandono que es la aparente certeza que tiene una persona acerca de que la abandonen y es un esquema significativo en la vida del sujeto; Desconfianza/Abuso, la persona piensa que las personas que la rodean le van a hacer algún tipo de daño; Autosacrificio, que es el esquema en el cual el sujeto está pendiente de las actividades de terceras personas antes que las propias; Inhibición Emocional, el individuo que posee este tipo de esquema no demuestra de forma espontánea las expresiones emocionales.
- La correlación positiva existente entre la dependencia emocional, las distorsiones cognitivas y esquemas desadaptativos que estructuran el perfil cognitivo de la dependencia emocional, las distorsiones presentes son el Filtraje o Abstracción Selectiva, Sobregeneralización, Visión Catastrófica, Falacia de Justicia y Falacia de Recompensa Divina; con respecto a la relación con los esquemas desadaptativos la correlación positiva que existe es con: Abandono, Auto-sacrificio, Inhibición Emocional. Demostrando así la hipótesis de estudio y comprobando que existe un



perfil cognitivo característico de la dependencia emocional en estudiantes de la Carrera de Terapia Física y Deportiva de la Universidad Nacional De Chimborazo.

### **3.4. RECOMENDACIONES**

- Se recomienda impulsar nuevos estudios que aborden la dependencia emocional con otras variables y enfoques con el fin de detallar a fondo más información para que estudiantes puedan conocer el porqué de esta problemática.
- Que los profesionales de la salud mental se centren en esta información e implementen campañas, charlas, modelos de prevención y protocolos de atención clínica enfocados en reconocer esta problemática como un trastorno en sí, no como una sintomatología de otros trastornos.
- Que las instituciones de educación superior como la Universidad Nacional de Chimborazo creen campañas de prevención primaria para que eduquen a la población estudiantil sobre este problema y de esta manera prevenir los problemas sociales, emocionales, físicos que acarrea la dependencia emocional.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

- Aguilera, R., & Llerena, A. (2015). *Dependencia emocional y vínculos afectivos en estudiantes de la carrera de psicología clínica de la Universidad Nacional de Chimborazo, periodo noviembre 2014-abril 2015*. Riobamba: Universidad Nacional de Chimborazo.
- Aiquipa, J. (2015). Dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja. *Revista de Psicología*, 411-437.
- American Psychological Association. (2010). *APA. Diccionario conciso de psicología*. Editorial El Manual Moderno.
- Álvarez, L., Ayala, N., & Bascañán, R. (2018). Las distorsiones cognitivas y el riesgo de suicidio en una muestra de adolescentes chilenos y colombianos: un estudio descriptivo-correlacional. *Psicogente*, 1-22.
- Bahamón, M. (2013). Relación entre esquemas inadaptativos, distorsiones cognitivas y síntomas de ludopatía en jugadores de casinos. *Pensamiento Psicológico*, 89-102.
- Baquero, P. (2019). *Dependencia emocional y Estrategias de afrontamiento en mujeres víctimas de violencia de pareja: Centro de Apoyo Integral "Las Tres Manueles"*. Quito: Universidad Central del Ecuador.
- Beck, A. (1979). *Terapia Cognitiva, conceptos básicos y profundización*. Estados Unidos: Editorial International University Press.
- Beck, J. (2000). *Terapia Cognitiva. Conceptos básico y profundización*. Barcelona: Gedisa.
- Beneyto, J. (2018). *Dependencia emocional hacia la pareja en universitarios de una Facultad de Psicología*. Lima: Universidad Ricardo Palma.
- Bootzin, R., & Reiss, S. (1985). *Theoretical issues in behavior therapy*. Orlando: Academic press.
- Bornstein, R. (2006). The complex relationship between dependency and domestic violence: Converging psychological factors and social forces. *APA PsycNet*, 595–606.
- Caro, I. (1997). *Manual de psicoterapias cognitivas*. Barcelona: Paidós.
- Castelló, J. (2005). *Dependencia emocional: características y tratamiento*. Madrid: Alianza.
- Castelló, J. (2012). *La superación de la dependencia emocional*. Malaga: Corona Borealis.
- Castrillón, D., Chavez, L., Ferrer, A., Londoño, N., Maestre, K., Marín, C., & Schnitter, M. (2005). Validación del YOUNG SCHEMA QUESTIONNAIRE LONG FORM - SECOND EDITION (YSQ - L2) en la población Colombiana. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 541-560.
- Cobeñas, J., & Montenegro, J. (2018). *Niveles de dependencia emocional y tipos de distorsiones cognitivas en mujeres maltratadas de un hospital nivel II-1 del distrito*

de FERREÑAFE, septiembre- diciembre, 2017. Chiclayo: Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo.

- Gabalda, I. (2013). El estudio de la personalidad en el modelo cognitivo de Beck reflexiones críticas. *ResearchGate*, 19-49.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2014). *Metodología de Investigación*. México: McGRAW-HILL.
- Huerta, R., Ramírez, N., Ramos, J., Murillo, L., Flacón, C., Misare, M., & Sánchez, J. (2016). Esquemas cognitivos disfuncionales y dependencia emocional en mujeres con y sin violencia en la relación de pareja de la ciudad de Lima. *Revista de Investigación en Psicología*, 145-162.
- Lemos, M., & Londoño, N. (2006). Construcción y validación del cuestionario de dependencia emocional en población colombiana. *Redalyc.org*, 127-140.
- Lemos, M., Jaller, C., González, A., Díaz, Z., & De la Ossa, D. (2012). Perfil cognitivo de la dependencia emocional en estudiantes universitarios en Medellín, Colombia. *redalyc.org*, 395-404.
- Lescano, G., & Salazar, V. (2020). Dependencia emocional, depresión y ansiedad en mujeres víctimas de violencia. *Delectus*, 1-13.
- Marzillier, J. (1980). Cognitive therapy and behavioural practice. *ScienceDirect*, 249-258.
- Molina, I. (2006). Innovación y difusión del cambio lingüístico en Madrid. *Revista de Filología Española*, 127-149.
- Moral, M., & González, M. (2020). Distorsiones Cognitivas y Estrategias de Afrontamiento en Jóvenes con Dependencia Emocional. *REVISTA IBEROAMERICANA DE PSICOLOGÍA Y SALUD*, 15-30.
- Naranjo, K. (2020). *Cualidades esenciales de análisis psicométrico del inventario de pensamientos automáticos-distorsiones cognitivas de Ruiz y Lujan, en el pilotaje de los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Paul Dirac de la ciudad de Quito*. Quito: Universidad Central del Ecuador.
- Ponce, C., Aiquipa, J., & Arboccó, M. (2019). Dependencia emocional, satisfacción con la vida y violencia de pareja en estudiantes universitarias. *ScieloPerú*.
- Real Academia Española (1992). *Pensamiento*. Obtenido de <https://dle.rae.es/pensamiento?m=form>
- Rimassa, C. (2016). Cognición: denominador común para los estudios del lenguaje en las ciencias cognitivas. *Literatura y lingüística*, 325-348.
- Riso, W. (2006). *Terapia cognitiva: fundamentos teóricos y conceptualización del caso clínico*. Bogotá: Norma.
- Ruiz, M., Díaz, M., & Villalobos, A. (2012). *Manual de técnicas de intervención cognitivo-conductuales*. Bilbao: Desclée De Brouwer.

- Ruiz, L. (2021). *Psicología y Mente*. Obtenido de Prueba de chi-cuadrado ( $\chi^2$ ): qué es y cómo se usa en estadística: <https://psicologiaymente.com/miscelanea/prueba-chi-cuadrado>
- Urbiola , I., Estévez, A., Iruarrizaga, I., & Jauregui, P. (2017). Dependencia emocional en jóvenes: relación con la sintomatología ansiosa y depresiva, autoestima y diferencia de género. *redylac.org*, 260-268.
- Vallejo, G. (2011). *Evaluación de un programa para el desarrollo del pensamiento formal en estudiantes del décimo año de educación básica de la unidad educativa "Tumbaco" de la Ciudad de Quito*. Quito: Universidad Técnica Particular de Loja.

## ANEXOS

- Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE)

### CDE

LEMON M. & LONDOÑO, N. H. (2006)

*Instrucciones:*

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

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

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

- Cuestionario de Esquemas Desadaptativos Tempranos (Young Schema Questionnaire Long Form - Second Edition [YSQ-L2], 1990)

*CUESTIONARIO DE ESQUEMAS DE YOUNG, YSQ-L2\**

D. Castrillón, L. Chaves, A. Ferrer, N. H. Londoño, K. Maestre, C. Marín, M. Schnitter (2003)

Universidad de San Buenaventura – Medellín (Colombia)

Desarrollado por Jeffrey E. Young, PhD y Gary Brown, Med. Copyright, 1990. N° Protocolo

Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: Masculino (\_\_\_) Femenino (\_\_\_)  
 Estado Civil: \_\_\_\_\_  
 Estrato socioeconómico: 1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ( ) 5 ( ) 6 ( )

**INSTRUCCIONES**

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

	1	2	3	4	5	6
	Completamente falso de mí	La mayor parte falso de mí	Ligeramente más verdadero que falso	Moderadamente verdadero de mí	La mayor parte verdadero de mí	Me describe perfectamente
1 Las personas no han estado ahí para satisfacer mis necesidades emocionales.						
2 Por mucho tiempo de mi vida, no he tenido a nadie que quisiera estar estrechamente ligado a mí, y compartir mucho tiempo conmigo.					1	2 3 4 5 6
3 La mayor parte del tiempo no he tenido a nadie que realmente me escuche, me comprenda o esté cintonado con mis verdaderas necesidades y sentimientos.					1	2 3 4 5 6
4 Rara vez he tenido una persona fuerte que me brinde consejos sabios o dirección cuando no estoy seguro de qué hacer.					1	2 3 4 5 6
5 Me preocupa que las personas a quienes me siento cercano me dejen o me abandonen.					1	2 3 4 5 6
6 Cuando siento que alguien que me importa está tratando de alejarse de mí, me desespero.					1	2 3 4 5 6
7 Me aflijo cuando alguien me deja solo(a), aún por un corto periodo de tiempo.					1	2 3 4 5 6
8 No puedo contar con que las personas que me apoyan estén presentes en forma consistente.					1	2 3 4 5 6
9 Me preocupa muchísimo que las personas a quienes quiero encuentren a alguien más a quien prefieran, y me dejen.					1	2 3 4 5 6
10 Necesito tanto a las otras personas que me preocupo acerca de la posibilidad de perderlas.					1	2 3 4 5 6
11 Me siento tan indefenso(a) si no tengo personas que me protejan, que me preocupa mucho perderlas.					1	2 3 4 5 6
12 Si alguien se comporta muy amable conmigo, asumo que esa persona debe estar buscando algo.					1	2 3 4 5 6
13 Me da una gran dificultad confiar en la gente.					1	2 3 4 5 6
14 Sospecho mucho de las intenciones de las otras personas.					1	2 3 4 5 6

Continúa

