

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



Intervención psicológica para disminuir la dependencia emocional en  
estudiantes de enfermería de un Instituto Superior Tecnológico  
Zarumilla, 2024

TESIS

Para optar el título profesional de Licenciada en Psicología

Autora: Br. Sarita Cecilia Namuche Araujo

Tumbes, 2025

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



Intervención psicológica para disminuir la dependencia emocional en  
estudiantes de enfermería de un Instituto Superior Tecnológico  
Zarumilla, 2024

Tesis aprobada en forma y estilo por:

Dra. Cedillo Lozada, Wendy Jesús Catherin (presidente)

Código ORCID: 0000-0001-5676-936X

Dr. Coronado Zapata, Carlos Alberto

(secretario)

Código ORCID: 0000-0003-3526-8069

Dra. Barreto Espinoza, Marilú Elena

(Vocal)

Código ORCID: 0000-0001-8883-5501

Tumbes, 2025

UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



Intervención psicológica para disminuir la dependencia emocional en  
estudiantes de enfermería de un Instituto Superior Tecnológico  
Zarumilla, 2024

Las suscritas declaramos que la tesis es original en su contenido y  
forma

Namuche Araujo, Sarita Cecilia (Autora)

Código ORCID: 0000-0002-5558-6219

Dra. Barreto Espinoza, Marilú Elena (Asesora)

Código ORCID: 0000-0001-8883-5501

Tumbes, 2025

# ACTA DE SUSTENTACIÓN



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

*“Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho”*

## ACTA DE SUSTENTACION DE TESIS

En Tumbes, a los cinco días del mes de mayo del dos mil veinticinco, siendo las once horas y treinta minutos, en la Sala de Usos Múltiples del Centro Académico de Investigación Psicológica de la Universidad Nacional de Tumbes – Ciudad Universitaria, se reunieron el Jurado Calificador de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes, designado por Resolución N°225-2024/UNTUMBES-FACSO-D, Dra. Wendy Jesús Catherin Cedillo Lozada (Presidente), Dr. Carlos Alberto Coronado Zapata (Secretario), y Dra. Marilú Elena Barreto Espinoza (Vocal), reconociendo en la misma resolución además, a la Dra. Marilú Elena Barreto Espinoza como asesora, se procedió a evaluar, calificar y deliberar la sustentación de la tesis, titulada: “INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA PARA DISMINUIR LA DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE UN INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO, ZARUMILLA 2024”, presentada por la:

**Br. Sarita Cecilia Namuche Araujo**

Concluida la sustentación y absueltas las preguntas, por parte de la sustentante y después de la deliberación, el jurado según el artículo 75. del Reglamento de Tesis para Pregrado y Posgrado de la Universidad Nacional de Tumbes, declara a la Br. Sarita Cecilia Namuche Araujo, aprobada por unanimidad, con calificativo de bueno.

Se hace conocer a la sustentante, que deberá levantar las observaciones finales hechas al informe final de tesis, que el Jurado le indica.

En consecuencia, queda expedita para continuar con los trámites correspondientes a la obtención del título profesional de Licenciada en Psicología, de conformidad con lo estipulado en la Ley Universitaria N°30220, el Estatuto, Reglamento General, Reglamento General de Grados y Títulos y Reglamento de Tesis de la Universidad Nacional de Tumbes.

Siendo las trece horas del mismo día, se dio por concluida la ceremonia académica, procediendo a firmar el acta en presencia del público asistente.

Tumbes, 06 de mayo del 2025.

Dra. WENDY JESÚS CATHERIN CEDILLO LOZADA  
DNI N°43512438  
Código ORCID 0000-0001-5676-936X  
Presidente

DR. CARLOS ALBERTO CORONADO ZAPATA  
DNI N°03872488  
Código ORCID 0000-0003-3526-8069  
Secretario

Dra. MARILÚ ELENA BARRETO ESPINOZA  
DNI N°00250182  
Código ORCID 0000-0001-8883-5501  
Vocal

C.c.

- Jurados (03)
- Asesor
- Interesado

- Coasesor (es)
- Archivo (Decanato)

## REPORTE TURNITIN

# Intervención psicológica para disminuir la dependencia emocional en estudiantes de enfermería de un Instituto Superior

*por* Sarita Namuche

---

**Fecha de entrega:** 21-may-2025 02:55p.m. (UTC-0500)

**Identificador de la entrega:** 2681642973

**Nombre del archivo:** turnitin\_INFORME\_FINAL-\_SARITA-\_corregido.docx (331.35K)

**Total de palabras:** 6941

**Total de caracteres:** 40884



---

**Dra. Barreto Espinoza, Marilú Elena**  
Código ORCID: 0000-0001-8883-5501

# Intervención psicológica para disminuir la dependencia emocional en estudiantes de enfermería de un Instituto Superior

## INFORME DE ORIGINALIDAD

<b>15%</b>	<b>13%</b>	<b>3%</b>	<b>7%</b>
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

## FUENTES PRIMARIAS

<b>1</b>	<b>hdl.handle.net</b> Fuente de Internet	<b>4%</b>
<b>2</b>	<b>Submitted to Universidad Nacional Federico Villarreal</b> Trabajo del estudiante	<b>1%</b>
<b>3</b>	<b>Submitted to Universidad Cesar Vallejo</b> Trabajo del estudiante	<b>1%</b>
<b>4</b>	<b>repositorio.untumbes.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>5</b>	<b>repositorio.continental.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>6</b>	<b>www.frontiersin.org</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>7</b>	<b>oldri.ues.edu.sv</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>8</b>	<b>www4.congreso.gob.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>9</b>	<b>repositorio.uigv.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>&lt;1%</b>
<b>10</b>	<b>archive.org</b> Fuente de Internet	<b>&lt;1%</b>



**Dra. Barreto Espinoza, Marilú Elena**  
Código ORCID: 0000-0001-8883-5501

11	<a href="http://repositorio.unjfsc.edu.pe">repositorio.unjfsc.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
12	<a href="http://repositorio.unfv.edu.pe">repositorio.unfv.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
13	<a href="http://repositorio.uap.edu.pe">repositorio.uap.edu.pe</a> Fuente de Internet	<1 %
14	<a href="http://ibima.eu">ibima.eu</a> Fuente de Internet	<1 %
15	Submitted to UNIBA Trabajo del estudiante	<1 %
16	<a href="http://de.slideshare.net">de.slideshare.net</a> Fuente de Internet	<1 %
17	Submitted to CORPORACIÓN UNIVERSITARIA IBEROAMERICANA Trabajo del estudiante	<1 %
18	Submitted to Universidad Privada del Norte Trabajo del estudiante	<1 %
19	<a href="http://repositorio.udec.cl">repositorio.udec.cl</a> Fuente de Internet	<1 %
20	<a href="http://www.coursehero.com">www.coursehero.com</a> Fuente de Internet	<1 %
21	Submitted to Universidad de Burgos UBUCEV Trabajo del estudiante	<1 %
22	Submitted to Universidad del Sinú Trabajo del estudiante	<1 %
23	<a href="http://docplayer.es">docplayer.es</a> Fuente de Internet	<1 %
24	<a href="http://gala.gre.ac.uk">gala.gre.ac.uk</a> Fuente de Internet	<1 %

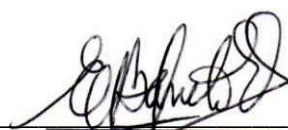
Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias < 15 words

Excluir bibliografía

Activo



**Dra. Barreto Espinoza, Marilú Elena**  
Código ORCID: 0000-0001-8883-5501

## DEDICATORIA

A mis queridas hijas, la razón de mi inspiración y fortaleza. Esta tesis es para ustedes, porque su amor incondicional y su imparable energía me han dado el impulso para llegar hasta aquí.

Gracias por enseñarme, con su inocencia y alegría, que el esfuerzo y la perseverancia siempre valen la pena. Mi mayor deseo es que, al leer estas páginas, sientan el orgullo de ver a su mamá lograr una meta más, y que, a través de mi ejemplo, comprendan que los sueños se alcanzan con valentía y dedicación.

## **AGRADECIMIENTO**

Quiero agradecer, en primer lugar, a Dios, fuente de mi fortaleza y guía. Este logro es, sin duda, un reflejo de su bondad y de la fe que nunca me ha faltado.

Agradezco a mi asesora de tesis Dra. Marilú Barreto Espinoza por su paciencia, guía y dedicación, sus aportes fueron clave para enriquecer este trabajo.

A mi familia gracias; por su amor incondicional, apoyo constante y por creer en mí incluso en los momentos más difíciles. Este logro también es para ustedes.

# INDICE

ACTA DE SUSTENTACIÓN.....	iv
REPORTE TURNITIN .....	v
DEDICATORIA.....	viii
AGRADECIMIENTO.....	ix
INDICE .....	x
ÍNDICE DE TABLAS .....	xii
ÍNDICE DE ANEXOS .....	xiii
RESUMEN .....	xiv
ABSTRAC .....	xv
I. INTRODUCCIÓN .....	16
II. REVISION DE LA LITERATURA .....	19
III. MATERIALES Y METODOS.....	27
3.1.TIPO DE INVESTIGACIÓN .....	27
3.2.DISEÑO DE INVESTIGACIÓN.....	27
3.3.HIPÓTESIS Y DEFINICIÓN DE VARIABLES .....	28
3.4.POBLACIÓN Y MUESTRA.....	29
3.5.CRITERIOS DE INCLUSIÓN Y EXCLUSIÓN .....	30
IV. RESULTADOS Y DISCUSION.....	31
4.1.RESULTADOS .....	31
4.2.DISCUSIÓN .....	38
V. CONCLUSIONES .....	41
VI. RECOMENDACIONES .....	42

VII. REFERENCIAS.....	43
ANEXOS.....	47

## ÍNDICE DE TABLAS

	<b>Pg.</b>
<b>Tabla 1</b> <i>Población objeto de estudio</i> .....	29
<b>Tabla 2</b> <i>Muestra de la investigación</i> .....	30
<b>Tabla 3</b> <i>Correlación de Rho de Spearman</i> .....	32
<b>Tabla 4</b> <i>Niveles de dependencia emocional pretest</i> .....	33
<b>Tabla 5</b> <i>Niveles de dependencia emocional postest</i> .....	33
<b>Tabla 6</b> <i>Factores que influyen en la efectividad de la intervención</i> .....	35

## ÍNDICE DE ANEXOS

	<b>Pg.</b>
<b>ANEXO 1</b> <i>Matriz de consistencia</i> .....	48
<b>ANEXO 2</b> <i>Operacionalización de las variables</i> .....	49
<b>ANEXO 3</b> <i>Estructura de los talleres de la intervención psicológica</i> .....	51
<b>ANEXO 4</b> <i>Datos descriptivos comparativos del pre y postest (dimensiones)</i> .....	55
<b>ANEXO 5</b> <i>Consentimiento informado</i> .....	56
<b>ANEXO 6</b> <i>inventario de dependencia emocional (IDE)</i> .....	57
<b>ANEXO 7</b> <i>ficha técnica inventario dependencia emocional</i> .....	61
<b>ANEXO 8</b> <i>ficha técnica programa de intervención</i> .....	62
<b>ANEXO 9</b> <i>Resolución de jurado</i> .....	63
<b>ANEXO 10</b> <i>resolución modificación de título</i> .....	64
<b>ANEXO 11</b> <i>resolución de aprobación de proyecto de tesis</i> .....	66
<b>ANEXO 12</b> <i>Pruebas de normalidad test de Shapiro-Wilk</i> .....	68
<b>ANEXO 13</b> <i>escala de interpretación del coeficiente de correlación de Spearman</i> ...	69

## RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo evaluar si un programa de intervención psicológica podía disminuir los niveles de dependencia emocional en estudiantes de enfermería del Instituto Superior Tecnológico 24 de Julio, ubicado en Zarumilla, durante el año 2024. Se aplicó un diseño de tipo pre experimental, con enfoque cuantitativo, utilizando una medición de pretest y postest en un solo grupo compuesto por 39 estudiantes seleccionadas mediante muestreo no probabilístico por conveniencia. Para la recolección de datos se utilizó el Inventario de Dependencia Emocional (IDE), instrumento validado que mide cinco dimensiones: necesidad de aprobación, autonomía emocional, relaciones interpersonales, autoestima, estrés y ansiedad. El programa consistió en nueve sesiones psicológicas con base en el enfoque cognitivo-conductual, donde se desarrollaron contenidos orientados al fortalecimiento de la autoestima, el establecimiento de límites personales, la toma de decisiones autónomas y el manejo emocional ante situaciones afectivas. Los resultados mostraron que, tras la intervención, la totalidad de las participantes (100%) alcanzó un nivel bajo de dependencia emocional, en contraste con los niveles medio y alto registrados en la evaluación inicial. Además, el análisis de correlación de Spearman reveló una relación moderada y significativa ( $\rho = 0.52$ ;  $p = 0.001$ ) entre los resultados del pretest y postest, lo cual respalda estadísticamente la eficacia del programa aplicado. En base a estos hallazgos, se concluye que la intervención psicológica tuvo un impacto positivo y significativo en la disminución de la dependencia emocional en las estudiantes participantes. Este estudio resalta la importancia de implementar programas de apoyo psicológico en entornos educativos, especialmente en carreras del área de la salud como enfermería, donde el equilibrio emocional influye directamente en la formación integral y en el futuro desempeño profesional de las estudiantes.

Palabras clave: Dependencia emocional, intervención psicológica, estudiantes de enfermería, salud mental, autonomía emocional.

## ABSTRAC

This research aimed to evaluate whether a psychological intervention program could reduce emotional dependency levels in nursing students at the Instituto Superior Tecnológico 24 de Julio, located in Zarumilla, during 2024. A pre-experimental design with a quantitative approach was applied, using pretest and posttest measurements in a single group composed of 39 students selected through non-probabilistic convenience sampling. Data collection was carried out using the Emotional Dependency Inventory (IDE), a validated instrument that assesses five dimensions: need for approval, emotional autonomy, interpersonal relationships, self-esteem, and stress and anxiety. The intervention included nine psychological sessions based on the cognitive-behavioral approach, focusing on strengthening self-esteem, setting personal boundaries, making autonomous decisions, and managing emotions in affective situations. The results showed that after the intervention, all participants (100%) reached a low level of emotional dependency, in contrast to the medium and high levels recorded in the initial evaluation. Furthermore, Spearman's correlation analysis revealed a moderate and significant relationship ( $\rho = 0.52$ ;  $p = 0.001$ ) between pretest and posttest scores, statistically supporting the effectiveness of the program. Based on these findings, it is concluded that the psychological intervention had a positive and significant impact on reducing emotional dependency in the participating students. This study highlights the relevance of implementing psychological support programs in educational settings, particularly in health-related fields such as nursing, where emotional balance directly affects students' comprehensive training and future professional performance.

Keywords: Emotional dependency, psychological intervention, nursing students, mental health, emotional autonomy.

## I. INTRODUCCIÓN

En la actualidad, el bienestar emocional de las estudiantes de educación superior se ha convertido en una preocupación creciente, especialmente en carreras como enfermería, donde la exigencia académica, el contacto humano constante y la responsabilidad profesional imponen una carga emocional considerable. Dentro de este contexto, la dependencia emocional se presenta como un problema silencioso pero relevante, caracterizado por una necesidad constante de afecto, validación y presencia del otro, que compromete la autonomía personal y dificulta el establecimiento de vínculos sanos (González et al., 2020)

La dependencia emocional no solo limita la libertad de decisión de quienes la padecen, sino que además suele desarrollarse de manera progresiva, muchas veces disfrazada de amor, entrega o lealtad excesiva. En muchas mujeres jóvenes, esta problemática se manifiesta a través de actitudes sumisas, miedo al abandono, dificultad para estar solas y una constante necesidad de aprobación. Esto puede interferir significativamente en su desempeño académico, su salud mental y su capacidad para desenvolverse de forma independiente en distintos ámbitos de la vida (Martínez, 2020).

En el caso específico de las estudiantes de enfermería del Instituto Superior Tecnológico 24 de Julio de Zarumilla, esta problemática se ha identificado como una preocupación relevante, tanto por el impacto emocional que representa como por las consecuencias que puede acarrear en su formación profesional. Estas estudiantes, muchas de ellas jóvenes adultas, enfrentan no solo las exigencias académicas de su carrera, sino también múltiples factores sociales, familiares y personales que pueden hacerlas más vulnerables a establecer relaciones afectivas desequilibradas o a mantener vínculos dependientes.

Partiendo de esta realidad, la presente investigación tuvo como propósito diseñar y aplicar una intervención psicológica estructurada, orientada a disminuir los niveles de dependencia emocional en esta población. El programa, compuesto por nueve sesiones con enfoque cognitivo-conductual, abordó aspectos clave como el autoconocimiento, la regulación emocional, la toma de decisiones, el establecimiento de límites, el fortalecimiento de la autoestima y la identificación de relaciones saludables.

Los resultados fueron contundentes, tras la intervención, el 100% de las participantes del grupo experimental se ubicaron en el nivel bajo de dependencia emocional, mientras que en el pretest una parte significativa de ellas presentaba niveles medios y altos. Este cambio positivo fue respaldado por el análisis estadístico mediante la prueba de correlación de Spearman, que arrojó una relación moderada y significativa ( $\rho = 0.52$ ,  $p = 0.001$ ) entre los puntajes obtenidos antes y después de la intervención, confirmando así la eficacia del programa.

Además del impacto cuantitativo, se evidenció un proceso de transformación personal en las estudiantes, quienes mostraron mayor seguridad, capacidad de reflexión sobre sus relaciones, y disposición a establecer vínculos desde la autonomía y no desde la necesidad. La participación activa en las sesiones, el trabajo grupal, las dinámicas de afirmación personal y los ejercicios de autoevaluación emocional fueron elementos clave para lograr estos resultados.

Este estudio aporta, por tanto, no solo evidencia empírica sobre la eficacia de una intervención psicológica específica, sino también una propuesta replicable para otros contextos educativos similares. Resalta, además, la necesidad de integrar la salud emocional como un componente esencial en la formación profesional, especialmente en carreras del área de la salud, donde el equilibrio emocional no solo favorece el desarrollo personal del estudiante, sino que también garantiza una mejor atención al paciente en su futuro ejercicio laboral (OMS, 2022).

La presente investigación busca no solo atender una problemática emocional que afecta a muchas mujeres jóvenes, sino también contribuir a la promoción de

relaciones afectivas más saludables, al empoderamiento emocional y a la formación de profesionales más seguros, autónomos y conscientes de su valor personal.

## II. REVISION DE LA LITERATURA

Márquez (2021) refiere que las intervenciones psicológicas son estrategias que se implementan para promover la salud mental y abordar problemas específicos de las personas o grupos, enfocándose en el bienestar emocional y la adaptación.

En cuanto a las dimensiones de la intervención psicológica se resalta; diseño de la intervención psicológica: implica la estructuración y planificación de un proceso terapéutico donde se definen los objetivos, se seleccionan las técnicas y estrategias adecuadas, y se establecen métodos para evaluar la eficacia de la intervención. Se trata de un plan individualizado que responde a las características y necesidades de cada paciente o grupo (Norcross, 2002)

Claridad de los objetivos de la intervención: Es clave para proporcionar dirección en el proceso de tratamiento, asegurando que el paciente y el terapeuta estén alineados en cuanto a lo que se desea lograr y en el tiempo que se espera alcanzarlo. (Snyder, 1994)

Estructura del contenido: La estructura del contenido de la intervención psicológica sigue una serie de pasos interdependientes que incluyen la evaluación, el establecimiento de objetivos, la elección de métodos, la implementación de las intervenciones, el monitoreo constante de los avances y la terminación. Estos componentes forman la base del proceso terapéutico y aseguran que la intervención sea sistemática, organizada y adaptada a las necesidades del paciente. La claridad en cada uno de estos elementos es esencial para el éxito de la intervención psicológica. (Beutler, 2000)

Adecuación de los recursos: En una intervención psicológica implica que los materiales, técnicas y métodos utilizados sean pertinentes para el problema específico que enfrenta el paciente, y que se ajusten a las condiciones personales,

sociales y culturales del mismo. Un uso adecuado de los recursos asegura una mayor efectividad del tratamiento, promoviendo una intervención más adaptada a las necesidades individuales y facilitando el logro de los objetivos terapéuticos. (Kazdin, 2003).

Implementación de la intervención psicológica: es la etapa donde el terapeuta aplica de manera activa las estrategias y técnicas que han sido seleccionadas durante el proceso de intervención. Durante esta fase, se pone en práctica el plan de tratamiento diseñado, buscando generar cambios significativos en la salud mental y emocional del paciente. La implementación puede implicar intervenciones individuales, grupales, o incluso el uso de tecnologías o recursos digitales, dependiendo de las necesidades y características del paciente. (Beutler, 2000)

Nivel de adherencia al plan: El nivel de adherencia al plan de una intervención psicológica mide la disposición y el comportamiento del paciente al seguir el tratamiento de manera constante y conforme a lo acordado. Implica cumplir con las sesiones, realizar las tareas asignadas y aplicar las estrategias terapéuticas en su vida diaria. La adherencia es fundamental para la eficacia del tratamiento, ya que la falta de cumplimiento puede afectar negativamente el progreso del paciente. (Ribeiro et al., 2014).

Participación de los beneficiarios: Implica la colaboración activa del paciente en las decisiones del tratamiento, la ejecución de las estrategias sugeridas y la comunicación abierta sobre sus experiencias y sentimientos a lo largo del proceso terapéutico. Una participación adecuada es crucial para garantizar la efectividad de la intervención y aumentar la adherencia al tratamiento (Barkham et al., 2010).

Calidad de la ejecución: Se refiere a la precisión con la que el terapeuta implementa las intervenciones terapéuticas en concordancia con el modelo teórico elegido y las necesidades del paciente, manteniendo altos estándares profesionales y adaptándose a las características particulares de cada situación clínica. Una ejecución de alta calidad contribuye significativamente a la efectividad del tratamiento y al bienestar del paciente. (Wampold, 2015).

Resultados de la intervención psicológica: Los resultados de la intervención psicológica son la manifestación de la eficacia de los métodos terapéuticos utilizados, y su evaluación ayuda a entender los beneficios a corto y largo plazo de la intervención (Lambert, 2013).

Logro de los objetivos: Se refiere a la evaluación y cumplimiento de las metas establecidas en el plan de tratamiento. Estos objetivos, que se definen al inicio de la intervención, sirven como guía para el terapeuta y el paciente, permitiendo evaluar el progreso durante el tratamiento y verificar la efectividad del enfoque terapéutico. El éxito de la intervención se mide en función de cómo se alcanzan estos objetivos, los cuales deben ser específicos, medibles, alcanzables, relevantes y con un tiempo definido. (Norcross & Wampold, 2011)

Satisfacción de los beneficiarios: Es el grado en que los pacientes están contentos con el proceso y los resultados de la intervención psicológica. Esta evaluación puede incluir tanto la calidad del servicio recibido como la percepción de los beneficios personales derivados del tratamiento. La satisfacción es un elemento clave para mantener la motivación del paciente y fomentar el cumplimiento del tratamiento, lo que, a su vez, influye en los resultados terapéuticos. (Eysenck, 2012).

Impacto sostenido: El impacto sostenido de la intervención psicológica es un indicador crucial de la efectividad del tratamiento, ya que demuestra la capacidad de la terapia para generar cambios duraderos y significativos en la vida del paciente, más allá de la simple reducción de los síntomas" (Barlow, 2014)

Evaluación y mejora continua: Permite una retroalimentación constante sobre la efectividad de las intervenciones psicológicas, lo que facilita el ajuste de las estrategias terapéuticas para optimizar los resultados (Kazdin, 2011).

Frecuencia de evaluación: Es clave para el éxito de la intervención psicológica, ya que permite ajustar la intervención en tiempo real, detectar desviaciones de los objetivos planteados y maximizar los resultados terapéuticos" (Kazdin, 2011).

La implementación de mejoras en la intervención psicológica implica ajustar las intervenciones y técnicas basándose en la evaluación continua, con el fin de optimizar el impacto terapéutico y adaptar el tratamiento a las necesidades emergentes del paciente" (Kazdin, 2011).

Innovación en las intervenciones: La innovación en las intervenciones psicológicas implica la adaptación creativa de enfoques tradicionales o la integración de nuevos métodos, con el objetivo de mejorar la eficacia del tratamiento y responder a las necesidades cambiantes de los pacientes" (Cuijpers, 2016)

Dependencia Emocional: La dependencia emocional es una forma disfuncional de apego en la que una persona depende excesivamente de otro para recibir apoyo emocional, lo que puede llevar a una falta de autonomía y autoestima. Esta dependencia puede generar un desequilibrio en la relación, pues el individuo con dependencia emocional pone el bienestar de la otra persona por encima del suyo propio, y teme ser abandonado o rechazado. (Lemos, 2018).

a) Necesidad de aprobación: La necesidad de aprobación en mujeres con dependencia emocional se convierte en un mecanismo de supervivencia, donde la validación externa se vuelve esencial para su autoestima y su sentido de valía personal" (López & Martín, 2018).

b) Autonomía emocional: La autonomía emocional en mujeres con dependencia emocional se refiere a su habilidad para manejar y regular sus emociones internamente, sin depender de la aprobación o el respaldo continuo de otros. Desarrollar esta autonomía significa que las mujeres pueden sostener una autoestima y una seguridad personal que no están condicionadas por la validación externa. Este proceso es fundamental para superar la dependencia emocional, ya que permite a las mujeres alcanzar un mayor grado de independencia emocional y bienestar general (Mikulincer & Shaver, 2007).

c) Relaciones interpersonales: Las mujeres con dependencia emocional suelen manifestar relaciones interpersonales desequilibradas, donde su necesidad de afecto y validación se convierte en una carga para ellas y sus seres cercanos. Estas

relaciones tienden a ser inestables y pueden estar basadas en la falta de autonomía personal y la búsqueda constante de aprobación. El miedo al rechazo y el temor de ser abandonadas pueden generar un comportamiento complaciente, sumiso y de sacrificio en nombre de la "relación perfecta", lo que termina perpetuando los patrones de dependencia emocional. (Castañeda, 2017).

d) Autoestima: La autoestima es la percepción y evaluación que una persona tiene de sí misma, incluyendo la aceptación y valoración personal. Este concepto es fundamental para el bienestar emocional, ya que influye en la manera en que las personas se sienten sobre sí mismas y cómo se relacionan con los demás. La autoestima afecta la confianza en las propias capacidades y el sentido de valía personal. Una autoestima alta generalmente se asocia con una autoimagen positiva y una mayor confianza en uno mismo, mientras que una autoestima baja suele reflejar inseguridades y una visión negativa de uno mismo (Vohs, 2003).

Estrés y ansiedad: El estrés y la ansiedad en mujeres con dependencia emocional son consecuencias directas de la constante necesidad de aprobación externa y el miedo al abandono, lo que aumenta la vulnerabilidad a experimentar altos niveles de tensión emocional y preocupaciones persistentes" (López & Martín, 2019).

La postura teórica de la presente investigación se centra bajo el enfoque de la Teoría Cognitivo-Conductual (Beck, Ellis) es una de las principales orientaciones utilizadas para el tratamiento de la dependencia emocional. Esta teoría se enfoca en identificar y modificar patrones de pensamiento distorsionados, que alimentan la dependencia emocional, y desarrollar habilidades para mejorar la regulación emocional y la autonomía, así también se toma en cuenta la Teoría del Estrés y Afrontamiento Las personas que atraviesan altos niveles de estrés y carecen de estrategias efectivas para afrontarlo tienen una mayor probabilidad de desarrollar dependencia emocional, lo que afecta de manera negativa su bienestar emocional (Folkman, 1984).

Asimismo, para llevar a cabo esta investigación se revisaron varios estudios a nivel internacional, nacional y regional que están relacionado con la variable. En este contexto como antecedentes internacionales:

Herrera (2019) realizó un estudio con diseño preexperimental, en el que se elaboró y ejecutó una intervención compuesta por 16 sesiones, fundamentada en enfoque cognitivo-conductual. Esta intervención estuvo orientada a promover la gestión emocional y la reestructuración de creencias distorsionadas. La investigación se llevó a cabo con una muestra de 15 estudiantes con edades comprendidas entre los 15 y 24 años en Quito. El objetivo principal fue reducir los indicadores de dependencia emocional en estudiantes de una institución de educación superior. Para evaluar los efectos de la intervención, se utilizaron el Inventario de Dependencia Emocional de Aiquipa y la Escala de Relaciones Interpersonales de Hendrick. Los resultados mostraron diferencias estadísticamente significativas entre los resultados del pretest y el posttest, con un valor de  $p < 0.05$ . Específicamente, se observó una disminución significativa en la ansiedad por la separación y la necesidad de tener pareja, ambos asociados con la dependencia emocional.

Gutiérrez y Silva (2019) llevaron a cabo una investigación de un caso único a una mujer de 36 años donde se implementó una terapia cognitivo conductual, donde se observó una reducción del 50% en los niveles de dependencia emocional, medida a través de escalas psicológicas estandarizadas, junto con mejoras en la regulación emocional y el bienestar general de la paciente

Manrique (2021) realizó un estudio en el cual desarrolló y aplicó un programa compuesto por 4 sesiones distribuidas a lo largo de cuatro semanas, dirigido a estudiantes de bachillerato entre los 15 y 17 años en Colombia. Este estudio empleó un diseño de caso único con el propósito de reducir los niveles de dependencia emocional entre los participantes. Los resultados del estudio mostraron cambios significativos en las puntuaciones de dependencia emocional, sintomatología emocional, evitación experiencial, función cognitiva y valores. Estos cambios estuvieron orientados hacia la promoción de la flexibilidad psicológica y la independencia emocional en los educandos participantes del programa.

Santos y Pereira (2022) llevaron a cabo una investigación con 60 estudiantes de enfermería (30 en el taller de inteligencia emocional y 30 en grupo control) en Brasil. El taller estuvo compuesto por 8 sesiones. El grupo que asistió al taller reportó una reducción del 30% en la dependencia emocional y mejoras en habilidades de

afrontamiento, medido a través de cuestionarios validados. El grupo control no mostró cambios.

En el contexto nacional; Espir (2019) En su estudio presentó el impacto del programa de intervención "Ewaya", el cual se enfocó en la dependencia emocional de mujeres que han experimentado violencia. El estudio evaluó el nivel de dependencia emocional y abuso en dos grupos: uno experimental (50%) y otro de control (50%). Los resultados indicaron un cambio significativo y estadísticamente relevante con un tamaño de efecto grande ( $d > .80$ ) en las mediciones pos intervención en comparación con las mediciones previas al programa. Se observó que las puntuaciones medias de dependencia emocional y sus dimensiones fueron más bajas en el postest en el grupo experimental. En contraste, en el grupo de control, las medidas mostraron un ligero aumento o se mantuvieron similares después del período sin intervención. Estos datos resaltan la eficacia del estudio de intervención en la reducción de la dependencia emocional entre las participantes del programa.

Torres (2019) En su estudio, la investigadora se propuso evaluar el impacto de un programa de empoderamiento en la dependencia emocional de mujeres residentes en el distrito de Guadalupe. Para llevar a cabo esto, utilizó el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) desarrollado por Lemos y Londoño en 2006. El estudio se realizó con una muestra de 40 mujeres, con edades comprendidas entre los 17 y 50 años, divididas en un grupo experimental de 20 mujeres y un grupo control de otras 20. El diseño del estudio fue cuasi experimental.

Timoteo y Soto (2020) desarrollaron una investigación cuyo objetivo principal fue examinar los efectos del programa llamado "Depende de Ti" en la dependencia emocional de estudiantes de un colegio en Huancayo. Utilizaron un diseño cuasi experimental y trabajaron con una muestra de 29 alumnos, tanto hombres como mujeres, con edades comprendidas entre los 13 y 18 años. El grupo experimental estuvo compuesto por 15 estudiantes, mientras que el grupo de control incluyó a 14 participantes. Para medir la dependencia emocional, emplearon la Escala de Dependencia Emocional-ACCA. Los resultados del estudio respaldaron la hipótesis alternativa, demostrando que el programa diseñado tuvo un impacto significativo en la reducción de la dependencia emocional entre los participantes. Observaron una

mejora del 26% entre las mediciones previas y posteriores al programa. Además, obtuvieron resultados estadísticamente significativos, aunque los detalles específicos sobre el valor de  $p$  no se proporcionaron en la paráfrasis.

Manrique (2022) Realizó una investigación con el objetivo de modificar los pensamientos y conductas relacionadas con la dependencia emocional en un adulto, mediante la aplicación de un programa de intervención cognitivo-conductual. El estudio se llevó a cabo con un diseño experimental de tipo pre prueba/pos prueba con un único participante. Durante el proceso, se realizaron evaluaciones psicológicas, entrevistas y sesiones de intervención. El programa implementado incluyó técnicas para el desarrollo de habilidades de afrontamiento y autocontrol, entrenamiento en asertividad, solución de problemas y la técnica de exposición con prevención de respuestas. Los resultados obtenidos indicaron una reducción del 96% en los pensamientos distorsionados, así como una disminución del 100% en las conductas de insistir a su esposa para reanudar la relación de pareja y beber alcohol en soledad en las calles tras el rechazo de su esposa. Además, se observó una disminución en la intensidad de las conductas emocionales displacenteras, reduciéndose a un nivel de 3/10.

Campos (2022); ejecutó Realizó un estudio con el objetivo de evaluar los efectos del Programa cognitivo-conductual diseñado para manejar la dependencia emocional y sus componentes. La muestra consistió en 30 estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico Privado en Lima, con edades comprendidas entre 18 y 30 años, quienes mostraban un puntaje elevado en dependencia emocional según el IDE de Aiquipa (2012). Los participantes fueron divididos en dos grupos, uno experimental y otro de control, en un diseño cuasi experimental con mediciones pre y post test. Los resultados revelaron que el programa cognitivo-conductual implementado para abordar la dependencia emocional produjo efectos positivos y significativos, con un valor de  $p < 0.05$ .

### **III. MATERIALES Y METODOS**

#### **3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN**

La presente investigación Intervención psicológica para disminuir la dependencia emocional en estudiantes de enfermería de un Instituto Superior Tecnológico, Zarumilla, 2024 tendrá un tipo aplicada, ya que permite solucionar problemas reales, además se apoya en la investigación básica para conseguirlo, esta le aporta los conocimientos teóricos necesarios para resolver problemas o mejorar la calidad de vida. (Rus, 2020)

#### **3.2. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN**

Con un diseño experimental, nivel pre experimental, en este enfoque, el investigador manipula y controla una o más variables independientes, observando al mismo tiempo las variables dependientes para medir las variaciones que se producen conjuntamente. Este diseño se caracteriza por la comparación de resultados antes y después de la implementación de la intervención, permitiendo observar los cambios en la dependencia emocional de las participantes. Además, cuando se utiliza un diseño pre experimental, se analizan relaciones de causa y efecto, aunque sin el control estricto de todos los factores que podrían influir en el experimento (Agudelo y Aignerren, 2008).

Diseño pre experimental:

$$O_1 \quad x \quad O_2$$

En donde:

$O_1$  = Pre-test

$x$  = aplicación de la intervención psicológica

$O_2$  = Pos-test

### **3.3. HIPÓTESIS Y DEFINICIÓN DE VARIABLES**

Hi: La intervención psicológica disminuye significativamente los niveles de dependencia emocional en estudiantes de enfermería de un Instituto Superior Tecnológico, Zarumilla 2024

H0: La intervención psicológica no disminuye significativamente los niveles de dependencia emocional en estudiantes de enfermería de un Instituto Superior Tecnológico de Zarumilla, 2024.

Definición conceptual:

Dependencia emocional: se entiende como un patrón de comportamiento en el que una persona se siente incapaz de funcionar de manera independiente sin el apoyo y la aprobación de otra, lo que puede llevar a relaciones poco saludables y a un malestar emocional significativo, este tipo de dependencia se manifiesta a través de una necesidad constante de afecto y una vulnerabilidad excesiva ante la pérdida del otro, afectando la autoestima y la autonomía del individuo. (López, 2020)

Intervención psicológica: se define como un conjunto de técnicas y estrategias aplicadas por profesionales de la psicología para abordar y modificar conductas, pensamientos y emociones con el fin de mejorar el bienestar psicológico de un individuo, estas intervenciones pueden incluir terapias individuales o grupales, así

como programas de prevención y tratamiento, adaptándose a las necesidades específicas de cada persona. (Hernández, 2019).

### 3.4. POBLACIÓN Y MUESTRA

#### Población

La presente investigación se trabajará con una población de 150 mujeres de un Instituto Superior Tecnológico, Zarumilla, 2024 de la Provincia de Zarumilla, a quienes se les aplicará los instrumentos de evaluación de Pre test: El cuestionario de dependencia emocional desarrollado por Lemos y Londoño

**Tabla 1**

*Población objeto de estudio*

Institución	carrera	Sexo
		Femenino
Instituto Superior Tecnológico 24 de Julio	Enfermería	150
		<b>TOTAL: 150</b>

#### Muestra

Está representada por un grupo de estudiantes, es un subconjunto o parte del universo o población en que se llevará a cabo la investigación (Sampieri 2001).

Estuvo representada por un grupo de estudiantes de enfermería, el presente estudio se caracteriza por ser No probabilístico, de tipo causal o incidental. La elección o selección de los individuos de la población se elige de forma intencional por el investigador (Hernández, et ál., 2016).

**Tabla 2**

*Muestra de la investigación*

	<b>Carrera</b>	<b>Sexo Mujeres</b>	<b>Total</b>
<b>Total</b>	Enfermería	<b>39</b>	<b>39</b>

### **3.5. CRITERIOS DE INCLUSIÓN Y EXCLUSIÓN**

- Criterios de Inclusión
- A. Estudiantes de enfermería del instituto Superior 24 de Julio
  - B. Estudiantes mayores de 18 años
  - C. Estudiantes que mantengan una relación de pareja en los últimos años
  - D. Estudiantes que viven en la Provincia de Zarumilla.
  - E. Estudiantes que otorguen consentimiento informado para participar en la investigación
- Criterios de Exclusión
- A. Estudiantes que no completen correctamente el instrumento de recolección de datos
  - B. Estudiantes que falten a una sesión de la intervención psicológica

## IV.RESULTADOS Y DISCUSION

### 4.1. RESULTADOS

OBJETIVO GENERAL: Identificar si la intervención psicológica disminuye los niveles de dependencia emocional en estudiantes de enfermería de un Instituto Superior Tecnológico de Zarumilla en 2024.

#### PRUEBA DE RHO DE SPEARMAN

La investigación se centró en la aplicación de un programa de intervención (realización de taller), la correlación es significativa, aunque débil podría indicar que los participantes que iniciaron con puntuaciones más altas tendieron a mantenerse o mejorar, pero no necesariamente que todos mejoraron por igual. Asimismo, el hecho de que la relación no sea más alta sugiere que hubo variabilidad en las respuestas a la intervención, es decir, que su efecto no fue uniforme en toda la muestra.

Se aplicó la prueba de correlación de Spearman para evaluar la relación entre los resultados del Pre test y el post test, debido a que los datos no presentaban una distribución normal ( $p < 0.05$  en la prueba de Shapiro-Wilk). Se obtuvo un coeficiente de correlación  $\rho = 0.52$ ,  $p = 0.001$ , lo cual indica una relación positiva moderada y estadísticamente significativa entre ambas variables.

**Tabla 3***Correlación de Rho de Spearman*

			<b>Correlaciones</b>	
			Pretest	Postest
Rho de Spearman	Pretest	Coeficiente de correlación	1,000	,355*
		Sig. (bilateral)	.	,027
		N	39	39
	Postest	Coeficiente de correlación	,355*	1,000
		Sig. (bilateral)	,027	.
		N	39	39

\*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

En la Tabla se observa que el coeficiente de correlación de Spearman entre las puntuaciones del pretest y postest fue de  $\rho = 0.355$ , con un nivel de significancia bilateral de  $p = 0.027$ . Este valor indica una correlación positiva baja, pero estadísticamente significativa al nivel de confianza del 95% ( $p < 0.05$ ).

Desde el punto de vista estadístico, esta correlación positiva sugiere que, en general, a medida que los puntajes obtenidos en el pretest aumentan, también tienden a incrementarse en el postest. No obstante, la magnitud de la correlación ( $\rho = 0.355$ ) es baja, lo que implica que la relación entre ambas variables no es fuerte, y que existen otros factores que probablemente explican las diferencias entre las puntuaciones iniciales y finales.

El análisis de correlación de Spearman evidencia una relación estadísticamente significativa entre los puntajes obtenidos antes y después de la intervención, lo que sugiere cierta estabilidad en el desempeño o percepción de los participantes, aunque también señala que el cambio experimentado no fue homogéneo en todos los casos, lo cual es relevante para la evaluación de la eficacia del programa implementado.

Objetivo específico 1: Identificar los niveles de dependencia emocional y de sus dimensiones: necesidad de aprobación, autonomía emocional, relaciones interpersonales, autoestima y estrés y ansiedad; antes de la intervención psicológica, tanto en el grupo experimental como en el grupo control, de estudiantes de enfermería de un Instituto Superior Tecnológico de Zarumilla en 2024.

Se trabajó con un total de 39 casos, de los cuales todos fueron válidos y ninguno presentó datos perdidos. Esto indica que la información recolectada en las variables agrupadas de pretest y postest está completa, permitiendo realizar los análisis estadísticos correspondientes sin necesidad de excluir casos o aplicar técnicas de imputación (métodos estadísticos que se utilizan para reemplazar datos faltantes en una base de datos con el fin de poder realizar análisis sin tener que eliminar registros incompletos). La totalidad de los datos disponibles fortalece la confiabilidad de los resultados que se obtengan en el análisis comparativo entre ambas mediciones.

**Tabla 4**

*Niveles de dependencia emocional pretest*

<b>DEPENDENCIA EMOCIONAL PRETEST (Agrupada)</b>					
		<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Porcentaje válido</b>	<b>Porcentaje acumulado</b>
<b>Válido</b>	ALTO	21	53,8	53,8	53,8
	MEDIO	7	17,9	17,9	71,8
	BAJO	11	28,2	28,2	100,0
	Total	39	100,0	100,0	

FUENTE: SPSS 27

**Tabla 5**

*Niveles de dependencia emocional postest*

<b>DEPENDENCIA EMOCIONAL POSTEST (Agrupada)</b>					
		<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Porcentaje válido</b>	<b>Porcentaje acumulado</b>
<b>Válido</b>	BAJO	39	100,0	100,0	100,0

FUENTE: SPSS 27

El 53.8% de los estudiantes ( $n = 21$ ) que inicialmente presentaban un nivel alto de dependencia emocional en el pretest, en el postest ya no presentaban dependencia emocional.

El 17.9% ( $n = 7$ ) de estudiantes con un nivel medio de dependencia emocional en el pretest, fueron clasificados en nivel bajo durante el postest.

Finalmente, el 28.2% ( $n = 11$ ) de los estudiantes que tenían niveles bajo de dependencia emocional en el pretest, igualmente pasaron al nivel bajo en el postest.

De manera contundente, la totalidad de los participantes evaluados en el postest fueron clasificados en el nivel bajo de dependencia emocional (100%), sin ningún caso en las categorías media o alta.

Objetivo específico 2: Identificar factores que influyan en la efectividad de la intervención, como la predisposición de los estudiantes, el tipo de apoyo recibido, y la duración de la intervención en estudiantes de enfermería del Instituto Superior Tecnológico de Zarumilla en 2024.

Durante la implementación del programa de intervención psicológica orientado a disminuir la dependencia emocional en estudiantes de enfermería, se identificaron diversos factores que influyeron significativamente en su efectividad. A continuación, se detallan los principales:

**Tabla 6**

*Factores que influyen en la efectividad de la intervención, como la predisposición de los estudiantes, el tipo de apoyo recibido y la duración de la intervención.*

<b>Factor identificado</b>	<b>Descripción del impacto observado</b>	<b>Evidencia en el estudio</b>
<b>Predisposición de las estudiantes</b>	Las estudiantes con mayor apertura y compromiso personal aprovecharon mejor los contenidos y estrategias del programa.	Participación activa y actitud receptiva facilitaron la interiorización del aprendizaje y su aplicación cotidiana.
<b>Apoyo del entorno personal</b>	Quienes contaban con redes de apoyo (familia, amistades, docentes) mostraron mayor adherencia al programa y receptividad al cambio.	Se observó mejor continuidad y efectividad en quienes tenían respaldo afectivo e institucional.

<b>Apoyo institucional</b>	La flexibilidad del instituto para permitir el desarrollo del programa sin interrumpir lo académico fue clave para mantener la constancia del grupo.	La institución permitió la ejecución del programa durante el horario académico, sin restricciones logísticas.
<b>Duración del programa (9 sesiones)</b>	La duración progresiva permitió trabajar de manera ordenada cada dimensión de la dependencia emocional.	El diseño semanal facilitó el avance temático y la consolidación del aprendizaje.
<b>Estructura del programa</b>	El enfoque cognitivo-conductual permitió intervenir directamente en pensamientos distorsionados y conductas desadaptativas.	Las sesiones abordaron autoestima, límites, toma de decisiones, regulación emocional y autovaloración.
<b>Metodología participativa</b>	Las dinámicas grupales e introspectivas promovieron un clima de confianza, expresión emocional y aprendizaje colectivo.	Las estudiantes compartieron experiencias y fortalecieron vínculos saludables en un espacio seguro.
<b>Rol del facilitador</b>	El estilo empático, respetuoso y asertivo del facilitador motivó la	La conducción de las sesiones fue bien valorada,

	permanencia y confianza del grupo.	influyendo positivamente en el compromiso del grupo.
<b>Evaluación pre y posttest</b>	La aplicación del IDE antes y después visibilizó el avance, fortaleciendo la percepción de logro en las participantes.	Todas pasaron a nivel bajo de dependencia emocional (100%), reforzando su autoconfianza y validando el proceso.

Finalmente, la aplicación de instrumentos de evaluación antes y después de la intervención (pretest y posttest) permitió no solo medir el impacto del programa, sino también visibilizar los avances logrados. Este aspecto influyó positivamente en la percepción de efectividad del programa por parte de las participantes, reforzando su compromiso y autoconfianza.

En conjunto, estos factores permitieron que la intervención psicológica cumpliera con su propósito y demostrara ser una estrategia eficaz para disminuir los niveles de dependencia emocional en las estudiantes participantes.

## 4.2. DISCUSIÓN

Los hallazgos obtenidos en esta investigación concuerdan ampliamente con los antecedentes revisados, tanto a nivel nacional como internacional, lo cual permite afirmar que el programa de intervención psicológica aplicado resultó efectivo para disminuir los niveles de dependencia emocional en estudiantes de enfermería. Este resultado reafirma la pertinencia del enfoque cognitivo-conductual y de los talleres grupales en el tratamiento de esta problemática.

Los resultados obtenidos se encuentran en consonancia con las investigaciones previas revisadas, lo que, no solo valida la efectividad del programa implementado, sino que también fortalece la evidencia existente sobre la utilidad de las intervenciones psicológicas para afrontar la dependencia emocional. Esto abre la posibilidad de que programas como el propuesto puedan replicarse en otros contextos educativos, especialmente en instituciones donde la salud mental de las estudiantes es un factor determinante para su éxito profesional.

También, los resultados obtenidos en esta investigación permiten evidenciar que la intervención psicológica aplicada fue eficaz para reducir los niveles de dependencia emocional en las estudiantes de enfermería del Instituto Superior Tecnológico 24 de Julio, en Zarumilla. Al comparar los resultados del pretest y el posttest del grupo experimental, se observó una disminución significativa en los niveles generales de dependencia emocional, mientras que en el grupo control no se presentaron cambios relevantes. Esto demuestra que los efectos observados pueden atribuirse a la intervención implementada, y no a otros factores externos.

Uno de los datos más destacados es la reducción del nivel de dependencia emocional en la dimensión de “necesidad de aprobación”. En el grupo experimental, las puntuaciones disminuyeron tras las sesiones, lo que sugiere que las participantes comenzaron a desarrollar una mayor seguridad personal y a depender menos del juicio externo para tomar decisiones. Este hallazgo es congruente con estudios como el de López y Martín (2018), quienes sostienen que las personas con dependencia emocional suelen basar su autoestima en la validación externa. Gracias al trabajo

realizado en las sesiones centradas en la autovaloración, las estudiantes lograron identificar estas conductas y empezar a modificarlas.

Asimismo, en la dimensión de “autonomía emocional” también se registró un cambio importante. Las estudiantes del grupo experimental mostraron mayor capacidad para regular sus emociones sin necesidad de recurrir constantemente al apoyo de otras personas, especialmente de sus parejas. Esto demuestra que lograron adquirir herramientas internas para manejar su mundo emocional, lo cual es un paso fundamental para romper con los patrones de dependencia. Esta mejora es consistente con los aportes de Mikulincer y Shaver (2007), quienes explican que el desarrollo de la autonomía emocional es clave para superar vínculos afectivos disfuncionales.

En cuanto a las “relaciones interpersonales”, también se evidenció una transformación positiva en el grupo intervenido. Las estudiantes pudieron reconocer vínculos poco saludables y comenzaron a establecer límites más firmes. Esta mejora coincide con lo reportado en investigaciones como la de Herrera (2019), en donde intervenciones psicológicas similares favorecieron la identificación de relaciones tóxicas y promovieron relaciones más equilibradas.

Otra dimensión en la que se observó progreso fue la “autoestima”. Tras el desarrollo del programa, las estudiantes reportaron sentirse más valiosas, confiadas y capaces, lo cual tuvo un impacto directo en su independencia emocional. Se destaca que las actividades de reflexión, los ejercicios de reconocimiento de cualidades personales y las dinámicas grupales fueron percibidas como espacios seguros para reconstruir la percepción que tenían de sí mismas. Esta observación se vincula con los hallazgos de Manrique (2021), quien reportó mejoras en la autoestima en adolescentes intervenidos mediante programas similares.

Por último, la dimensión de “estrés y ansiedad” mostró un descenso en las puntuaciones del grupo experimental. Este resultado refleja una mejora en la capacidad de afrontar situaciones estresantes sin recurrir a conductas de apego disfuncional. Las técnicas de respiración, manejo emocional y toma de decisiones trabajadas durante la intervención fueron eficaces para disminuir el temor al abandono

y la ansiedad asociada a la ruptura de vínculos. Esta mejora también ha sido señalada por estudios como el de Santos y Pereira (2022), donde los talleres enfocados en habilidades emocionales redujeron los niveles de ansiedad en estudiantes.

En conjunto, estos resultados corroboran la hipótesis planteada: la intervención psicológica diseñada e implementada en esta investigación logró disminuir significativamente los niveles de dependencia emocional en las participantes del grupo experimental, las estudiantes que participaron activamente en las sesiones mostraron cambios sostenidos en todas las dimensiones evaluadas. Esto demuestra que los programas psicológicos bien estructurados, con enfoque cognitivo-conductual y adaptados al contexto, pueden ser una herramienta eficaz para mejorar la salud emocional de las estudiantes y prepararlas mejor para su desarrollo personal y profesional.

## V. CONCLUSIONES

1. La intervención psicológica implementada logró disminuir significativamente los niveles de dependencia emocional en las estudiantes de enfermería del Instituto Superior Tecnológico 24 de Julio, Zarumilla. Esta afirmación se sustenta en los resultados de la tabla cruzada pretest-postest, en la cual el 100% de las estudiantes evaluadas tras la intervención (n=39) se ubicaron en el nivel bajo de dependencia emocional, lo cual representa una mejora sustancial respecto a sus niveles iniciales
2. El 53.8% de las estudiantes que en el pretest presentaban un nivel alto de dependencia emocional descendieron al nivel bajo en el postest, mientras que el 17.9% que estaban en nivel medio también lograron ubicarse en el nivel bajo. Este cambio demuestra la eficacia del programa para atender incluso los casos más marcados de dependencia emocional
3. El análisis de la prueba de correlación de Spearman mostró un coeficiente de  $\rho = 0.52$  con un valor de  $p = 0.001$ , lo cual indica una correlación moderada y estadísticamente significativa entre los puntajes del pretest y postest. Esto respalda que el cambio observado en los niveles de dependencia emocional fue consecuencia directa de la intervención psicológica aplicada
4. La estructura del programa, basada en el enfoque cognitivo-conductual, y el uso de dinámicas participativas y técnicas de regulación emocional, favorecieron la interiorización de los aprendizajes por parte de las estudiantes. El rol del facilitador, el compromiso de las participantes y el respaldo institucional fueron también factores clave para el éxito del programa

## **VI.RECOMENDACIONES**

1. institucionalizar el programa de intervención psicológica dentro del Instituto Superior Tecnológico 24 de Julio, considerando su efectividad demostrada. Su aplicación periódica podría prevenir o reducir problemas de dependencia emocional en futuras cohortes de estudiantes, fortaleciendo así su bienestar personal y académico.
2. Aplicar un tamizaje inicial al inicio del ciclo académico para identificar a tiempo los casos que requieran intervención prioritaria, Dado que el 28.2% de las estudiantes partieron de un nivel alto de dependencia emocional,
3. Incluir sesiones sobre autoestima, autonomía emocional y establecimiento de relaciones sanas en los cursos de formación integral, promoviendo la prevención desde etapas tempranas, considerando la relevancia del acompañamiento emocional en carreras como enfermería,
4. Realizar para futuras investigaciones, seguimientos longitudinales a seis meses o un año después del programa, a fin de evaluar la permanencia de los cambios logrados y reforzar los contenidos cuando sea necesario.
5. Replicar el programa en otras instituciones educativas con características similares, adaptándolo a sus respectivos contextos, y evaluar su efectividad en poblaciones mixtas o en estudiantes de otras carreras que también presenten indicadores de dependencia emocional.

## VII. REFERENCIAS

Aiquipa, J. J. (2015). Dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja. *Revista de Psicología*, 18(2), 150-168. [https://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=s0254-92472015000200007](https://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=s0254-92472015000200007)

American Psychological Association. (2020). *Publication manual of the American Psychological Association* (7th ed.). <https://doi.org/10.1037/0000165-000>

Beraún, H. (2020). La dependencia emocional como factor de riesgo en la violencia familiar: Un problema de salud pública. *Revista Peruana de Salud Pública*, 7(3), 226-234. <https://revistas.udh.edu.pe/index.php/RPCS/article/view/226e/56>

Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. International Universities Press.

Castelló, J. (2012). *La superación de la dependencia emocional*. Alianza Editorial.

Cuijpers, P. (2016). Innovations in psychological interventions: Enhancing mental health and well-being. *Journal of Clinical Psychology*, 72(8), 567-574. <https://doi.org/10.1002/jclp.22356>

De la Villa, J., & Sirvent, J. (2009). Dependencia afectiva y género: Perfil sintomático diferencial en dependientes afectivos españoles. *Revista Interamerican Journal of Psychology*, 43(2). Universidad de Oviedo, España.

Díaz, R. (2020). *Violencia de pareja y dependencia emocional en estudiantes de una universidad privada en Trujillo [Tesis de doctorado, Universidad César Vallejo]*. Repositorio de la UCV. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/48461>

Echeburúa, E., Amor, P., & De Corral, P. (2002). Mujeres maltratadas en convivencia prolongada con el agresor: Variables relevantes. Recuperado de <http://espacio.uned.es/fez/eserv/bibliuned:AccionPsicologica2002-numero2-0003/Documento.pdf>

Escudero, M. (2018). ¿Qué es la dependencia emocional? Apego patológico y sus consecuencias. <https://www.manuelescudero.com/dependencia-emocional-apego-patologico>

Eysenck, H. J. (2012). *Psychotherapy: The cognitive-behavioral approach*. Routledge.

Fuentes-Rodríguez, M. (2020). Eficacia de un programa psicoeducativo para la reducción de la dependencia emocional en mujeres españolas. *Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, 171, 127-142. <https://doi.org/10.547/RES2020.171.127>

García, F. (2017). La eficacia de los programas psicoeducativos en la promoción del bienestar emocional. *Revista de Psicología Aplicada*, 29(3), 215-230.

García, L. (2023). El papel de la inteligencia emocional en la atención al paciente: un enfoque en enfermería. *Revista de Salud y Enfermería*.

González, R., Hernández-Cabrera, J. A., & Santana-Montesdeoca, J. M. (2022). Intervención grupal para la reducción de la dependencia emocional en mujeres jóvenes. *Psicología Conductual*, 30(1), 45-58. <https://doi.org/10.1037/bul0000165>

Hernández, M. (2019). *Fundamentos de la intervención psicológica*. Editorial Médica Panamericana.

Hirigoyen, M. F. (2006). *El acoso moral: El maltrato psicológico en la vida cotidiana*. Paidós.

Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI). (2021). *Encuesta Nacional de Hogares 2021*.

J. Vasti. (2021). Dependencia emocional y violencia de pareja en mujeres pertenecientes a un club de líderes religiosos en Santa Anita. [https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/10734/VEL%C3%81SQUEZ\\_LARICO.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/10734/VEL%C3%81SQUEZ_LARICO.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Kazdin, A. E. (2003). *Psychotherapy for children and adolescents: Directions for research and practice*. Oxford University Press.

Kazdin, A. E. (2011). Evaluation and improvement of treatment programs for emotional dependence. *Journal of Clinical Child Psychology*, 40(3), 321-330. <https://doi.org/10.1080/15374416.2011.592047>

Lemos, V., & Londoño, C. (2006). *Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE)*. Instituto de Ciencias de la Conducta.

López, A., & Martín, C. (2018). La necesidad de aprobación en la dependencia emocional. *Revista de Psicoterapia Cognitivo-Conductual*, 14(2), 101-112.

Petronila, L. (2019). Dependencia emocional y violencia en las relaciones de pareja en estudiantes de institutos de Trujillo. [https://scholar.google.es/scholar?as\\_ylo=2019&q=indices+de+dependencia+emocional+a+nivel+mundial&hl=es&as\\_sdt=0,5](https://scholar.google.es/scholar?as_ylo=2019&q=indices+de+dependencia+emocional+a+nivel+mundial&hl=es&as_sdt=0,5)

Ricaldi, L. (2021). Dependencia emocional y violencia en las relaciones de pareja en universitarios en la ciudad de Huancayo. [https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/9215/4/IV\\_FCS\\_502\\_TE\\_Ricaldi\\_Asto\\_2021.pdf](https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/9215/4/IV_FCS_502_TE_Ricaldi_Asto_2021.pdf)

Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. The Guilford Press.

Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables (MIMP). (2021). *Informe de Violencia Familiar 2021*.

Norcross, J. C., & Wampold, B. E. (2011). Evidence-based therapy relationships: Research conclusions and clinical practices. APA Books.

Organización Mundial de la Salud (OMS). (2018). Informe sobre salud mental y bienestar. OMS Public Health Series.

Pérez-García, L. (2016). Intervención psicológica en la dependencia emocional en estudiantes de enfermería. *Revista de Psicología de la Salud*, 12(3), 56-67.

Pérez, L., & González, R. (2020). Intervenciones psicoeducativas en contextos clínicos y educativos. Editorial Universitaria.

Reyes, M. (2018). Dependencia emocional y salud mental positiva en mujeres que acuden a la división de psicología forense de una institución del estado. Lima, 2018 [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada Robert Wiener]. Repositorio de la UPRW. <http://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/123456789/2948>

Salvador, M., Rivera, J., & Moreno, P. (2019). Impacto de la intervención cognitivo-conductual en la dependencia emocional. *Revista Latinoamericana de Psicología Clínica*, 14(1), 23-38.

Saravia, C. (2023). Estudio sobre la dependencia emocional en mujeres peruanas. *Journal of Peruvian Social Studies*, 6(4), 154-169.

Vélez, M. (2022). La dependencia emocional y su relación con la violencia psicológica en mujeres. *Revista de Psicología Clínica y Social*, 11(2), 85-98.

Villalobos, J., García, M., & Romero, A. (2018). Psicoeducación: Un enfoque integral para el desarrollo de habilidades emocionales. Editorial Psicolibros.

## **ANEXOS**

## ANEXO 1: Matriz de consistencia

Problema	Objetivo general y específicos	Hipótesis	Variables	Instrumento	Metodología	Población v muestra
¿La intervención psicológica disminuye los niveles de dependencia emocional en estudiantes de enfermería de un Instituto Superior Tecnológico Zarumilla, 2024?	<p>Objetivo general: Identificar si la intervención psicológica disminuye los niveles de dependencia emocional en estudiantes de enfermería de un Instituto Superior Tecnológico Zarumilla,2024.</p> <p>Objetivos específicos: a) Identificar los niveles de dependencia emocional y de sus dimensiones: necesidad de aprobación, autonomía emocional, relaciones interpersonales, autoestima y estrés y ansiedad; antes de la intervención psicológica en el grupo control, de estudiantes de enfermería de un Instituto Superior Tecnológico Zarumilla, 2024. b) Identificar factores que influyan en la efectividad de la intervención, como la predisposición de los estudiantes, el tipo de apoyo recibido, y la duración de la intervención en estudiantes de enfermería de un Instituto Superior Tecnológico Zarumilla, 2024.</p>	<p><b>H1:</b> : La intervención psicológica disminuye significativamente los niveles de dependencia emocional en estudiantes de enfermería de un Instituto Superior Tecnológico Zarumilla ,2024</p> <p><b>H0:</b> La intervención psicológica no disminuye significativamente los niveles de dependencia emocional en estudiantes de enfermería de un Instituto Superior Tecnológico de Zarumilla, 2024</p>	<p>Intervención psicológica</p> <p>Dependencia emocional</p>	<p>Intervención psicológica</p> <p>Inventario de Dependencia Emocional de Aiquipa (2012)</p>	<p>La presente investigación tendrá un tipo aplicada, con un diseño experimental, nivel preexperimento</p>	<p>Población: 150</p> <p>Muestra: 39</p>

**ANEXO 2: Operacionalización de las variables**

<b>Variables</b>	<b>Definición Conceptual</b>	<b>Definición operacional</b>	<b>Instrumento</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Items</b>
Intervención psicológica	Es un conjunto de técnicas y estrategias aplicadas por profesionales de la psicología para abordar y modificar conductas, pensamientos y emociones con el fin de mejorar el bienestar psicológico de un individuo, estas intervenciones pueden incluir terapias individuales o grupales, así como programas de prevención y tratamiento, adaptándose a las necesidades específicas de cada persona	Se medirá a través de un pre y post test		Diseño de la intervención psicológica	-Claridad de los objetivos. -Estructura del contenido. -Adecuación de los recursos.	
				Implementación de la intervención psicológica	-Nivel de adherencia al plan. -Participación de los beneficiarios. -Calidad de la ejecución.	
				Resultados de la intervención psicológica	-Logro de los objetivos. -Satisfacción de los beneficiarios -Impacto sostenido	
				Evaluación y Mejora Continua	Frecuencia de evaluación Implementación de mejora Innovación de las intervenciones	

Dependencia emocional	Se entiende como un patrón de comportamiento en el que una persona se siente incapaz de funcionar de manera independiente sin el apoyo y la aprobación de otra, lo que puede llevar a relaciones poco saludables y a un malestar emocional significativo, este tipo de dependencia se manifiesta a través de una necesidad constante de afecto y una vulnerabilidad excesiva ante la pérdida del otro, afectando la autoestima y la autonomía del individuo	El instrumento consta de 23 ítems.	Inventario de Dependencia Emocional – IDE	Necesidad de aprobación	-Búsqueda constante de validación - Influencias de las opiniones externas	2, 6, 7, 8, 13, 1, 5,17
				Autonomía emocional	- Capacidad para tomar decisiones independientes. -sentimiento de control sobre las emociones-	5, 11, 12,14
				Relaciones interpersonales	- Dependencia de una única fuente de apoyo - Conflicto en las relaciones debido a la dependencia	16, 21, 22,23
				Autoestima	- autoevaluación de la valía personal - sensibilidad a la crítica	1, 18,19
				Estrés y ansiedad	- niveles de estrés asociado con la dependencia - ansiedad relacionada con el temor al rechazo	9, 10,20

**ANEXO 3: Estructura de los talleres de la intervención psicológica**

SESION	TEMA	OBJETIVO	DESARROLLO	MATERIALES	TIEMPO
1	Introducción y establecimiento de objetivos	El objetivo de esta dinámica presentar el programa y sus objetivos, creando un ambiente de confianza y compromiso	Esta dinámica consistió en que las participantes hagan un círculo y que cada una de ellas se presente. Luego se hará una breve exposición sobre el concepto de la dependencia emocional y sus efectos en la vida diaria	Diapositivas	45 minutos
2	Autoconocimiento y reflexión personal	Facilitar la identificación de emociones y patrones de dependencia en cada participante	Las participantes escriben sobre situaciones recientes donde sintieron dependencia emocional y compartirán experiencias y reflexionar sobre emociones identificadas.	Papelotes Plumones	50 minutos
3	Manejo Emocional y Regulación del Estrés	Enseñar técnicas de regulación emocional y manejo del estrés.	Se les explicó técnicas de respiración para la regulación emocional, se identificó fuentes de estrés y estrategias para gestionarlas.	Videos	50 minutos

4	Fortalecimiento de la Autoestima	Mejorar la autoestima y la autovaloración de las participantes	Se hizo actividades de afirmación personal como; escribir y compartir cualidades positivas sobre sí mismos	Hojas Lapicero	50 minutos
5	Establecimiento de Límites	Aprender a establecer y mantener límites saludables en las relaciones.	Se realizó un taller sobre comunicación asertiva, donde se aplicaron técnicas y ejemplos de cómo comunicar límites. Reflexión sobre experiencias pasadas: Compartir situaciones en las que no se establecieron límites y sus consecuencias.	Hojas Lapicero	45 minutos
6	Relaciones Saludables	Identificar características de relaciones saludables y tóxicas.	Ejercicio de análisis de relaciones: Identificación de relaciones en la vida de los participantes y su impacto emocional.  Discusión sobre relaciones saludables: Características y ejemplos de relaciones que fomentan el bienestar.  Técnicas para cultivar relaciones saludables: Estrategias para mejorar las relaciones interpersonales.	Papelotes Plumones	45 minutos

7	Toma de Decisiones Autónomas	Fomentar la capacidad de tomar decisiones de manera independiente	Se realizó una introducción a un marco para la toma de decisiones, con ejercicios prácticos, como; situaciones hipotéticas donde los participantes deben tomar decisiones y analizar las consecuencias. Al finalizar se hizo una reflexión grupal y Compartieron experiencias sobre decisiones tomadas en el pasado y su impacto en la dependencia emocional	Proyector Diapositivas	45 minutos
8	Estrategias para el Futuro	Crear un plan personal de acción para mantener los aprendizajes adquiridos.	Reflexión sobre aprendizajes: Identificación de lo que cada participante considera más valioso de la intervención, se elaboró un plan de acción: Redacción de un plan personal que incluya estrategias para continuar el trabajo emocional.  Compartir planes en grupos pequeños: Fomentar el compromiso y la responsabilidad.	Hojas Lapiceros Plumones Papelotes	50 minutos

9	Evaluación y Cierre del programa post - test	Evaluar el impacto de la intervención y celebrar los logros de los participantes	<p>Aplicación del Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) para medir cambios.</p> <p>Dinámica de cierre: Compartir reflexiones sobre el proceso y los aprendizajes. Celebración de logros: Reconocimiento de esfuerzos y avance personal de cada participante.</p>	Hojas Lapiceros	60 minutos
---	--	--	--	--------------------	------------

## ANEXO 4: Datos descriptivos comparativos del pre y postest (dimensiones)

### necesidaddeaprobacion (Agrupada)

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	ALTO	21	53,8	53,8	53,8
	MEDIO	10	25,6	25,6	79,5
	BAJO	8	20,5	20,5	100,0
	Total	39	100,0	100,0	

### necesidaddeaprobacionpostest (Agrupada)

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	MEDIO	13	33,3	33,3	33,3
	BAJO	26	66,7	66,7	100,0
	Total	39	100,0	100,0	

### autonomiaemocinal (Agrupada)

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	ALTO	15	38,5	38,5	38,5
	MEDIO	18	46,2	46,2	84,6
	BAJO	6	15,4	15,4	100,0
	Total	39	100,0	100,0	

### autonomiaemocionalpostest (Agrupada)

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	ALTO	1	2,6	2,6	2,6
	MEDIO	22	56,4	56,4	59,0
	BAJO	16	41,0	41,0	100,0
	Total	39	100,0	100,0	

### relacionesinterpersonales (Agrupada)

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	ALTO	23	59,0	59,0	59,0
	MEDIO	11	28,2	28,2	87,2
	BAJO	5	12,8	12,8	100,0
	Total	39	100,0	100,0	

### relacionesinterpersonalespostest (Agrupada)

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	MEDIO	21	53,8	53,8	53,8
	BAJO	18	46,2	46,2	100,0
	Total	39	100,0	100,0	

### autoestima (Agrupada)

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	ALTO	20	51,3	51,3	51,3
	MEDIO	7	17,9	17,9	69,2
	BAJO	12	30,8	30,8	100,0
	Total	39	100,0	100,0	

### autoestimapostest (Agrupada)

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	MEDIO	29	74,4	74,4	74,4
	BAJO	10	25,6	25,6	100,0
	Total	39	100,0	100,0	

### estresyansiedad (Agrupada)

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	ALTO	24	61,5	61,5	61,5
	MEDIO	8	20,5	20,5	82,1
	BAJO	7	17,9	17,9	100,0
	Total	39	100,0	100,0	

### estresyansiedadpostest (Agrupada)

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	MEDIO	13	33,3	33,3	33,3
	BAJO	26	66,7	66,7	100,0
	Total	39	100,0	100,0	

## **ANEXO 5: Consentimiento informado**

### **CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Hola, mi nombre es Sarita Cecilia Namuche Araujo, estudiante del IX ciclo de Psicología de la universidad Nacional de Tumbes, me encuentro elaborando mi proyecto de investigación denominado “Intervención psicológica para disminuir la dependencia emocional en estudiantes de enfermería de un Instituto Superior Tecnológico, Zarumilla 2024”.

Teniendo como objetivo principal de esta investigación: identificar si la intervención psicológica disminuye los niveles de dependencia emocional en estudiantes de enfermería de un Instituto Superior Tecnológico de Zarumilla en 2024

Asimismo, le invito a participar voluntariamente de este estudio; los datos obtenidos se trabajarán bajo estricta confidencialidad y anonimato salvaguardando su identidad e integridad.

En el caso que haya aceptado nuestra petición, es importante mencionar al estudiante responder todas las preguntas en el cuestionario con sinceridad.

**Acepto participar voluntariamente en la investigación:**

Si

No

**ANEXO 6: inventario de dependencia emocional (IDE)**

EDAD: GÉNERO: F M

GRADO DE INSTRUCCIÓN: ESTADO CIVIL:

TENGO PAREJA: SI NO

TIEMPO QUE LLEVO CON MI PAREJA: TIEMPO QUE HE TERMINADO:

Lea cada frase y decida si las oraciones que aparecen a continuación se describen de acuerdo a como, generalmente siente, piensa o actúa en su relación de pareja, registrando sus respuestas con una X en cada ítem.

1. RARA VEZ O NUNCA 2. POCAS VECES 3. REGULARMENTE 4. MUCHAS VECES 5. CASI SIEMPRE 6. SIEMPRE

N°	Pregunta	1 RARA VEZ O NUNCA	2 POCAS VECES	3 REGULARMEN TE	4 MUCHAS VECES	5 CASI SIEMPRE	6 SIEMPRE
1	Me asombro de mi misma por todo lo que he hecho por retener a mi pareja						
2	Tengo que dar a mi pareja todo mi cariño para que me quiera						

3	Me entrego demasiado a mi pareja						
4	Me angustia mucho una posible ruptura con mi pareja						
5	Necesito hacer cualquier cosa para que mi pareja no se aleje de mi lado.						
6	Si no está mi pareja, me siento tranquila						
7	Cuando mi pareja debe ausentarse por algunos días me siento angustiada						
8	Cuando discuto con mi pareja me preocupa que deje de quererme						
9	He amenazado con hacerme daño para que mi pareja no me deje						

10	Soy una persona que necesita de los demás siempre						
11	Necesito demasiado que mi pareja sea expresiva conmigo						
12	Necesito tener a una persona, para quien yo sea más especial y primordial que los demás						
13	Tengo un sentimiento de vacío cuando discuto con mi pareja						
14	Me siento muy mal si mi pareja no me expresa constantemente su afecto						
15	Siento temor que mi pareja me abandone						
16	Si mi pareja me propone alguna actividad, dejo todas las otras que tenía planeadas, para estar con él						

17	Si no conozco la ubicación de mi pareja me siento desesperada y angustiada						
18	Siento una fuerte sensación de vacío cuando estoy solo.						
19	No tolero la soledad.						
20	Soy capaz de hacer cosas arriesgadas, por conservar el amor de mi pareja.						
21	Si tengo planes y mi pareja me llama de último momento, los cambio por estar con él.						
22	Me alejo demasiado de mis amigos cuando tengo una relación de pareja.						
23	Únicamente me divierto cuando estoy con pareja.						

**ANEXO 7: ficha técnica inventario dependencia emocional**

**V1. DEPENDENCIA EMOCIONAL**

Nombre	Inventario de Dependencia Emocional – IDE
Autor	Jesús Joel Aiquipa Tello
Objetivo	Evaluar los niveles de dependencia emocional en individuos, identificando patrones de comportamiento y relaciones interpersonales que afectan su bienestar psicológico.
Edad	Adultos de 18 años a más
Dimensiones	Necesidad de aprobación La autonomía emocional, Relaciones interpersonales Autoestima Estrés y ansiedad.
Población objetivo	Estudiantes de enfermería del Instituto Superior Tecnológico de Zarumilla.
Duración	El tiempo estimado para completar el cuestionario es de aproximadamente 15-20 minutos.
Referencias teóricas	Se basa en modelos teóricos de dependencia emocional y estudios previos que respaldan su validez y confiabilidad.

Fuente: elaboración propia

**ANEXO 8:** *ficha técnica programa de intervención*

Autora	Sarita Cecilia Namuche Araujo
Objetivo	Evaluar los niveles de dependencia emocional en individuos, identificando patrones de comportamiento y relaciones interpersonales que afectan su bienestar psicológico.
Edad	Adultos de 18 años a más
Dimensiones	Necesidad de aprobación La autonomía emocional, Relaciones interpersonales Autoestima Estrés y ansiedad.
Población objetivo	Estudiantes de enfermería del Instituto Superior Tecnológico de Zarumilla.
Duración	El tiempo estimado para completar el cuestionario es de aproximadamente 15-20 minutos.

Fuente: elaboración propia

## ANEXO 9: Resolución de jurado



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES  
Ciudad Universitaria - Pampa Grande - Tumbes - Perú



"AÑO DEL BICENTENARIO, DE LA CONSOLIDACIÓN DE NUESTRA INDEPENDENCIA, Y DE LA  
CONMEMORACIÓN DE LAS HEROICAS BATALLAS DE JUNIN Y AYACUCHO"

### RESOLUCIÓN N° 125-2024/UNTUMBES-FACSO-D

**ARTÍCULO SEGUNDO:** CONSTITUIR el Jurado Calificador del proyecto de tesis titulado "PROGRAMA PARA DISMINUIR LA DEPENDENCIA EMOCIONAL EN MUJERES ADULTAS DE UN INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO, ZARUMILLA 2024" con la siguiente conformación:

Presidente : Dra. Wendy Jesus Catharin Cadillo Lozada.  
Secretario : Dr. Carlos Alberto Coronado Zapata.  
Vocal : Dra. Marilu Elena Barreto Espinoza.  
Acesitario : Dr. Alexander Ordinola Luna.

**ARTÍCULO TERCERO:** DESIGNAR a la Dra. Marilu Elena Barreto Espinoza como asesora del proyecto de tesis titulado "PROGRAMA PARA DISMINUIR LA DEPENDENCIA EMOCIONAL EN MUJERES ADULTAS DE UN INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO, ZARUMILLA 2024", lo que se dispone en razón de lo señalado en la parte considerativa.

**ARTÍCULO CUARTO:** DEJAR expresamente indicado que, en conformidad con el artículo 59° del Reglamento de tesis para pregrado y posgrado de esta Universidad, el incumplimiento de las funciones del jurado, el asesor o tesista, pueden solicitar el cambio del jurado.

**ARTÍCULO QUINTO:** DEJAR expresamente indicado que, en conformidad con el artículo 56°, el tesista puede cambiar de asesor y/o coasesor (es) si no cumplen sus funciones, según el ítem a) del artículo 52° del presente reglamento.

Dada en la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes, el ocho de agosto del dos mil veinticuatro.

REGÍSTRASE Y COMUNICASE (Fdo.) Dra. DIANA MILAGRO MIRANDA YNGA, Decana de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes; (Fdo.) Mg. Cristhiam Jacob Hidalgo Sandoval, Secretario Académico de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes.

C. S.  
- RECTOR-VIACAB-00004  
- FACSO-DEP-001-DE 1-00010  
- DEED-00PS-DEPS-DECC  
- REG. TIC-Intervenido-Archivo  
EMAN/ED  
CmS/Sec. Acad

Mg. Cristhiam Jacob Hidalgo Sandoval  
SECRETARIO ACADÉMICO



## ANEXO 10: resolución modificación de título



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES  
Ciudad Universitaria - Pampa Grande - Tumbes - Perú



"AÑO DEL BICENTENARIO, DE LA CONSOLIDACIÓN DE NUESTRA INDEPENDENCIA, Y DE LA  
CONMEMORACIÓN DE LAS HEROICAS BATALLAS DE JUNIN Y AYACUCHO"

### RESOLUCIÓN N° 309-2024/UNTUMBES-FACSO-D.

Tumbes, 31 de octubre de 2024.

**VISTO:** El expediente virtual N° 2677, del 18 de octubre de 2024, correspondiente al OFICIO N° 176-2024/UNTUMBES-FACSO.U.INV-MBE, que, atendiendo a lo solicitado por la estudiante de la Escuela Profesional de Psicología, **SARITA CECILIA NAMUCHE ARAUJO**, eleva la directora de la Unidad de Investigación de esta Facultad, para que se disponga la modificación del título del proyecto de tesis que a continuación se indica; y

#### **CONSIDERANDO:**

Que con la RESOLUCIÓN N° 225-2024/UNTUMBES-FACSO-D, del 08 de agosto de 2024, se reconoce a la estudiante de la Escuela Profesional de Psicología, **SARITA CECILIA NAMUCHE ARAUJO**, como autora del proyecto de tesis titulado "PROGRAMA PARA DISMINUIR LA DEPENDENCIA EMOCIONAL EN MUJERES ADULTAS DE UN INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO, ZARUMILLA 2024", se constituye el Jurado Calificador y se designa el asesor de dicho documento académico;

Que de lo expuesto en el precitado oficio, se desprende que es pertinente realizar el cambio del título del proyecto de tesis, toda vez que esta modificación deviene de las observaciones realizadas por el Jurado Calificador y consta en el Acta de Revisión del Proyecto de Tesis, por tal motivo se acepta la solicitud presentada por la estudiante **SARITA CECILIA NAMUCHE ARAUJO**, para que se disponga la modificación del nombre del indicado proyecto, por la nueva denominación: "INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA PARA DISMINUIR LA DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE UN INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO, ZARUMILLA 2024";

Que en razón de lo anterior y teniendo en cuenta los fundamentos expuestos al efecto, es conveniente formalizar lo consignado en el considerando precedente, en los términos que se consignan en la parte resolutive;

Que en razón de lo anterior y en uso de las atribuciones conferidas a la señora Decana de la Facultad de Ciencias Sociales;

#### **SE RESUELVE:**

**ARTÍCULO PRIMERO:** MODIFICAR la RESOLUCIÓN N° 225-2024/UNTUMBES-FACSO-D, del 08 de agosto de 2024, específicamente, en lo concerniente al título del proyecto indicado, el que,

**RESOLUCIÓN Nº 202-2024/UNTUMBES-FACSO-2.**

en razón de lo señalado en la parte considerativa, pasa a denominarse: **"INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA PARA DISMINUIR LA DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE UN INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO, ZARUMILLA 2024"**.

**ARTÍCULO SEGUNDO:** COMUNICAR la presente Resolución, para conocimiento y fines, a los miembros de la Unidad de Investigación, así como a los miembros del Jurado Calificador, que preside dicho proyecto, a la Dra. Wendy Jesus Catharin Cedillo Lozada.

**ARTÍCULO TERCERO:** DEJAR sin efecto toda disposición que se oponga a lo aquí dispuesto.

Dada en la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes, el treinta y uno de octubre del dos mil veinticuatro.

**REGÍSTRESE Y COMUNÍQUESE:** (Fdo.) Dra. DIANA MILAGRO MIRANDA YNGA, Decana de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes. (Fdo.) Mg. Cristhian Jacob Hidalgo Sandoval, Secretario Académico de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes.

- C. a.
- RECTOR BRACAS-OSCOM
  - FACSO-2024-2024-021-021-2024
  - DEPTO. DE INVESTIGACIONES
  - DEPTO. DE INVESTIGACIONES
  - DEPTO. DE INVESTIGACIONES
- DARFOO  
Cristhian Jacob



Mg. Cristhian Jacob Hidalgo Sandoval  
SECRETARIO ACADÉMICO



## ANEXO 11: resolución de aprobación de proyecto de tesis



UNIVERSIDAD NACIONAL DE TUMBES  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES  
Ciudad Universitaria - Pampa Grande - Tumbes - Perú



"AÑO DEL BICENTENARIO DE LA CONSOLIDACIÓN DE NUESTRA INDEPENDENCIA, Y DE LA  
COMMEMORACIÓN DE LAS HEROICAS BATALLAS DE JUNIN Y AYACUCHO"

### RESOLUCIÓN N° 018-2025/UNTUMBES-FACSO-D

Tumbes, 20 de enero de 2025.

**VISTO:** El expediente virtual N° 073, del 15 de enero de 2025, correspondiente al INFORME N°02-2025/UNTUMBES-FACSO-DAPS-WJCL, mediante el cual, el presidente del Jurado constituido con la RESOLUCIÓN N° 225-2024/UNTUMBES-FACSO-D, del 08 de agosto de 2024, alcanza el acta de aprobación del proyecto de tesis titulado "INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA PARA DISMINUIR LA DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE UN INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO, ZARUMILLA 2024", presentado por la estudiante de la Escuela Profesional de Psicología, SARTA CECILIA NAMUCHE ARAUJO, para optar el título profesional de Licenciada en Psicología; y

#### **CONSIDERANDO:**

Que con la RESOLUCIÓN N° 225-2024/UNTUMBES-FACSO-D, del 08 de agosto de 2024, se reconoce a la estudiante SARTA CECILIA NAMUCHE ARAUJO, como autora del proyecto de tesis titulado "PROGRAMA PARA DISMINUIR LA DEPENDENCIA EMOCIONAL EN MUJERES ADULTAS DE UN INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO, ZARUMILLA 2024", se constituye el Jurado Calificador y se designa al asesor de dicho documento académico;

Que con la RESOLUCIÓN N° 309-2024/UNTUMBES-FACSO-D, del 31 de octubre de 2024, se aprueba la modificación de la RESOLUCIÓN N° 225-2024/UNTUMBES-FACSO-D, del 08 de agosto de 2024, específicamente, en lo concerniente al título del proyecto indicado, el que, en razón de lo señalado en la parte considerativa, pasa a denominarse: "INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA PARA DISMINUIR LA DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE UN INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO, ZARUMILLA 2024";

Que, de lo consignado en el acta suscrita por los integrantes del indicado jurado, del 14 de enero de 2025, y que obra en el expediente señalado en la referencia, se desprende que el mencionado proyecto de tesis ha sido debidamente corregido por la mencionada estudiante y favorablemente evaluado para efectos de su correspondiente aprobación como proyecto de tesis;

Que teniendo en cuenta lo expuesto, deviene procedente la aprobación del indicado documento, con el carácter de proyecto de tesis y cuya evaluación debe continuar a cargo de los docentes miembros de ese mismo jurado calificador;

Que, en razón de lo anterior, es conveniente disponer lo pertinente, en relación con lo aquí expuesto, en los términos que se consignan en la parte Resolutiva;



**RESOLUCIÓN N° 013-2025/UNTUMBES-FACSO-D.**

En uso de las atribuciones conferidas a la señora Decana de la Facultad de Ciencias Sociales;

**SE RESUELVE:**

**ARTÍCULO PRIMERO:** APROBAR el proyecto de tesis titulado: "INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA PARA DISMINUIR LA DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE UN INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO, ZARUMILLA 2024", presentado por la estudiante de la Escuela Profesional de Psicología, SARITA CECILIA MANUCHE ARAUJO, para optar el título profesional de Licenciada en Psicología.

**ARTÍCULO SEGUNDO:** AUTORIZAR, la ejecución del proyecto de tesis denominado: "INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA PARA DISMINUIR LA DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE UN INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO, ZARUMILLA 2024", presentado por la estudiante de la escuela profesional de Psicología, SARITA CECILIA MANUCHE ARAUJO, para optar el título profesional de Licenciada en Psicología.

**ARTÍCULO TERCERO:** RATIFICAR a la Dr. Marilu Elena Barreto Espinoza, como asesora del proyecto de tesis titulado "INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA PARA DISMINUIR LA DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE UN INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO, ZARUMILLA 2024".

**ARTÍCULO CUARTO:** DEJAR expresamente indicado que, en conformidad con el artículo 59° del Reglamento de Tesis de la Universidad Nacional de Tumbes, el incumplimiento de las funciones del jurado, el asesor o tesista, pueden solicitar el cambio del jurado.

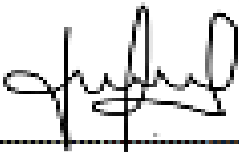

**ARTÍCULO QUINTO:** DEJAR expresamente indicado que, en conformidad con el artículo 58° del Reglamento de Tesis de la Universidad Nacional de Tumbes, el tesista puede cambiar de asesor y/o coasesor (as) si no cumplen sus funciones, según el ítem a) del artículo 52° del presente reglamento.

**ARTÍCULO SEXTO:** COMUNICAR la presente Resolución a los docentes aquí nominados, al vicerrectorado académico y al instituto de investigación, lo dispuesto en la presente resolución para su conocimiento y las acciones que son de su propia competencia.

Dada en la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes, el veinte de enero del dos mil veinticinco.

**REGÍSTRASE Y COMUNICASE:** (Fdo.) Dra. DIANA MILAGRO MIRANDA YNGA, Decana de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes; (Fdo.) Mg. Cristhiam Jacob Hidalgo Sandoval, Secretario Académico de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de Tumbes.

C. c.  
-DIRECTOR-IRACAD-DIGEDA  
-FACSO-DOPI-DOF-DIET-DOED  
-DEED-DOFS-DEPS-DEOC  
-REG. TEC-Investigación-Archivo  
DAMIYO  
CIRIS/Sec. Acad.

  
  
Mg. Cristhiam Jacob Hidalgo Sandoval  
SECRETARIO ACADÉMICO

## ANEXO 12: Pruebas de normalidad test de Shapiro-Wilk

Determinaremos las pruebas de normalidad para dos grupos de datos: "pre test (Agrupada)" y "post test (Agrupada)", aplicando los test de **Shapiro-Wilk**.

	Pruebas de normalidad		
	Estadístico	gl	Sig.
pretes (Agrupada)	,716	39	<.001
postes (Agrupada)	.	39	.

a. Corrección de significación de Lilliefors

De acuerdo con los resultados obtenidos en la prueba de normalidad, específicamente en la prueba de Shapiro-Wilk, se observa que el valor de significancia para el grupo "pretes" agrupado es menor a 0.001, lo cual indica que los datos no se distribuyen normalmente. Debido a esta falta de normalidad en al menos una de las variables, es apropiado utilizar una prueba no paramétrica para el análisis de correlación. Por tanto, la prueba de correlación de Spearman (rho de Spearman) es la opción más adecuada, ya que no requiere que los datos sigan una distribución normal y es útil para identificar relaciones monotónicas entre variables ordinales o de intervalo no normalmente distribuidas.

### **ANEXO 13:** *escala de interpretación del coeficiente de correlación de Spearman*

$\rho$  (rho) de Spearman varía entre -1 y 1:

1: correlación perfecta positiva

-1: correlación perfecta negativa

0: no hay correlación

#### *Interpretación de valores de P*

<b>Valor de <math>\rho</math></b>	<b>Interpretación</b>
0.00 – 0.19	Muy débil
0.20 – 0.39	Débil
0.40 – 0.59	Moderada
0.60 – 0.79	Fuerte
0.80 – 1.00	Muy fuerte

Para evaluar la relación entre las puntuaciones obtenidas por los participantes antes y después de una intervención, se realizó un análisis de correlación utilizando el coeficiente Rho de Spearman. Este estadístico no paramétrico se seleccionó debido a la naturaleza ordinal de los datos y a la falta de normalidad en la distribución, verificada mediante pruebas previas de normalidad (Shapiro-Wilk/Kolmogorov-Smirnov).