

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES**  
**FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES**



Autoestima y Dependencia Emocional en mujeres que asisten al Centro de Salud de Corrales Servicio de Psicología Año 2019.

**TESIS**

Para optar la licenciatura en Psicología

Autora: Keisy Noelly Valladares Mogollon

Tumbes, 2019

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES**  
**FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES**



Autoestima y Dependencia Emocional en mujeres que asisten al Centro de Salud de Corrales Servicio de Psicología Año 2019.

**Tesis aprobada en forma y estilo por:**

Presidente: Dra. Barreto Espinoza Marilú Elena

Secretario: Dr. Pérez Urruchi Abraham Eudes.

Vocal: Dra. Ávila Gómez Clarissa

Tumbes, 2019

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES**  
**FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES**



Autoestima y Dependencia Emocional en mujeres que asisten al Centro de Salud de Corrales Servicio de Psicología Año 2019.

Los suscritos declaramos que la tesis es original en su contenido y forma.

Autora: Valladares Mogollon Keisy Noelly

Asesora: Dra. Rhor García Godos Eva Matilde

Tumbes, 2019

## **DEDICATORIA**

A mis padres, Noe Valladares y Gricelda Mogollón, quienes me apoyaron y guiaron; a mi hermano Esau por su comprensión y motivación constante.

También a mis amigos, que se convirtieron en mi familia "HAM", porque a pesar de las dificultades estuvimos unidos y apoyándonos mutuamente hasta el final.

## **AGRADECIMIENTO**

Le agradezco a Dios por darme fuerzas cuando más las necesité y guiarme hasta culminar esta tesis y por bendecirme siempre.

A mi familia por su apoyo incondicional, consejos, motivación y por enseñarme a ser una persona perseverante.

También quiero expresar mi gratitud a la Dra. Rhor García Godos Eva Matilde, quien siempre me apoyo y me brindo facilidades para que pueda adquirir conocimientos académicos y así crecer como profesional.

Finalmente le agradezco al centro de salud del Distrito de Corrales su colaboración para que se pueda desarrollar esta investigación de la mejor manera.



### ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

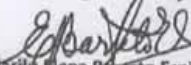
En la ciudad de Tumbes, siendo las nueve horas del día jueves cuatro de junio del 2020, en modo virtual utilizando el programa de zoom los miembros del Jurado Evaluador designado según la Resolución 045-2019- UNTUMBES/FACSO-D e integrado por los docentes: Dra. Marilú Elena Barreto Espinoza (Presidenta), Dr. Abraham Eudes Pérez Urruchi (Secretario) y Dra. Clarisa Ávila Gómez (Vocal), se reunieron para evaluar la sustentación de la tesis titulada: Autoestima y dependencia emocional en mujeres que asisten al Centro de salud de Corrales Servicio de Psicología año 2019, presentada por la bachiller de la Escuela Psicología de la FACSO, Universidad Nacional de Tumbes, Keisy Noelly Valladares Mogollón. Asimismo se contó con la presencia de la asesora del proyecto Dra, Eva Matilde Rhor García Godos, la secretaria Académica de la FACSO Mg Wendy Catherine Jesús Cedillo Lozada, y alumnos de Psicología de la UNTUMBES.

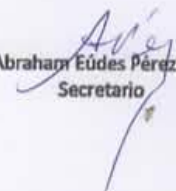
A las nueve horas con 00.00 minutos y de acuerdo a lo estipulado por el Reglamento respectivo, la Presidenta del Jurado dio por iniciado el acto.


Luego de la exposición del trabajo, la formulación de preguntas y la deliberación del jurado la declararon APROBADA por unanimidad con el calificativo de BUENO.

Por tanto la Br. Keisy Noelly Valladares Mogollón queda APTA, para que el Consejo Universitario de la Universidad Nacional de Tumbes, le expida el Título Profesional de Licenciada en Psicología.

Siendo las diez horas con cincuenta minutos, la Presidenta del Jurado dio por concluido el presente acto académico, indicando el veredicto del jurado para mayor constancia de lo actuado firmaron en señal de conformidad todos los integrantes del jurado.

  
Dra. Marilú Elena Barreto Espinoza  
Presidenta del Jurado

  
Dr. Abraham Eudes Pérez Urruchi  
Secretario

  
Dra. Clarisa Ávila Gómez  
Vocal

C.C: Vice rectorado De Investigación,  
Vice rectorado Académico  
Unidad de Investigación FACSO  
Interesada  
Archivo

## INDICE GENERAL

DEDICATORIA.....	i
AGRADECIMIENTO .....	ii
RESUMEN .....	viii
INTRODUCCION .....	10
I. ESTADO DEL ARTE .....	13
1.1. ANTECEDENTES.....	13
1.1.1. Internacionales.....	13
1.1.2. Nacionales .....	15
1.1.3. Locales .....	17
1.2. Marco teórico .....	17
DEPENDENCIA EMOCIONAL.....	17
1.3. AUTOESTIMA .....	23
II. MATERIALES Y MÉTODOS .....	29
2.1. Tipo de estudio y diseño de la investigación.....	29
2.2. Población, muestra y muestreo .....	29
2.2.1 Población y muestra.....	29
2.3. Técnicas e Instrumentos.....	29
2.4. Procesamiento de datos y análisis de datos.....	30
2.5. Consideraciones éticas.....	31
III. RESULTADOS .....	32
IV. DISCUSION.....	38
V. CONCLUSIONES .....	42
VI. RECOMENDACIONES.....	43
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	44

## INDICE DE CUADROS

	<b>Páginas</b>
CUADRO 1: Coeficiente de correlación y determinación de Pearson de autoestima y dependencia emocional en mujeres que asisten al Centro de Salud de Corrales Servicio de Psicología año 2019.....	32
CUADRO 2: Nivel de autoestima que presentan las mujeres que asisten al Centro de Salud de Corrales Servicio de Psicología año 2019.....	33
CUADRO 3: Nivel de dependencia emocional que presentan las mujeres que asisten al Centro de Salud de Corrales Servicio de Psicología año 2019.....	34
CUADRO 4: Coeficiente de correlación y determinación de Pearson entre la dimensión de sí mismo y dependencia emocional en mujeres que asisten al Centro de Salud de Corrales Servicio de Psicología año 2019.....	35
CUADRO 5: Coeficiente de correlación y determinación de Pearson entre la dimensión social y dependencia emocional en mujeres que asisten al Centro de Salud de Corrales Servicio de Psicología año 2019.....	36
CUADRO 6: Coeficiente de correlación y determinación de Pearson entre la dimensión familiar y dependencia emocional en mujeres que asisten al Centro de Salud de Corrales Servicio de Psicología año 2019.....	37

## INDICE DE FIGURAS

	<b>Página</b>
Capítulo III. Resultados.....	32
Gráfico 3.1 Nivel de autoestima.....	33
Gráfico 3.2 Nivel de dependencia emocional.....	34

## ÍNDICE DE ANEXOS

	<b>Páginas</b>
ANEXOS.....	48
Anexo 1 Matriz de consistencia.....	49
Anexo 2 Operacionalización de variables de dependencia emocional.....	50
Anexo 3 Operacionalización de variables autoestima.....	51
Anexo 4 Consentimiento informado.....	52
Anexo 5 Ficha técnica de dependencia emocional.....	53
Anexo 6 cuestionario de dependencia emocional.....	54
Anexo 7 Ficha técnica de autoestima.....	55
Anexo 8 cuestionario de autoestima en adultos.....	57

## RESUMEN

El trabajo de investigación titulado Autoestima y Dependencia emocional en mujeres que asisten al Centro de Salud de Corrales Servicio de Psicología año 2019, tuvo como objetivo determinar la relación inversa que existe entre autoestima y dependencia emocional de las usuarias. El diseño corresponde a descriptiva correlacional no experimental, la muestra de tipo no probabilístico por conveniencia, estuvo conformada por 63 mujeres que asistieron en el turno mañana, las hipótesis fueron;  $H_i$ : existe relación inversa entre autoestima y dependencia emocional en mujeres que asisten al centro de salud de Corrales servicio de Psicología año 2019 y  $H_o$ : Existe relación directa entre autoestima y dependencia emocional en mujeres que asisten al Centro de Salud de Corrales Servicio de Psicología año 2019. Los instrumentos que se utilizaron fueron el Inventario de Autoestima de Coopermith para adultos (consta de 25 ítems y el área de sí mismo, social y familiar.) y el Cuestionario de Dependencia Emocional (consta 23 ítems y consta de 6 dimensiones: ansiedad de separación, expresión afectiva de la pareja, modificación de planes, miedo a la soledad, expresión límite y búsqueda de atención). Para el análisis estadístico se utilizó la prueba Pearson, mediante criterio estadístico SPSS. Los resultados obtenidos muestran que el 100% de las mujeres presenta autoestima baja y el 17% de las mujeres tiene una dependencia emocional patológica, probándose la  $H_i$ : existe una correlación inversa moderada significativa entre autoestima y dependencia emocional.

Palabras clave: Autoestima, dependencia emocional.

## **ABSTRACT**

Research work entitled Self-Esteem and Emotional Dependence on Women Attending the Health Center of Corrales Psychology Service 2019, aimed to determine the inverse relationship between self-esteem and emotional dependence of female users. The design corresponds to non-experimental correlated descriptive, the non-probabilistic type sample for convenience, the non-probabilistic type sample for convenience, was made up of 63 women who attended on the morning shift, the hypotheses were; Hi: there is an inverse relationship between self-esteem and emotional dependence in women attending the Health Center of Corrales Psychology Service 2019 and Ho: There is a direct relationship between self-esteem and emotional dependence in women attending the Health Center of Corrales Psychology Service year 2019. The instruments used were Coopermith's Adult Self-Esteem Inventory (consisting of 25 items and the area of itself, social and family.) and the Emotional Dependency Questionnaire (consists of 23 items and consists of 6 dimensions: separation anxiety, the couple's affective expression, modification of plans, fear of loneliness, limit expression and seeking attention). The Pearson test was used for statistical analysis, using SPSS statistical criteria. The results obtained show that 100% of women have low self-esteem and 17% of women have pathological emotional dependence, trying Hi: there is a significant moderate inverse correlation between self-esteem and emotional dependence.

Keywords: Self-esteem, emotional dependence.

## INTRODUCCION

La autoestima para Coopersmith (1990) es la evaluación que hace y mantiene la persona de sí mismo en la cual adopta una actitud de aprobación que indicaría que es un ser digno, importante y capaz. Por otro lado, para la La Asociación Nacional para la Autoestima (National Association for Self-Esteem) considera que es la capacidad que tienen las personas de poder enfrentar diversos obstáculos, la confianza y seguridad de sí mismos.

Mientras que la dependencia emocional significa una necesidad afectiva y excesiva que obliga a la persona satisfacerla mediante su pareja, su vida empieza a girar en torno al amor. Y se caracterizan por la exclusividad en las relaciones, sumisión e idealización hacia la pareja, el temor al abandono, pánico a la soledad y baja autoestima. Castello (2005)

En la actualidad la dependencia emocional afecta más a las mujeres, según la investigación realizada en el Perú por Carmelino (2016) refiere que el estudio de la psicóloga Lizbet Cueva concluyó que el 70% de las mujeres son dependientes emocionales, lo que significa que la gran mayoría de ellas se encuentra en relaciones tóxicas afectando su integridad física, mental y emocional. Esto se encuentra disfrazado en algunos casos de violencia intrafamiliar ya que según la estadísticas de la OMS (2017) indica que por lo menos una de cada 3 mujeres 35% ha sufrido de violencia física y sexual y en todo el mundo el 30 % de las mujeres ha tenido una relación en la que han sido violentadas por parte de su pareja y el 38% de las mujeres han sido asesinadas, pero muchas de ellas han continuado con sus parejas y esto se debe a que en algunos casos han desarrollado un vínculo afectivo patológico.

Entonces se puede concluir que, de acuerdo a la cultura, las experiencias durante la infancia y adolescencia determinan el nivel de autoestima que la persona desarrolle; y son las mujeres quienes a nivel nacional son más dependientes emocionales puesto que según Robles (2015) se debe a los modelos machistas y arquetipos de amor que se les transmite desde pequeñas.

El Distrito de Corrales se caracteriza por tener una actividad económica en el área de la ganadería y agricultura, recibiendo sus ingresos económicos son de acuerdo a las campañas de cosecha de los diversos productos en especial del arroz quien tiene campaña chica y campaña grande en el Perú, siendo sus ingresos semestrales y a la demanda de ganadería para consumo humano. La familia participa activamente en las actividades económicas, generando muchas veces que las parejas se dediquen solo a las tareas domésticas, y por la forma de cultura la gran mayoría establece una relación de pareja durante la época de estudios secundarios o al término de ellos, por lo que son pocas las que continúan una formación profesional de nivel técnico o superior. Esto origina una dependencia económica respecto al varón, quien se encarga de llevar el dinero a la casa, asumiendo la responsabilidad del hogar completamente. Y cuando existen problemas mayores le genera inestabilidad a la mujer por no contar con un recurso económico propio; asimismo en el área afectiva desarrolla en ellas la falta de seguridad, sentimientos de inferioridad, entonces su autoestima baja inmediatamente perdiendo así su amor propio.

Existen un sin número de factores que propician y potencian la dependencia emocional, dentro de ellos se encuentra la idea de estar enfocada en la crianza de los hijos y preocupadas en el esposo; la dependencia económica ligado en ocasiones a la idea de que no son capaces de realizar otras actividades, el miedo a la separación por comentarios tanto de amistades como de familiares ante un evidente fracaso. Debido a ello estas mujeres se ven obligadas a permanecer junto a su pareja, creyendo que no son autosuficientes y desestimándose a sí mismas.

A partir de ello aparece el interés por esta problemática, lo que conllevó a plantear la siguiente pregunta ¿Hay una relación inversa entre autoestima y dependencia emocional en mujeres que asisten al Centro de Salud de Corrales

Servicio de Psicología? Para responder dicha pregunta se planteó el siguiente objetivo general: determinar si existe relación inversa entre autoestima y dependencia emocional en mujeres.

Se han desglosado las siguientes los objetivos específicos: (1) Establecer los niveles de dependencia emocional. (2) Establecer los niveles de autoestima. (3) Determinar la relación inversa que existe entre el área de sí mismo y dependencia emocional. (4) Determinar la relación inversa que existe entre el área social y dependencia emocional. (5) Determinar la relación inversa que existe entre el área familiar y dependencia emocional.

A partir de ello se desglosaron las hipótesis específicas: (1) hi: Existe dependencia emocional en mujeres que asisten al Centro de Salud de Corrales Servicio de Psicología. (2) hi: Existe autoestima baja en mujeres que asisten al Centro de Salud de Corrales Servicio de Psicología. (3) hi: Existe relación inversa entre el área de sí mismo y dependencia emocional en mujeres que asisten al Centro de Salud de Corrales Servicio de Psicología. (4) hi: Existe relación inversa entre el área social y dependencia emocional en mujeres que asisten al Centro de Salud de Corrales Servicio de Psicología. (5) hi: Existe relación inversa entre el área familiar y dependencia emocional en mujeres que asisten al Centro de Salud de Corrales Servicio de Psicología.

La investigación se justifica para que sirva como marco referencial a otras investigaciones; así mismo proporciona conocimiento de otros profesionales que conozcan cómo se manifiesta la dependencia emocional en relación a la baja autoestima y de esa manera permitiría realizar programas de intervención psicológica; respecto a las usuarias proporcionaría que reconozcan el nivel de dependencia emocional en la que se encuentran, y de esa manera asumirían conciencia de su situación, aperturando la posibilidad de buscar ayuda profesional y lograr superar dicho problema.

## I. ESTADO DEL ARTE

### 1.1. ANTECEDENTES

Los antecedentes internacionales que se encontraron son:

#### 1.1.1. Internacionales

Borbor (2015) realizó el trabajo de investigación titulado “la dependencia emocional y su incidencia en la autoestima de la ama de casa de 20 a 30 años del barrio la concepción de la parroquia santa rosa, cantón salinas, provincia de Santa Elena periodo 2014-2015” esta investigación es de tipo correlacional, descriptiva y bibliográfico, los instrumentos que utilizaron fue una encuesta auto elaborada y entrevista dirigida, tuvo como objetivo determinar cómo influye la dependencia emocional y sus consecuencias en la relación de pareja y conocer el nivel de autoestima de dichas mujeres, llegó a la conclusión que el 49 % de las mujeres son controladas, mientras el 51 % restante recibe críticas y humillaciones, el 48 % de ellas ha perdido contacto con amigos(as) familiares para evitar que su pareja se moleste y el 50 % considera que tienen una mala calidad de vida en su relación.

Salguero (2016) llevó a cabo esta investigación con el título de “Rasgos de dependencia emocional de las mujeres estudiantes de licenciaturas psicología clínica y psicología industrial de la universidad Rafael Landívar” es de tipo cuantitativo-descriptivo con un diseño transaccional, el instrumento que utilizaron fue un cuestionario creado por el investigador de tipo Likert, su objetivo fue determinar si las mujeres estudiantes de psicología clínica como las de industrial presentan rasgos de dependencia emocional, llegaron a la conclusión que presentan rasgos de dependencia emocional leve y su autoestima es elevada.

Tello (2016) realizó un trabajo de investigación con el título de “autoestima y dependencia emocional en los adolescentes de tercero de bachillerato de la unidad educativa salcedo” es de tipo descriptiva, relaciona las variables y el sistema es de causa y efecto, los instrumentos que utilizaron fueron “escala de autoestima de Rosenberg y cuestionario de dependencia emocional de Lemos y Londoño”. Esta investigación tuvo como objetivo encontrar la relación entre autoestima y dependencia emocional de los adolescentes, llegó a la conclusión que si existe relación entre las dos variables y genera conflictos en los adolescentes tanto en lo afectivo como en lo evolutivo.

Pinto (2017) realizó el trabajo de investigación con el título de “Dependencia emocional y autoestima en mujeres que viven en situación de pareja unida” esta investigación es de tipo correlacional descriptiva, no experimental, transversal, cuantitativa y mixta, los instrumentos que utilizaron fueron el test de dependencia emocional de Jorge Castello, el inventario de autoestima de Coopersmith y una entrevista cognitiva semi-estructurada, su objetivo fue evaluar y explicar la relación que existe entre dependencia emocional y autoestima, llegó a la conclusión que las consecuencias de la dependencia emocional en las mujeres es muy negativa, genera un deterioro de la autoestima que incrementa progresivamente, en ello encontramos la autovaloración y autoaprobación, en el nivel físico, emocional y conductual.

Ante (2017) realizó la investigación titulada “Autoestima y dependencia emocional en los estudiantes de los primeros semestres de la Universidad Técnica de Cotopaxi” es de tipo descriptiva, los instrumentos que utilizaron fueron el cuestionario de autoestima en adultos de Coopersmith y el Cuestionario de dependencia emocional (CDE) de Castelló. Su objetivo fue determinar la incidencia de la autoestima en la dependencia emocional en los estudiantes. su conclusión fue: Que la autoestima incide en la dependencia emocional, y es el nivel medio el que más predomina con un porcentaje de 58.33 %; así mismo presentan un 75% de dependencia significativa, un 12,5% moderada y el 8,33% baja. Ante dicha incidencia genera la exclusividad del género femenino, poca confianza y aceptación, así también carece de su valorar como ser humano y como mujer, influenciado por lo social y familiar.

### 1.1.2. Nacionales

En los antecedentes nacionales se encontraron a:

Mallma (2014) realizó este trabajo de investigación titulado “Relaciones intrafamiliares y dependencia emocional en estudiantes de psicología de un centro de formación superior de lima sur” este tipo de investigación es correlacional, no experimental, transversal, los instrumentos que utilizaron fue escala de evaluación de las relaciones intrafamiliares y escala de dependencia emocional ACCA, tuvo como objetivo establecer relación entre dichas variables y llegó a la conclusión que existe relación altamente significativa inversa entre las relaciones intrafamiliares y la dependencia emocional.

Calla y Uyuquipa (2015) realizaron el trabajo de investigación titulado “Habilidades sociales y dependencia emocional en los estudiantes del quinto año de la Institución Educativa Secundaria Industrial Perú Birf de la ciudad de Juliaca, 2014” esta investigación es de tipo correlacional descriptiva de corte transversal, los instrumentos que utilizó fueron una encuesta de la Escala de Habilidades Sociales (EHS) y el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE), tuvo como objetivo encontrar la relación que existe entre dichas variables, se llegó a la conclusión que existe correlación indirecta y significativa con un nivel de significancia del 5 %.

Silva y Johnson (2017) realizaron una investigación titulada “Dependencia emocional y características de la personalidad en estudiantes universitarios” este tipo de investigación es cuantitativa, no experimental correlacional descriptiva, los instrumentos que utilizó fueron el inventario de dependencia emocional y el inventario de personalidad Eysenck forma B– para Adultos, tuvo como objetivo determinar la relación entre dependencia emocional y las características de la personalidad, llegó a la conclusión que existe relación altamente significativa positiva entre las dimensión “N” Estable - Inestable de la personalidad y dependencia emocional; mientras que en la dimensión “E” Extroversión – Introversión de la personalidad y dependencia emocional se evidencia que existe una relación no significativa.

Morante y Palacios (2017) realizaron la presente investigación titulada “Dependencia emocional y Satisfacción marital en mujeres víctimas de violencia de pareja que asisten a un hospital de nivel II – 1 de Lambayeque, de setiembre - diciembre del 2017” esta investigación es de tipo no experimental descriptiva, los instrumentos utilizados fueron Inventario de Dependencia Emocional e Inventario Multifacético de Satisfacción Marital, su objetivo fue determinar los niveles de dependencia emocional y satisfacción marital, como también identificar los niveles de sus factores de manera específica y describir los aspectos sociodemográficos, llegaron a la conclusión que existe altos niveles de dependencia emocional al igual que sus factores, baja satisfacción marital y en lo sociodemográfico han sido víctimas de violencia en la niñez o adolescencia.

Alalu (2017) realizó esta investigación titulada “Dependencia emocional según la teoría de Jorge Castelló.” Esta investigación realizó un estudio de caso único, mediante el proceso cuantitativo y cualitativo. Los instrumentos utilizados fueron Observación de conducta y entrevista al sujeto de evaluación, Anamnesis, Inventario de Cociente Emocional Baron Ice, Inventario de personalidad Neo Pi- R, Inventario Clínico Multiaxial Millon II, Inventario de Dependencia Emocional – IDE, Entrevista Clínica para la Dependencia Emocional, Castelló, 2005, Entrevista al informante. En este estudio participó una mujer de 36 años que tenía como diagnóstico depresión mayor y una informante quien era su amiga desde los 10 años, esta investigación tuvo como objetivo ejemplificar mediante este caso la teoría propuesta de Castello (2005) acerca de la dependencia emocional, en la cual llega a la conclusión que es válida la teoría y que la dependencia emocional se caracteriza por la baja autoestima, miedo a la soledad y una tendencia a tener relaciones desequilibradas.

### **1.1.3. Locales**

En los antecedentes locales se encontraron a:

Siapo (2015) realizó esta investigación titulada “Relación entre autoestima y felicidad en estudiantes de 4to de secundaria de una institución educativa pública, tumbes -2015”. Esta investigación es de tipo descriptiva correlacional porque busca determinar la relación que existe entre dos más variables en determinado momento, es un diseño no experimental transaccional porque los datos se han obtenido en un momento dado. En esta investigación se utilizó una muestra no probabilística de modo intencional, la población con la que se trabajó fue 4to año de secundaria de la I.E República del Perú con las secciones A,B, C, D y E, que sería un total de 108 alumnos, en la cual tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre autoestima y felicidad de dicha muestra, obteniendo como conclusión que no existe relación entre la autoestima y la felicidad.

Melchor (2015) realizó esta investigación titulada “Autoestima y Dependencia Emocional en estudiantes de cuarto de secundaria de una Institución Educativa Pública, Tumbes-2015. Esta investigación es de tipo descriptiva correlacional, busca determinar la relación que existe entre dos o más variables, es no experimental transaccional. Los instrumentos que se utilizaron fueron inventario de Autoestima Coopersmith y el Cuestionario de Dependencia Emocional. Este estudio utilizó una muestra de 108 alumnos de 4to año de secundaria de la I.E República del Perú, tuvo como objetivo determinar si existe una relación significativa entre autoestima y dependencia emocional, llegaron a la conclusión que no hay relación entre dichas variables en los estudiantes, solo existe relación entre el área social y modificación de planes.

## **1.2. Marco teórico**

### **DEPENDENCIA EMOCIONAL**

Es un término que ha sido definido por diversos autores, en primer lugar, encontramos a Lemos y Londoño (2006) definen la dependencia emocional como la búsqueda de personas para que cubran aquellas necesidades emocionales insatisfechas.

Mientras que Congost (2011) la define como una adicción hacia la pareja, quien padece dependencia presenta una necesidad excesiva, pierde su libertad por buscar la felicidad, siendo esta desagradable, pero no ven la realidad.

Para Riso (2003) la dependencia emocional es un apego afectivo hacia la pareja y la persona que presenta apego no se sentirá preparada para terminar la relación, cuando se rompe el apego aparece el síndrome de abstinencia. Según Castello (2005) sería una necesidad afectiva y excesiva que obliga a la persona satisfacerla mediante su pareja, su vida empieza a girar en torno al amor. Esto será un patrón en el sujeto en todas sus relaciones amorosas, cabe recalcar que la necesidad no tiene que ver con el ámbito económico, material, minusvalía o una indefensión personal sino netamente emocional para que se considere un problema psicopatológico.

Así también Castello (2012) plantea como características de las personas con dependencia emocional las siguientes: Prioridad de la pareja sobre cualquier cosa, voracidad afectiva, tendencia a la exclusividad en las relaciones, idealización del compañero, sumisión hacia la pareja, pánico ante el abandono, trastornos mentales tras la ruptura, búsqueda de pareja con un perfil determinado, amplio historial de relaciones de pareja, baja autoestima, miedo a la soledad, necesidad de agradar.

Prioridad de la pareja sobre cualquier cosa: la persona dependiente emocionalmente, coloca a su pareja por encima de sí mismo, amigos y familiares, para que así nada perjudique su relación. Voracidad afectiva: consiste en que el dependiente quiere pasar el mayor tiempo posible junto a su pareja, en algunos casos esto no es posible debido a las actividades y obligaciones que tiene cada uno. Tendencia a la exclusividad en las relaciones: normalmente en las relaciones amorosas se quiere a la pareja para nosotros, pero en el caso de los dependientes emocionales caen en la exageración, es decir, les molesta los amigos, compañeros de trabajo, no quieren compartir a su pareja con nadie. Idealización del compañero: empieza a idealizar a la pareja y lo sobre valora, es poco probable que el dependiente se enamore de alguien a quien no admira, tiene que experimentar la sensación de que esta con alguien superior. Sumisión hacia la pareja: le permiten todo a su pareja, satisfacen sus

necesidades, cumplen órdenes y justifican sus actos, aunque estén mal. Pánico ante el abandono: considera su relación lo más importante que le causa mucho temor pensar en una ruptura.

Trastornos mentales tras la ruptura: (el síndrome de abstinencia) es la tristeza que siente el dependiente al terminar con su pareja, también aparece síntomas de ansiedad, pérdida de sentido a la vida y esto puede generar ideas suicidas. Búsqueda de pareja con un perfil determinado: tienden a buscar personas frías, poco afectivas, distantes posesivas y conflictivas.

Amplio historial de relaciones de pareja: creen que necesitan a alguien permanente en su vida y no se imaginan sin amor, es por ello por lo que cuando terminan una relación necesitan saber de la otra persona o buscan empezar otra relación inmediatamente por eso el tiempo que están solos es muy escaso. Baja autoestima: se refiere a las personas que no quieren a sí mismas, sin embargo, puede considerarse guapo e inteligente, pero puede ser que no se quiera de manera adecuada. Miedo a la soledad: tienen temor a estar solos, esto no solo aplica a una relación sentimental sino también a no querer estar solo en casa, por eso buscan pretextos para llamar a un amigo y pasar el tiempo, el miedo a permanecer solos les genera ansiedad, por eso están continuamente buscando acompañante. Necesidad de agradar: es muy común pero no aparece en todas las personas dependientes, satisface a todas las personas para obtener su aprobación y si esto no ocurre se sienten muy mal.

Por otro lado, Riso (2013) propone que una persona emocionalmente inmadura presenta las siguientes características: bajos umbrales para el dolor, búsqueda exagerada de emociones, baja tolerancia a la frustración, afrontamiento dirigido a las emociones, poca introspección, ilusión de permanencia y elevada impulsividad.

Bajos umbrales para el dolor: no soportan estar en un lugar incómodo o que alguien los haga sentir así, busca la manera de evitar el dolor físico y psicológico. Búsqueda exagerada de emociones: nada es suficiente y necesita estar buscando cosas novedosas constantemente. Baja tolerancia a la frustración: se enoja cuando las cosas no resultan como lo esperaba.

Afrontamiento dirigido a las emociones: te preocupas más por tratar de subsanar el dolor, el malestar que por resolver el problema. Poca introspección: presentará dificultad para observarse a sí mismo y el autoconocimiento será irreal o pobre. Ilusión de permanencia: defiende sus creencias como ejemplo que el mundo es estático y poco cambiante. Elevada impulsividad: dificultad para controlar sus impulsos, se deja llevar por sus emociones.

Riso, (2013) también propone autoesquemas mal adaptativos que desarrollan las personas dependientes emocionalmente, son: Minusvalía, desestima e inestabilidad.

Primer autoesquema negativo (Minusvalía): no se siente capaz de enfrentar la vida solo por ello necesita un acompañante, alguien que le dé la sensación de que está protegido, confunde el amor con la seguridad que necesita. Segundo autoesquema mal adaptativo: piensa que nadie lo quiere y que nadie llegará a quererlo, porque tienen dificultad para socializar o comunicarse con los demás. Tercer autoesquema el abandono (inestabilidad): piensan que si alguien llega a quererlos se aburrirá de él o ella. Es probable que lleguen a desarrollar la amorofobia, debido a muchos fracasos amorosos y la gran mayoría de veces no tiene claro por qué llegan a terminar sus relaciones.

Por otro lado Castillo (2005) propone cuatro factores que generan la dependencia emocional siendo los siguientes: carencias afectivas tempranas, foco en fuentes externas de autoestima, factores biológicos, y factores culturales y de género.

Características afectivas tempranas: es el abandono emocional por parte de aquellas personas significativas en cuanto a los abrazos, besos, elogios, valoración; ante dicha ausencia empiezan a creer que se lo merecen y lo normalizan. Foco en fuentes externas de autoestima: se refiere a que la idealización del otro es una manera de compensar el desequilibrio que se generó en la niñez y esa búsqueda de compensación se consolida en la edad adulta. Factores biológicos: se puede desarrollar si en la familia hay casos de adicciones o alcoholismo, así también algún problema neurológico como la depresión, ansiedad o estrés. Factores culturales y de género: son aquellos

patrones aprendidos en el área educativa y social, que desarrollan la idea del amor incondicional por parte de la mujer.

Así mismo Castello (2005) señala que existen dos características principales en la pareja de una persona dependiente, son: Son personas idealizables y narcisistas, explotadores.

Personas idealizables: suelen ser idealizados solo por aquella persona que presenta autoestima baja, ya que le asigna alguna cualidad que no las tienen o son exageradas, sin embargo, para los demás son desagradables. Narcisistas y explotadores: se sienten superiores a los demás por la cual minimizan al resto, se sobrevaloran y les gusta ser admirados.

Lemos y Londoño (2006) mencionan que la dependencia emocional está conformada por seis dimensiones: Ansiedad de separación, expresión afectiva, modificación de planes, el miedo a la soledad, expresión límite y búsqueda de atención.

Ansiedad de separación: aparece diversas emociones como el miedo al pensar que la relación puede terminar. Expresión afectiva: necesidad excesiva de que la pareja le demuestre amor, para que reafirme lo que siente y así evitar la inseguridad y desconfianza. Modificación de planes: cambia sus actividades, planes y comportamientos con el fin de satisfacer a su pareja y así compartir más tiempo con ella, es decir, dejar de hacer alguna actividad que ya tenía programada por complacer al otro. Miedo a la soledad: piensa que no puede vivir sin su pareja, la considera indispensable en su vida. Expresión límite: el dependiente emocional considera la separación como algo catastrófico, entonces ante una posible ruptura amorosa, la consecuencia de ello será la autoagresión. búsqueda de atención: el dependiente busca llamar la atención de su pareja, para la permanencia de la relación, y lo hace de manera histriónica.

Para Castello (2005) y Bernardo (2009) existen tres tipos de dependencias, las cuales son: la convencional, la oscilación vinculatoria y dominante.

La convencional: se trata de la exclusividad de la pareja, la necesidad excesiva por estar junto a ella, y hacer lo que sea para permanecer a su lado, como complacer, ser sumisa, aceptar humillaciones para que no se llegue a la ruptura. La oscilación vinculatoria: se da por periodos, pueden ser meses o años. La persona posee las características de un dependiente, presenta la necesidad afectiva extrema, pero luego de un tiempo desaparece a punto de no querer una pareja sentimental, renuncia en su totalidad. Sin embargo, luego la necesidad aparece nuevamente y se reinicia el ciclo. Dominante: tiene el mismo fin que la dependencia convencional, evitar que su pareja lo abandone, pero a diferencia de ese tipo de dependencia reemplaza la sumisión por el poder, significa que busca dominar, manipular a su pareja, ejerciendo el miedo sobre ella y así no termine la relación.

La dependencia emocional presenta fases, que se van a repetir en todas las relaciones de pareja de aquella persona que padezca dicho problema de necesidad excesiva de afecto, según Castello Blasco (2005) dichas fases son: Fase 1: Euforia, Fase 2: Subordinación, Fase 3: Deterioro, Fase 4: Ruptura, Fase 5: Relación de transición y Fase 6: Reinicio del ciclo.

Fase inicial de la euforia: se idealiza tener una pareja perfecta, entonces se crean expectativas que suelen ser difíciles de cumplir. Subordinación: la persona siente que ama tanto a su pareja que lo que diga es una orden y no se le puede contradecir. Deterioro: cuando la relación no se encuentra en un 20 estado de armonía, llega al quiebre a la separación. Ruptura con un fuerte sentimiento asociado a la ansiedad y depresión: la pareja busca ayuda profesional, porque su entorno como amigos y familiares ya no puede ayudarlos. Relaciones de transición: al sentirse solo, se busca una pareja inmediatamente, puede que sea parecida a la pareja anterior o una totalmente opuesta. Reinicio del ciclo: ocurre cuando ya se encontró una nueva persona que cumple con el mismo patrón de la expareja.

De acuerdo con Jorge Castello Blasco (2005), se define la dependencia emocional como una carencia afectiva que conlleva a que el sujeto busque llenar ese vacío emocional con sus relaciones amorosas, sin embargo, esta búsqueda desesperada siempre fracasará ya que los vínculos que establecen con su pareja son tóxicos, debido a que siempre colocan a la otra persona en primer lugar olvidándose de sí mismo. Las relaciones sentimentales de los dependientes emocionales son tóxicos ya que normalmente existen faltas de respeto, en algunos casos por su pareja y en otros por ambas partes, es por ello que Castello refiere que la violencia doméstica se relaciona con los dependientes, puesto que se caracterizan por la desestima, la sumisión para satisfacer al otro antes a que ellos mismos y el miedo a quedarse solos, entonces esto conllevará que ellos busquen cualquier razón para permanecer con la otra persona y que no sean abandonados.

### **1.3. AUTOESTIMA**

Las definiciones acerca de autoestima son diversas, pero para la presente investigación se han tomado en cuenta las siguientes:

Coopersmith (1990) define autoestima como la evaluación que hace y mantiene la persona de sí mismo en la cual adopta una actitud de aprobación que indicaría que es un ser digno, importante y capaz.

Pero (Paniagua 2012) sostiene que Maslow (1979) en su pirámide sobre las necesidades humanas, señalaba que la necesidad de aprecio tenía dos áreas, la primera el aprecio que el sujeto tenía de sí mismo como era la confianza, el amor propio y la valoración y la otra área la aceptación, el reconocimiento que tenemos de los demás.

Según La Asociación Nacional para la Autoestima (National Association for Self-Esteem) define la autoestima como la capacidad que tienen las personas de poder enfrentar diversos obstáculos. Las personas que tienen una adecuada autoestima serán confiables, seguros de sí mismos.

Por otro lado (Panesso y Arango 2017) señala que, según Mejía, Pastrana, & Mejía, (2011) la autoestima involucra diversos aspectos tales como emociones,

pensamientos, sentimientos que se adquieren a lo largo de nuestra vida por medio de las experiencias.

Marcuello (2018) refiere que las creencias que tengamos de nosotros van a permitir tener una buena autoestima y hacer frente a diversos obstáculos, pero si de lo contrario tenemos una baja autoestima nos autolimitaremos. También propone que la autoestima se forma en dos etapas: la infancia y la adolescencia.

En la infancia: En esta etapa los niñas y niños empiezan a notar que son diferentes a los demás físicamente y a través de esas experiencias tempranas desarrollan creencias que pueden ser negativas o positivas, y de acuerdo a ello atribuyen el valor a las experiencias, pero desde la perspectiva de los demás. Durante la adolescencia: En esta etapa el adolescente pasa por diversos cambios por eso es muy importante que en su infancia se haya desarrollado una buena autoestima para que pueda hacer frente a estos cambios haciendo uso de sus recursos para que pueda tener buenos resultados. Pero sin embargo el adolescente que tiene baja autoestima será una persona insegura, con poca confianza en sí mismo, y suelen optar por refugiarse en cosas que aparentemente les da bienestar, pero que en realidad los perjudica.

Según Marcuello (2018) refiere que las personas con baja autoestima presentan pensamientos distorsionados como, por ejemplo: Sobre generalización, designación global, pensamiento polarizado, autoacusación y personalización.

Sobre generalización: suelen enfocarse en un solo hecho y lo generalizan para otras situaciones. Designación global: el individuo utiliza términos negativos que lo describan en lugar de describir el hecho en sí. Pensamiento polarizado: son aquellas personas que tienen pensamientos absolutistas, no existe el punto medio, siempre es un sí o un no. Autoacusación: se culpan de todo lo que ocurra. Personalización: piensa que todo lo que ocurra externamente tiene que ver con él o con ella. Lectura del pensamiento: se hacen suposiciones sin tener algún tipo de evidencia.

Peña (2011) afirmaba que la desestima era lo opuesto de la autoestima, es decir el rechazo de uno mismo, el no aceptarse. Muchas personas les puede disgustar algo de su físico, como es la nariz, la boca, su cabello, entre otras o quizá no les gusta como se ven porque tienen una discapacidad y es más difícil ocultarlo, entonces se frustran y sienten rechazo de sí mismo. Pero el que las personas más cercanas no lo acepten, como la familia, padres, hermanos, amigos, profesores es aún más destructivo para la persona. Muchas madres se preguntan el porqué les tocó un hijo discapacitado, en el caso de los amigos suelen insultar por su defecto físico o alguna discapacidad, el rechazo del propio familiar causa desestima en la persona. Los ancianos que son olvidados por sus hijos en un asilo, también se desestiman porque hubieran querido estar con sus seres queridos, sin embargo no es así.

Las chicas jóvenes que piensan que por no haber conseguido una pareja, por no estar casadas sienten que nadie las ha querido y necesitan tener una pareja para sentirse felices, incluso buscan embarazarse para encontrarle sentido a su vida. Entonces todas las personas que se desestiman o tienen autoestima baja, pierden el interés a muchas cosas no les interesa hacer nada en la vida.

Por otro lado Branden (1969) propone que la autoestima está conformada por seis pilares: la práctica de vivir conscientemente, la práctica de aceptarse a uno mismo, la práctica de la responsabilidad, la práctica de la autoafirmación, la práctica de vivir con un propósito y la práctica de la integridad.

La práctica de vivir conscientemente: Vivir adecuadamente y que se fortalezca la autoestima depende del grado de consciencia que se tenga. Debemos de estar conscientes de las decisiones que tomamos, de los errores que cometemos y ser conscientes de la capacidad que tenemos para resolver problemas.

La práctica de aceptarse a uno mismo: Es valorarse, aceptarse sin tener que evadir o negar lo que somos, al poder lograr el amor a nosotros mismos, a nuestro ser podemos incrementar nuestra autoestima. El equivocarse no nos hace malos, ni inferiores a los demás, sino nos ayudan a aprender, crecer, pero cuando nos aceptemos tal y como somos con defectos y virtudes.

La práctica de la responsabilidad: Es necesario que el sujeto sienta que tiene el control de su vida, para ello debe asumir responsabilidades, de sus acciones y las consecuencias que repercuten. Para lograr la responsabilidad es importante tener en cuenta los siguientes puntos: Soy responsable de mis conductas, soy responsable de lograr mis metas, soy responsable de mi felicidad y soy responsable del nivel de autoestima que tenga.

La práctica de la autoafirmación: Consiste en mostrarse al mundo sin ocultar nada sobre nosotros para que los demás nos aprueben. Darse cuenta de que somos importantes en todos los aspectos y que lo único que debe importarnos es ser felices.

La práctica de vivir con un propósito: El tener un propósito nos motiva a avanzar, a seguir adelante para alcanzar nuestras metas y permitirá que nos organicemos y que direccionemos nuestra conducta. Así también se puede decir que el éxito de los logros es auténtico de una buena autoestima sino aquello que hace que se pueda lograr lo propuesto.

La práctica de la integridad: Se considera que existe integridad cuando hay relación entre las acciones y los valores del sujeto. Esto quiere decir que el individuo ha tenido un crecimiento personal, pero si de lo contrario se encuentra en un conflicto entre sus valores y cómo actuar ante diferentes situaciones, afecta su autoestima, siempre y cuando atente contra lo que él cree correcto, contra sus propias convicciones.

Sabrina (2016) afirma que según Mauro Rodríguez los elementos más importantes ligados a la autoestima son los siguientes: autoconcepto, el autorespeto y autoconocimiento.

Autoconcepto: Es la definición, la idea que el sujeto tiene de sí mismo, en la cual se puede calificar de diferentes formas de acuerdo a como se perciba. El autoconcepto puede variar de acuerdo con las situaciones que el individuo tenga que hacer frente. El autorespeto: Es un elemento muy importante, ya que respetarse a sí mismo implica aceptarnos, valorarnos y exigir que los demás nos respetan. El respeto es cuidarnos, satisfacer nuestras necesidades, no dañarnos a nosotros mismos, sino actuar de forma conveniente. El

autoconocimiento: Implica conocer nuestras fortalezas y debilidades, esto nos ayudará relacionarnos con los demás y a vivir plenamente, con mayor seguridad y confianza.

Según Ross (2013) en su ensayo psicológico llamado "El mapa de la autoestima" clasifica la autoestima en 3 niveles: Autoestima derrumbada o baja, autoestima vulnerable o media y autoestima fuerte o alta.

Autoestima derrumbada o baja: no se aprecian a sí mismas por lo tanto no se siente bien consigo mismos. El sentirse bien dependerá de los demás, si las otras personas dicen algo bueno de ellos su autoestima aumenta, pero si de lo contrario dicen algo malo, se siente devastados. Autoestima vulnerable o media: tiene un buen autoconcepto de sí mismos, pero son vulnerables ante situaciones fuertes, como no lograr una meta o perder a una persona significativa, esto hará que su autoestima pueda llegar a bajar. Autoestima fuerte o alta: tienen una buena imagen y autoconcepto de sí mismos, estas personas son optimistas y no se derrumban ante el fracaso, saben enfrentar eventos fuertes.

Para Monbourquette (2002) existen diversas causas que generan un nivel de autoestima bajo o también conocida como autoestima derrumbada, entre ellas se encuentran: a) las ideas distorsionadas de sí mismo, por la cual desarrollan sentimientos de inseguridad, inferioridad y en algunos casos se sienten superiores e ignoran sus virtudes; b) que cuestionen constantemente su capacidad; c) culparse de haber fracasado; d) olvidar los logros; e) compararse con el otro resaltando sus virtudes al punto de maximizarlas y minimizando las propias; f) comparar lo negativo con lo positivo de otra persona.

Coopersmith (1976) plantea las siguientes dimensiones: autoestima en el área personal, autoestima en el área académica, autoestima en el área familiar y autoestima en el área social.

Autoestima en el área personal: es la evaluación que el individuo hace de sí mismo teniendo en cuenta su imagen y las cualidades personales que lo hacen diferente a los demás. Autoestima en el área académica: es la evaluación que hace de sí mismo y sostiene, pero tiene en cuenta su rendimiento académico,

su capacidad y los resultados que obtiene. Autoestima en el área familiar: se evalúa en base a las interacciones que tiene con sus familiares y lleva a cabo un juicio personal. Autoestima en el área social: la evaluación que realiza de sí mismo se enfoca en la interacción que tiene con su medio, en el ámbito social y de acuerdo a ello realiza su juicio personal.

Según la teoría de Coopersmith (1989) realizó una investigación sobre la autoestima en la que constituyó cuatro agentes para la concepción de la autoestima (1) la aprobación, el desasosiego y la consideración por las personas y la importancia que le brindaron; (2) las victorias y la actitud que la persona tiene ante la sociedad; (3) la evaluación que las personas hacen de sus costumbres y cómo éstas son enmendadas por los anhelos y los méritos que tienen: y, (4) la manera que las personas tienen para contestar a la evaluación. Es por ello, que él considera que la autoestima es la valoración de uno mismo, y está formada por una serie de conductas y convicciones, que de acuerdo a dicha valoración se manifestará a través de la aprobación o desaprobación.

La autoestima es definida por Coopersmith (1990) como aquella evaluación que la persona realiza de sí mismo y de acuerdo a ello tomará una actitud de aprobación que indicará si se siente digno capaz e importante. Sin embargo, la baja autoestima se caracteriza porque el individuo no se ama no se valora y necesita constantemente sentirse amado, por eso su autoconcepto se rige bajo la percepción y opinión que tengan los demás, por eso cuando no se sienten queridos por su entorno, por su pareja sentimental su estado de ánimo automáticamente se transforma en tristeza. Entonces se puede concluir que la dependencia emocional depende del nivel de autoestima que tenga el sujeto, ya que, si tiene una autoestima alta, se sentirá autosuficiente, se amara, reconocerá sus virtudes y defectos, pero sobre todo se aceptará. En el caso de una relación amorosa, no tiene la necesidad de permanecer junto a él o ella y sabrá superar una ruptura e iniciar una nueva relación cuando se siente preparada y buscará una persona que le muestre respeto y valoración.

## **II. MATERIALES Y MÉTODOS**

### **2.1. Tipo de estudio y diseño de la investigación**

El presente trabajo es de tipo descriptiva correlacional, ya que se analizó el fenómeno mediante la medición de las características que presentan la variable autoestima y dependencia emocional. Permitted conocer y comprobar la relación que existe entre las dos variables, en esta ocasión solo se analizaron la relación entre autoestima y dependencia emocional. Hernandez , Fernández y Baptista (1997).

Es no experimental, puesto que no se intervino simplemente se observó, así también es teórica porque sirvió para conocimiento de la Sociedad. Y cuantitativa porque se recogió datos mediante la aplicación de los instrumentos para la presente investigación, y se logró comprobar la hipótesis propuesta.

### **2.2. Población, muestra y muestreo**

#### **2.2.1. Población y muestra**

Estuvo conformada por 63 mujeres que asistieron al Centro de Salud del Distrito de Corrales Servicio de Psicología durante el periodo de mayo a junio del año 2019.

#### **2.2.2. Muestreo**

El tamaño de la población se determinó por un muestreo no probabilístico de tipo por conveniencia, ya que la muestra estuvo disponible en un tiempo previsto.

### **2.3. Técnicas e Instrumentos**

Para la recolección de datos se aplicaron los instrumentos de Cuestionario de Dependencia Emocional CDE y el Inventario de Autoestima de Coopersmith para adultos, con la finalidad de encontrar su relación.

## **CUESTIONARIO DE DEPENDENCIA EMOCIONAL (CDE) (Lemos y Londoño 2006)**

Este instrumento se validó en el área metropolitana de Medellín Colombia, la muestra estuvo conformada por 815 personas de las cuales 506 fueron mujeres y 309 varones con edades entre 16 y 55 años. Este cuestionario consta de 23 ítems con subescalas de Ansiedad de separación, Expresión afectiva de la pareja, Modificación de planes, Miedo a la soledad, Expresión límite y Búsqueda de atención. Cada ítem se evalúa en una escala de Likert de seis puntos, que va de uno a seis.

## **INVENTARIO DE AUTOESTIMA DE COOPERSMITH PARA ADULTOS**

Coopersmith comienza un estudio experimental realizado a padres y profesores de niños en edad escolar, para analizar dificultad y desinterés en el ámbito académico. En 1967 publicó una escala para la medición de autoestima en niños de 5to y 6to grado, posteriormente realizó una versión para adultos que consta de 25 ítems, en la cual se deben responder si la persona se identifica o no con cada afirmación, esto dará un resultado total y se ubicará en una de las categorías.

DIMENSIONES	NIVELES
Sí mismo	0-45 Bajo
Social	46-74 Media
Familiar	75-100 Alto

### **2.4. Procesamiento de datos y análisis de datos**

Se recogieron los datos mediante el cuestionario de autoestima de COOPERMISTH para adultos, la cual tuvo como fin medir el nivel de autoestima de cada participante, mientras que el cuestionario de dependencia emocional (CDE) encontró si la persona presenta dependencia. Luego se elaboró una base de datos en la que se indicó la respuesta de cada ítem en tablas, para finalmente realizar la tabulación de los datos recogidos mediante las pruebas psicológicas, la cual fueron presentados en gráficos.

Para procesar los datos se pasó a codificar cada respuesta y se logró obtener los niveles de autoestima y dependencia emocional, posteriormente se ubicaron en cada categoría según corresponda alto, medio y bajo. La prueba estadística que se utilizó fue Pearson para hallar el nivel de asociación y una relación inversa, mediante el criterio estadístico SPSS. Finalmente, los resultados se presentaron en gráficos con su correspondiente interpretación.

## **2.5. Consideraciones éticas**

Se tuvo en consideración el permiso del Centro de Salud del Distrito de Corrales para poder realizar la investigación, así también el consentimiento informado de los participantes donde se especificó el objetivo de la investigación y cuál será el uso de los resultados obtenidos.

Su participación fue voluntaria, en caso no haya querido participar de la presente investigación se respetó su decisión, toda la información brindada fue cuidadosamente protegida y se le garantizó el anonimato, es decir su identidad no fue revelada.

### III. RESULTADOS

**CUADRO 1:** coeficiente de correlación y determinación de Pearson de autoestima y dependencia emocional en mujeres que asisten al Centro de Salud de Corrales Servicio de Psicología año 2019.

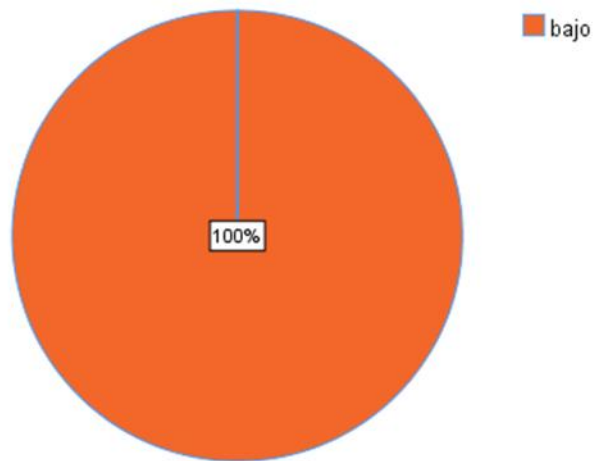
		Autoestima	Dependencia emocional
Autoestima	Correlación de Pearson	1	-,520**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	63	63
Dependencia Emocional	Correlación de Pearson	-,520**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	63	63

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

El análisis de correlación determina la existencia de una relación inversa moderada significativa entre autoestima y dependencia emocional general que presentan las mujeres del Distrito de Corrales, así también, se aprecia un coeficiente de correlación  $r = -,520^{**}$ .

**CUADRO 2:** Nivel de autoestima que presentan las mujeres que asisten al Centro de Salud de Corrales Servicio de Psicología año 2019.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Bajo	63	100,0	100,0	100,0

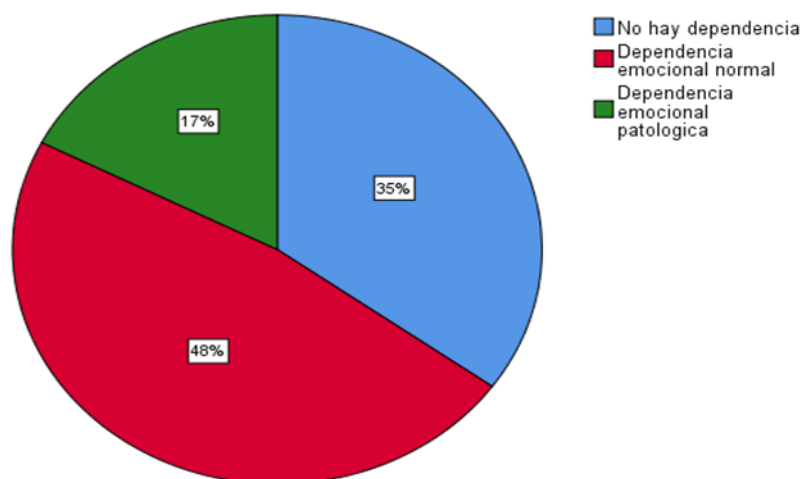


**Interpretación**

El cuadro 2, muestra que el 100% de las mujeres presentan un nivel bajo de autoestima, lo que indicaría que no se estiman así mismas, con un autoconcepto negativo, presentando poca valoración, actitud negativa frente a sus amigos, pocas expectativas en el ámbito profesional, mala convivencia de pareja y relación familiar.

**CUADRO 3:** Nivel de dependencia emocional que presentan las mujeres que asisten al Centro de Salud de Corrales Servicio de Psicología año 2019.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
No hay dependencia	22	34,9	34,9	34,9
Dependencia emocional normal	30	47,6	47,6	82,5
Dependencia emocional patológica	11	17,5	17,5	100,0
Total	63	100,0	100,0	



### Interpretación

El cuadro 3, muestra que el 35% de las mujeres no tiene dependencia emocional; mientras que el 48% presenta una dependencia emocional normal y el 17% de las mujeres tiene una dependencia emocional patológica. Esto quiere decir que un porcentaje menor tiene una dependencia emocional patológica con exclusividad y subordinación en las relaciones con miedo a la ruptura amorosa y a la soledad y con una autoestima y auto concepto bajo, y un porcentaje mayor se aprecia una dependencia normal con respeto a la persona, no recurre a exclusividad y celos, con compartir en familia y si hubieses ruptura de pareja espera para iniciar otra.

**CUADRO 4:** Coeficiente de correlación y determinación de Pearson entre la dimensión de sí mismo y dependencia emocional en mujeres que asisten al Centro de Salud de Corrales Servicio de Psicología año 2019.

		Si Mismo	Dependencia emocional
Si Mismo	Correlación de Pearson		-,523**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	3	63
Dependencia Emocional	Correlación de Pearson	-,523**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	3	63

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

El análisis de correlación determina la existencia de una relación inversa moderada significativa entre la dimensión sí mismo y dependencia emocional general que presentan las mujeres del Distrito de Corrales, así también, se aprecia un coeficiente de correlación  $r=-,523^{**}$ .

**CUADRO 5:** Coeficiente de correlación y determinación de Pearson entre la dimensión social y dependencia emocional en mujeres que asisten al Centro de Salud de Corrales Servicio de Psicología año 2019.

		Social	Dependencia emocional
Social	Correlación de Pearson		-,341**
	Sig. (bilateral)		,006
	N	3	63
Dependencia Emocional	Correlación de Pearson	-,341**	1
	Sig. (bilateral)	,006	
	N	63	63

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

El análisis de correlación determina que existe una relación inversa baja entre la dimensión social y dependencia emocional que presentan las mujeres del Distrito de Corrales, así también, se aprecia un coeficiente de correlación  $r = -,341^{**}$ .

**CUADRO 6:** Coeficiente de correlación y determinación de Pearson entre la dimensión familiar y dependencia emocional en mujeres que asisten al Centro de Salud de Corrales Servicio de Psicología año 2019.

		Familiar	Dependencia emocional
Familiar	Correlación de Pearson	1	-,170
	Sig. (bilateral)		,182
	N	63	63
Dependencia Emocional	Correlación de Pearson	-,170	1
	Sig. (bilateral)	,182	
	N	63	63

El análisis de correlación determina que existe una relación inversa muy baja entre la dimensión familiar y dependencia emocional que presentan las mujeres del Distrito de Corrales, así también, se aprecia un coeficiente de correlación  $r=-,170$ .

## IV. DISCUSION

La presente investigación pretendió dar a conocer la relación entre autoestima y dependencia emocional en mujeres, donde se logró obtener una correlación inversa moderada significativa, es decir a menor autoestima mayor dependencia emocional. Sin embargo, los resultados no coinciden con Melchor (2015) quien llegó a la conclusión que no existe relación entre autoestima y dependencia emocional ya que los estudiantes tienen un nivel alto en el área de sí mismo lo que significa que pueden tener relaciones estables.

Por otro lado los resultados coinciden con los de Tello (2016) donde obtuvo como resultado que si existe relación entre dichas variables, por lo tanto generará un conflicto en el área afectiva y evolutiva en una población adolescente, así también Alalu (2017) realizó una investigación en base a la teoría de Jorge Castelló, en la que se afirma que la dependencia emocional se caracteriza por la baja autoestima, miedo a la soledad y una tendencia a tener relaciones desequilibradas, ya que tienen una excesiva necesidad por llenar ese vacío emocional, sentirse amadas, valoradas y esto se debe a causa de la falta de estima a sí mismas, caracterizándose también por el segundo esquema mal adaptativo “desestima” como lo señala Riso (2013) consiste en pensar que no es suficiente para nadie, por lo tanto no se valorará así mismo y tendrá dificultad para relacionarse con los demás. Entonces se puede corroborar que efectivamente la variable autoestima y dependencia emocional mantienen una relación inversa moderada significativa.

Con respecto al primer objetivo específico el análisis del nivel de autoestima muestra que el 100% de las mujeres presentó un nivel bajo. Estos resultados son similares a los de Ante (2017) ya que los participantes presentan autoestima media con un nivel de 58.33% y dependencia emocional con un 75%, eso significa que habrá exclusividad por parte del género femenino, poca confianza y aceptación, así también carece de su valorar como ser humano y

como mujer; las mujeres que presentan autoestima baja están más propensas a desarrollar dependencia emocional, puesto que es una de las características más importantes. Según Martin Ross en su ensayo psicológico llamado "El mapa de la autoestima" menciona que las personas con un nivel de autoestima bajo no se sienten bien consigo mismas y necesitan la aprobación de los demás, es por ello que necesitan ser halagados por su mundo externo para incrementar su autoestima de lo contrario se sentirá devastados.

En cuanto al análisis del nivel de dependencia emocional el 48% de las mujeres mostró un nivel de dependencia emocional normal, mientras que el 35% no presenta dependencia, finalmente el 17% presenta una dependencia emocional patológica, estos resultados tienen similitud con los de Morante y Palacios (2017) en que existen altos niveles de dependencia emocional y llega a la conclusión que las mujeres que padecen de dependencia emocional presenta una baja satisfacción marital y en lo sociodemográfico han sido víctimas de violencia en la niñez o adolescencia, esto se relaciona con que la teoría de Castelló (2005) que las mujeres dependientes emocionalmente tienden a establecer relaciones desequilibradas de pareja, por lo tanto se puede concluir que las mujeres del Distrito de Corrales, estarían en relaciones tóxicas debido a su nivel de dependencia, provocando consecuencias negativas como lo confirma Borbor (2015) en su investigación que las mujeres son controladas, mientras el 51 % restante recibe críticas y humillaciones, el 48 % de ellas ha perdido contacto con amigos(as) familiares para evitar que su pareja se moleste y el 50 % considera que tienen una mala calidad de vida.

Así mismo se buscó la correlación entre el área de sí mismo y la variable dependencia emocional, en la cual se encontró una relación inversa moderada significativa, en cuanto el análisis de los resultados se obtuvo un 16% en el nivel bajo y un 84% en el nivel medio de dicha dimensión, según Coopersmith (1976) las personas que presentan dificultad en dicha dimensión se caracterizan por la poca valoración hacia sí mismos y porque al realizar una autoevaluación de su imagen será negativa. Estos resultados tienen relación con los de Silva y Johnson (2017) en la que concluyen que una persona dependiente emocional se caracteriza por tener una personalidad neurótica y

psicótica, lo que quiere decir que son introvertidos y que debido a sus rasgos inestables y rígidos pueden desarrollar un trastorno de personalidad, así también tienen tendencia a la extroversión, ya que constantemente quieren sorprender, deslumbrar a su pareja, olvidándose de sí mismo hasta llegar a la desvalorización.

Por otro lado, en cuanto la dimensión social y la variable dependencia emocional se encontró una relación inversa baja, mientras que, en el análisis de dicha dimensión, el 49% se encuentra en un nivel bajo y el 51% restante en un nivel medio, según Coopersmith (1976) las personas que presentan un nivel bajo en esta área tienen dificultad en sus relaciones interpersonales, estos resultados tienen similitud con los de Calla & Uyuquipa (2015) ya que en el caso de una población estudiantil se obtuvo un nivel bajo con 45.1% en habilidades sociales, un 33.8% en el nivel medio y finalmente un 21.1% en el nivel alto, lo que indica que las habilidades sociales son destrezas importantes y si no están desarrolladas de manera adecuada, es muy probable que las personas tengan dificultad al interactuar en la sociedad, al afrontar diversos retos en la vida, tendrá una actitud negativa frente a sus amistades y con pocas expectativas, pero Siapo (2015) en su investigación no encuentra relación entre autoestima y felicidad, puesto que la adquisición de estas puede estar asociada a otras variables tales como, estructura de la personalidad, aspectos bio-psicológicos, empatía, entre otros, que ayudarán a que el individuo muestre características cognitivas, físicas y psicológicas a comparación de Calla & Uyuquipa (2015) que llega a la conclusión con sus resultados que la felicidad juega un rol importante, ya que permitirá una vida saludable y se aprenderán competencias que evitan alguna conducta de riesgo como sería la dependencia emocional.

También se buscó la correlación entre el área familiar y la variable dependencia emocional y se encontró una relación inversa muy baja, pero en esa área el 48% de las mujeres se ubicó en el nivel bajo y el 52% restante en el nivel medio. Si bien es cierto esa dimensión se caracteriza por el tipo de convivencia y relación que tenga la pareja, pero debido a la percepción distorsionada en la que normalizan conductas tales como el control, sumisión, distanciamiento con

los amigos, familiares, crean una idea errónea de su relación sentimental, considerándola estable.

Los resultados encontrados con la prueba estadística SPSS indican que efectivamente el tener un nivel de autoestima bajo puede desencadenar una dependencia emocional, y ello se corrobora con los resultados obtenidos, si bien es cierto el nivel patológico de la dependencia no es el que predomina más, pero se observó que existe una relación entre dichas variables, y que el tener problemas de autoestima afectan a la persona en otros aspectos de su vida.

## V. CONCLUSIONES

**Primera:** La correlación inversa moderada significativa entre autoestima y dependencia emocional es la que presentan las mujeres del Distrito de Corrales, es decir a menor autoestima mayor dependencia emocional.

**Segunda:** El 100% de las mujeres del Distrito de Corrales presentan un nivel bajo de autoestima, lo que indica una poca valoración de sí mismas y un autoconcepto negativo.

**Tercera:** El 35% de las mujeres no tiene dependencia emocional; mientras que el 48% presenta una dependencia emocional normal y el 17% de las mujeres tiene una dependencia emocional patológica.

**Cuarta:** Existe una correlación inversa moderada significativa entre la dimensión sí mismo y dependencia emocional, indica que ante su poca valoración como persona, buscará el afecto en su pareja para llenar ese vacío emocional.

**Quinta:** Se concluye que, existe una correlación inversa baja entre la dimensión social y dependencia emocional.

**Sexta:** Existe una correlación inversa muy baja entre la dimensión familiar y dependencia emocional, considerada en el 1% de significancia de Pearson.

## VI. RECOMENDACIONES

- Que el Centro de Salud del Distrito de Corrales realice programas de intervención psicológica para aquellas mujeres que presentan autoestima baja y dependencia patológica, con la finalidad de mejorar diferentes aspectos de su vida personal y lograr la estimación de sí misma.
- En el Distrito de Corrales, realizar talleres dirigido a las mujeres en edad reproductiva y que tienen una relación de pareja para cambiar los pensamientos erróneos respecto a la dependencia, y exacerbar su independencia laboral, económica, y emocional con la pareja.
- También realizar campañas informativas, preventivas y de promoción dirigidas a la población especialmente a las madres de familia acerca de la importancia de aceptarse, amarse y valorarse, para que así se sientan capaces de hacer frente a los obstáculos y no dependan de otra persona.
- A las instituciones educativas del Distrito, programar talleres de entrenamiento en habilidades sociales para mejorar el área interpersonal e intrapersonal de las mujeres, en especial de los últimos grados.
- A Las personas que acuden al Centro de Salud, propiciar en ellas una mejora de su relación de pareja en cuanto a estabilidad, mediante el cambio con respecto al temor a la soledad, la desconfianza, inseguridad, sumisión y el apego emocional.

## Referencias bibliográficas

- Alalu , D. (2017). “Dependencia emocional según la teoría de Jorge Castelló.”. Lima-Peru.
- Ante, P. E. (2017). Autoestima y dependencia emocional en los estudiantes de los primeros semestres de la universidad tecnica de cotopaxi. Ambato - Ecuador.
- Bernardo, B. (2009). Analisis de la experiencia y de dependencia emocional dominante y sus estrategias en la relacion de pareja de cinco adultos jovenes. Mexico .
- Borbor, M. (2015). “la dependencia emocional y su incidencia en la autoestima de la ama de casa de 20 a 30 años del barrio la concepción de la parroquia santa rosa, cantón salinas, provincia de santa elena periodo 2014-2015”. La libertad-Ecuador.
- Branden, N. (1969). Psicología de la autoestima. Barcelona: paidos SAICF.
- Calla, D., & Uyuquipa, J. (2015). Habilidades sociales y dependencia emocional en los estudiantes del. Juliaca.
- Carmelino, C. (19 de Marzo de 2016). Blog. Obtenido de 70 % de mujeres en el Perú es dependiente emocional:  
<https://claudiacarmelinoblog.wordpress.com/2016/03/19/70-de-mujeres-en-el-peru-es-dependiente-emocional/>
- Castello, J. (2005). Dependencia Emocional características y tratamiento. Madrid: Alianza.
- Castello, J. (2012). La Superación de la Dependencia Emocional. Malaga: Corona Borealis.
- Congost, S. (2011). Manual de Dependencia Emocional Afectiva. Recuperado el 14 de octubre de 2017: <http://psicopedia.org/wp-content/uploads/2014/02/guia-dependencia+emocional.pdf>.
- Coopersmith, S. (1976). Estudio sobre la estimación propia. Psicología Contemporánea. Madrid. Blume: Selections Scientifics American.
- Coopersmith, S. (1989). Escala de autoestima de niños y adultos. ACP.
- Coopersmith, S. (1990). Inventario de Autoestima. Palo Alto: Consulting Psychologists Press, Inc.

- Hernandez , R., Fernández, C., & Baptista , L. (1997). Metodología de la Investigacion. Mexico: Mc Graw Hill.
- Lemos , M., & Londoño, N. (20 de Septiembre de 2006). Obtenido de Construcción y validación del cuestionario de dependencia emocional en población colombiana: <http://www.redalyc.org/html/798/79890212/>
- Mallma, N. (2014). Relaciones Intrafamiliares y dependencia emocional en estudiantes de psicología de un centro de formacion superior de lima sur. Lima-Peru.
- Marcuello, A. (14 de junio de 2018). Psicología Online. Obtenido de Autoestima y superación: Técnicas para su mejora: <https://www.psicologia-online.com/autoestima-y-superacion-tecnicas-para-su-mejora-2321.html>
- Melchor, C. (2015). “Autoestima y Dependencia Emocional en estudiantes de cuarto de secundaria de una Institución Educativa Publica, Tumbes-2015. Tumbes-Peru.
- Monbourquette, J. (2002). De la autoestima a la estima del yo profundo. México: Sal terra.
- Morante, R., & Palacios , M. (2017). Dependencia emocional y satisfaccion marital en mujeres víctimas de violencia de pareja que asisten a un hospital de nivel II-1 de Lambayeque, de setiembre-diciembre 2017. Chiclayo.
- Organizacion Mundial de la Salud . (29 de noviembre de 2017). Obtenido de Violencia Contra la mujer : <http://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women>
- Panesso, K., & Arango, M. (2017). La autoestima, proceso humano. psyconex, 2.
- Paniagua, G. (1 de Marzo de 2012). Psicologos en linea 2018. Obtenido de Definicion de autoestima: Conceptos de autoestima segun diferentes autores y Abraham Maslow: <https://psicologosenlinea.net/23-Definicion-De-Autoestima-Conceptos-de-autoestima-segun-diferentes-autores-y-abraham-maslow.html#ird2ddq2d>
- Peña, A. (2011). Autoestima Amor y Felicidad. Lima: Fundacion Jesus misericordia.
- Pinto, G. (2017). Dependencia emocional y autoestima en mujeres que viven en situacion de pareja unida. paz-Bolivia.
- Riso, W. (2003). ¿Amar o Depender? Bogota: Norma.
- Riso, W. (2013). Guia practica para vencer la dependencia emocional. Bogota: Phronesis SAS.

- Robles, A. (02 de Abril de 2015). Libertad Digital. Obtenido de Dependencia emocional :  
<https://www.libertaddigital.com/opinion/antonio-robles/dependencia-emocional-75252/#comentarios>
- Ross, M. (2013). Mapa de la autoestima. Buenos Aires: Bunken .
- Sabrina. (19 de octubre de 2016). Blog. Obtenido de Elementos ligados a la autoestima:  
<http://elautoestimaafa.blogspot.com/2016/10/elementos-ligados-la-autoestima.html>
- Salguero, K. (2016). “Rasgos de dependencia emocional de las mujeres estudiantes de licenciaturas psicología clínica y psicología industrial de la universidad Rafael Landívar”. Guatemala de la Suncion.
- Siapo, F. (2015). “Relación entre autoestima y felicidad en estudiantes de 4to de secundaria de una institución educativa pública, tumbes -2015”. Tumbes-Peru.
- Silva, G., & Johnson, J. (2017). Dependencia emocional y características de la personalidad en estudiantes universitarios. Pimentel.
- Tello, J. (2016). Autoestima y Dependencia Emocional en los adolescentes de tercero de bachillerato de la unidad educativa salcedo. Ambato-Ecuador.

# ANEXOS

## ANEXO N° 1

**TÍTULO:** “Autoestima y dependencia Emocional en mujeres que asisten al centro de salud de Corrales Servicio de Psicología año 2019”.

Área: Ciencias Sociales.

Línea de investigación: Otras Ciencias Sociales.

POBLACIÓN/ MUESTRA	PROBLEMA	OBJETIVO GENERAL	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	INSTRUMENTOS	METODOLOGÍA
Estuvo conformada por 63 mujeres que asistieron al Centro de Salud del Distrito de Corrales servicio de psicología, durante el periodo de mayo a junio año 2019.	¿Cómo se relaciona la autoestima y dependenci a emocional en mujeres que asisten al Centro de Salud de Corrales Servicio de Psicología año 2019?	Determinar la relación que existe entre la autoestima y la dependencia emocional en mujeres que asisten al Centro de Salud de Corrales Servicio de Psicología año 2019.	<p>-Establecer los niveles de dependencia emocional en mujeres que asisten al Centro de Salud de Corrales Servicio de Psicología año 2019.</p> <p>-Establecer los niveles de autoestima en mujeres que asisten al Centro de Salud de Corrales Servicio de Psicología año 2019.</p> <p>-Identificar la relación que existe entre el área de sí mismo y dependencia emocional en mujeres que asisten al Centro de Salud de Corrales Servicio de Psicología año 2019.</p> <p>-Identificar la relación que existe entre el área social y dependencia emocional en mujeres que asisten al Centro de Salud de Corrales Servicio de Psicología año 2019.</p> <p>-Identificar la relación que existe entre el área familiar y dependencia emocional en mujeres que asisten al Centro de Salud de Corrales Servicio de Psicología año 2019.</p>	<p><math>h_1</math>: Existe relación inversa entre autoestima y dependencia emocional en las mujeres que asisten al Centro de Salud del Distrito de Corrales servicio de psicología año 2019, es decir que a mayor autoestima menor dependencia emocional.</p> <p><math>h_2</math>: existe relación directa entre autoestima y dependencia emocional en las mujeres que asisten al Centro de Salud del Distrito de Corrales servicio de psicología año 2019.</p>	<p>AUTOESTIMA: según Coopersmith (1976) es la evaluación que el sujeto hará de si mismo en la cual expresa una aprobación o desaprobación en la que el sujeto es capaz de realizar diversas cosas o de tener éxito</p> <p>DEPENDENCIA EMOCIONAL: son necesidades emocionales insatisfechas en la cual el dependiente busca cubrirlas de manera desadaptativa con otras personas.</p>	<p>Inventario de autoestima versión adultos Coopersmith</p> <p>Questionario de dependencia emocional, Lemos y Londoño</p>	El tipo de investigación es cuantitativa y el diseño no experimental, descriptiva-correlacional.

**ANEXO N° 2**

<b>VARIABLE</b>	<b>DIMENSIONES</b>	<b>INDICADORES</b>	<b>ITEMS</b>	<b>NIVELES</b>	<b>INSTRUMENTO</b>	<b>MEDICION</b>
<b>DEPENDENCIA EMOCIONAL</b>	Ansiedad de separación	-Miedo por la ruptura de la relación.	2, 6, 7, 8, 13, 15, 17	Menos de 45 No hay dependencia.  De 45 a 85.8 dependencia emocional normal.  De 86 a más, presenta dependencia emocional patológica.	Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE)	Ordinal
	Expresión afectiva de la pareja	-Necesidad de expresiones de afecto -Necesidad de sentirse amados	5, 11, 12, 14			
	Modificación de planes	-Abandono de actividades. -Necesitan pasar mayor tiempo con la pareja.	16, 21, 22, 23			
	Miedo a la soledad	-Necesidad de mantener a alguien a su lado y le aterra la soledad.	1, 18, 19			
	Expresión límite	-Auto agredirse para que su pareja no lo abandone.	9, 10, 20			
	Búsqueda de atención	-Buscan llamar la atención de cualquier forma para que su pareja no se aburra.	3, 4			

La definición operacional de la dependencia emocional es la puntuación obtenida en el instrumento cuestionario de dependencia emocional de Lemos y Londoño presentando diversas características de acuerdo al nivel obtenido:

**No hay dependencia:** No tiene necesidad de pasar tiempo con su pareja, le gusta hacer sus actividades solo o sola, no involucra a su pareja en su círculo de amistad y si llega a separarse de su pareja su reacción es normal y continua como si nada hubiera sucedido.

**Dependencia emocional normal:** Necesita a su pareja pero no constantemente, pide respeto hacia su persona, pero no recurre a la exclusividad o el sentir celos porque comparte su tiempo con amigos o familiares, si llegase a terminar su relación se siente mal y espera un tiempo para iniciar otra.

**Dependencia emocional patológica:** Exclusividad y subordinación en las relaciones, miedo a la ruptura amorosa y a la soledad, su autoestima y autoconcepto es bajo, manifiestan una actitud triste ya que su estado de ánimo depende de como está su relación.

## ANEXO Nº 3

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	NIVELES	INSTRUMENTO	MEDICIÓN
AUTOESTIMA	Si mismo general	-Poca valoración - autoconcepto negativo	1,3,4,7,10,12,13,1 5,18,19,23,24,25.	Bajo 0-45	Test de autoestima de <del>coopersmith</del>	ordinal
	Social	-Actitud negativa frente a sus amigos. -Pocas expectativas en el ámbito profesional	2,5,8,14,17,21.	Media 46-74 Alto 75-100		
	Familiar	-Mala convivencia de pareja. -Mala relación familiar	6,9,11,16,20,22.			

La definición operacional de la autoestima es la puntuación obtenida en el instrumento de autoestima de Coopersmith presentando diversas características de acuerdo al nivel obtenido:

Autoestima baja (0-45): son personas pesimistas, normalmente depresivas, se suelen aislar, no saben cómo afrontar situaciones difíciles, temen a las críticas de los demás y necesitan ser aprobados por su entorno. Presentan problemas interpersonales como intrapersonales, no reconocen sus cualidades y desvalorizan su trabajo.

La autoestima media (46-74): presentan semejanzas con aquellos que tienen autoestima alta, pero a diferencia de ellos las personas con este nivel de autoestima en algunas ocasiones presentan comportamientos inadecuados, son optimistas, logran reconocer sus habilidades y defectos sin embargo tienen problemas para la toma de decisiones.

Autoestima alta (75-100): son personas afectivas, comunicativas, suelen triunfar en diversos ámbitos de su vida, se involucran con su comunidad y asumen sus responsabilidades. Estas personas no han sufrido problemas emocionales que los hayan marcado por la cual van a confiar en sí mismos, en sus habilidades y se aceptan tal y como son.

## ANEXO N° 4

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

YO....., he leído la hoja de información de participante de la investigación titulada “Autoestima y Dependencia Emocional en mujeres que asisten al Centro de Salud de Corrales Servicio de Psicología año 2019”. Que me ha hecho entrega la Investigadora Keisy Noelly Valladares Mogollón estudiante de la Escuela profesional de psicología de la Universidad Nacional de Tumbes, acepto colaborar con la investigadora y responder las preguntas necesarias sobre el estudio.

- Estoy de acuerdo en desarrollar la encuesta sin mencionar mi identidad
  
- Entiendo que participar en esta investigación es voluntario y que soy libre de abandonarlo en cualquier momento.
  
- Estoy de acuerdo en permitir que la información obtenida sea publicada y que pueda conocer los resultados.
  
- Presento libremente mi conformidad para participar en el presente estudio.

\_\_\_\_\_

Nombres y apellidos del investigador

DNI:

FECHA:.....

\_\_\_\_\_

Nombres y apellidos del informante

DNI:

## ANEXO N° 5

### FICHA TECNICA

**NOMBRE:** Cuestionario de dependencia emocional

**AUTOR:** Lemos y Londoño.

**ADMINISTRACION:** individual y colectiva

**TIEMPO DE APLICACIÓN:** 10 minutos

**EDAD DE APLICACIÓN:** 16 años a 55 años

**FINALIDAD:** Medir el nivel de dependencia de las personas a evaluar.

#### DESCRIPCION DEL INSTRUMENTO

El cuestionario fue construido con 66 ítems, autoaplicado, cada ítem valorado en una escala likert de seis puntos que va desde uno (Completamente falso de mí) hasta seis (Me describe perfectamente). Se e consideran características psicológicas en función de las concepciones que la persona tiene de sí mismo.

Estrategias interpersonales

Concepto de sí mismo, concepto de otros, amenazas y estrategias interpersonales.

#### CALIFICACION

Las contestaciones anotadas por el sujeto se corrigen sumando según el valor década ítems y otorgar el puntaje asignado según la respuesta que haya dado el sujeto. Los puntajes obtenidos se consideran según cada factor al que pertenecen, por tanto, solo es necesario sumar los puntos conseguidos en cada factor y anotar esa puntuación como puntaje directo (PD).

#### CONFIABILIDAD Y VALIDEZ

El alfa total de la escala fue de 0.950. Al realizar el análisis de confiabilidad de las sub-escalas se encontraron alfas aceptables para las sub-escalas concepto de sí mismo, amenazas y estrategias interpersonales. Sin embargo, en todas se señalaron ítems que debían ser eliminados para aumentar la confiabilidad. La sub-escala concepto de otros tuvo un alfa muy bajo ( $\alpha = 0.437$ ), que llevó a que se considerara pertinente pensar en eliminar esta sub-escala completamente. Las alfas finales para las sub-escalas fueron concepto de sí mismo 0.809, amenazas 0.903, y estrategias interpersonales 0.878

## ANEXO N° 6

Edad:

### CUESTIONARIO DE DEPENDENCIA EMOCIONAL DE LEMOS Y LONDOÑO (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:

<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
COMPLETAMENTE FALSO	LA MAYOR PARTE FALSO	LIGERAMENTE MAS VERDADERO QUE FALSO	MODERADAMENTE VERDADERO	LA MAYOR PARTE VERDADERO	ME DESCRIBE PERFECTAMENTE

+

N°	ÍTEM	RESPUESTA					
		1	2	3	4	5	6
1	Me siento desamparado cuando estoy solo.	1	2	3	4	5	6
2	Me preocupa la idea de ser abandonado por mi pareja.	1	2	3	4	5	6
3	Para atraer a mi pareja busco deslumbrarla o divertirla.	1	2	3	4	5	6
4	Hago todo lo posible por ser el centro de atención en la vida de mi pareja	1	2	3	4	5	6
5	Necesito en todo momento 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, porque pienso que está enojada conmigo.	1	2	3	4	5	6
7	Cuando mi pareja debe ausentarse por algunos días me siento angustiado/a.	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 una persona que necesita de los demás siempre.	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 y primordial que los demás.	1	2	3	4	5	6
13	Tengo un sentimiento de vacío cuando discuto con mi pareja.	1	2	3	4	5	6
14	Me siento muy mal si mi pareja no me expresa constantemente su afecto.	1	2	3	4	5	6
15	Siento temor que mi pareja me abandone	1	2	3	4	5	6
16	Si mi pareja me propone alguna actividad, dejo todas las otras que tenía planeadas, para estar con él/ella.	1	2	3	4	5	6
17	Si no conozco la ubicación de mi pareja me siento desesperado/a y angustiado/a	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 arriesgadas, por conservar el amor de mi pareja.	1	2	3	4	5	6
21	Si tengo planes y mi pareja me llama de último momento, los cambio por estar con él/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	Únicamente me divierto cuando estoy con pareja.	1	2	3	4	5	6

**Fuente:** Elaboración propia

## ANEXO N° 7

### FICHA TECNICA

**NOMBRE:** Inventario de Autoestima de Stanley Coopersmith, versión adultos

**AUTOR:** Stanley Coopersmith

**ADMINISTRACION:** individual y colectiva

**TIEMPO DE APLICACIÓN:** 15 minutos

**EDAD DE APLICACIÓN:** 16 años de en adelante

**FINALIDAD:** Medir las actitudes valorativas de sí mismo en el área personal, familiar y social de la experiencia del sujeto.

#### DESCRIPCION DEL INSTRUMENTO

El inventario de autoestima para adultos toma como referencia los 25 primeros ítems del inventario de niños, modificando el área de "hogar padre" por el "familiar" y unifica en las áreas social pares y escolar en uno solo denominándola "área social".

Está compuesta por 25 ítems, el evaluado debe responder en verdadero o falso si se identifica con cada afirmación.

Se obtendrá un puntaje general y dividido por las tres áreas correspondientes:

Si mismo general: se refiere a la autopercepción que tendrá el individuo en base a sus características físicas y psicológicas.

Social: hace referencia a la actitud del sujeto con sus amigos, compañeros, así como sus experiencias en instituciones educativas y el rendimiento en cuanto lo académico o profesional.

Familiar: consiste en las experiencias que tienen el sujeto en el ámbito familiar y la convivencia en pareja.

#### PUNTAJE Y CALIFICACIÓN

El máximo puntaje es de 100, cada respuesta tiene el valor de un punto, se obtendrá un puntaje general que resulta de la suma de los totales de las subescalas multiplicadas por cuatro.

El puntaje se obtendrá sumando el número de ítem respondidos en forma correcta (de acuerdo a la clave) y multiplicado por 4.

#### CLAVE DE RESPUESTA

Ítems verdaderos: 1,4,5,8,9,14,19,20

Ítems falsos: 2,3,6,7,10,11,12,13,15,16,17,18,21,22,23,24,25.

#### SUB ESCALAS:

I. SI MISMO GENERAL: (13 ÍTEMS) 1,3,4,7,10,12,13,15,18, 19,23,24,25.

II. SOCIAL: (6 ÍTEMS) 2,5,8,14,17,21.

III. FAMILIAR: (6 ítems) 6,9,11,16,20,22.

#### CATEGORIAS

0 a 45 Nivel de Autoestima Baja

46 a 74 Nivel de Autoestima Media

75 a 100 Nivel de Autoestima Alta

#### VALIDEZ Y CONFIABILIDAD EN EL PERU

Alegre (2001) trabajo con una muestra de 159 varones que promediaban entre los 16 y 18 años de edad, presentaban conductas antisociales y habían sido internados por diversos motivos de infracción de la ley penal en un centro juvenil de diagnóstico y rehabilitación de la ciudad de lima. Previamente se realizó un estudio piloto de 35 personas que presentaban características similares para conocer el tiempo de duración del instrumento y si presenta algunas contradicciones.

Se llego a la conclusión que el instrumento era claro, entendible y que tiene validez en sus ítems por lo que no se realizó ninguna modificación.

## ANEXO N° 8

Edad:

### INVENTARIO DE AUTOESTIMA

Instrucciones: Encontrarás una lista de frases sobre sentimientos. Si una frase describe como generalmente se siente marque "X" en la columna "Verdadero". Si la frase no describe como generalmente siente marque "X" en la columna "falso".

No hay respuestas correctas o incorrectas V F

N°	ÍTEM	RESPUESTA	
		V	F
1	Las cosas generalmente no me preocupan.	V	F
2	Me resulta difícil hablar frente a un grupo.	V	F
3	Hay muchas cosas de mí mismo que cambiaría si pudiera.	V	F
4	Puedo tomar decisiones sin muchas dificultades.	V	F
5	Soy muy divertido.	V	F
6	En mi casa me fastidio fácilmente.	V	F
7	Me lleva mucho tiempo acostumbrarme a algo nuevo.	V	F
8	Soy popular entre las personas de mi edad.	V	F
9	Mi familia generalmente toma en cuenta mis sentimientos.	V	F
10	Me rindo fácilmente.	V	F
11	Mi familia espera demasiado de mí.	V	F
12	Es bastante difícil ser yo mismo.	V	F
13	Las cosas están todas confundidas en mi vida	V	F
14	Las personas generalmente aceptan mis ideas.	V	F
15	Tengo una pobre opinión acerca de mí mismo.	V	F
16	Muchas veces me gustaría irme de la casa.	V	F
17	Generalmente me siento descontento con mi trabajo.	V	F
18	No soy tan simpático como la mayoría de las personas.	V	F
19	Si tengo algo que decir generalmente lo digo.	V	F
20	Mi familia me comprende.	V	F
21	Muchas personas son más preferidas que yo.	V	F
22	Frecuentemente siento como si mi familia me estuviese presionando.	V	F
23	Generalmente me siento desalentado con lo que hago.	V	F
24	Generalmente desearía ser otra persona.	V	F
25	No se puede confiar en mí.	V	F

Fuente: Elaboración propia