



## **FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

DEPENDENCIA EMOCIONAL Y CREENCIAS IRRACIONALES EN ESTUDIANTES  
DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE LIMA  
ESTE, 2023

**Línea de investigación:**

**Psicología de los procesos básicos y psicología educativa**

Tesis para optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología con  
mención en Psicología Clínica

**Autora:**

Condor Alccacchua, Fiorela Sandy

**Asesor:**

Del Rosario Pacherres, Orlando

ORCID: 0000-0003-0981-9808

**Jurado:**

Figueroa Gonzáles, Julio Lorenzo

Mendoza Huamán, Vicente Eugenio

Mayorga Falcón, Elizabeth

**Lima - Perú**

**2024**



# DEPENDENCIA EMOCIONAL Y CREENCIAS IRRACIONALES EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE LIMA ESTE, 2023

## INFORME DE ORIGINALIDAD

25%

INDICE DE SIMILITUD

25%

FUENTES DE INTERNET

3%

PUBLICACIONES

11%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

## FUENTES PRIMARIAS

1	<a href="https://repositorio.unfv.edu.pe">repositorio.unfv.edu.pe</a> Fuente de Internet	9%
2	<a href="https://hdl.handle.net">hdl.handle.net</a> Fuente de Internet	3%
3	<a href="https://repositorio.ucv.edu.pe">repositorio.ucv.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
4	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	1%
5	<a href="https://repositorio.autonoma.edu.pe">repositorio.autonoma.edu.pe</a> Fuente de Internet	1%
6	<a href="https://core.ac.uk">core.ac.uk</a> Fuente de Internet	1%
7	<a href="https://1library.co">1library.co</a> Fuente de Internet	1%
8	<a href="https://dspace.ucuenca.edu.ec">dspace.ucuenca.edu.ec</a> Fuente de Internet	1%



## **FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

### **DEPENDENCIA EMOCIONAL Y CREENCIAS IRRACIONALES EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA DE LIMA ESTE, 2023**

Línea de investigación:

Psicología de los procesos básicos y psicología educativa

Tesis para optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología con mención en  
Psicología Clínica

**Autora:**

Condor Alccacahua, Fiorela Sandy

**Asesor:**

Del Rosario Pacherras, Orlando

ORCID: 0000-0003-0981-9808

**Jurado:**

Figuroa Gonzáles, Julio Lorenzo

Mendoza Huamán, Vicente Eugenio

Mayorga Falcón, Elizabeth

**Lima – Perú**

**2024**

## Pensamientos

“Hay tres frases que nos impiden avanzar:  
tengo que hacerlo bien, me tienes que tratar  
bien, y el mundo debe ser feliz”.

Albert Ellis

“Nunca es demasiado tarde para ser  
lo que podrías haber sido”

George Eliot.

### **Dedicatoria**

A Dios, por darme la fuerza y paciencia para emprender este largo camino.

A mis padres, por su amor y apoyo incondicional, y por haber hecho posible este proceso.

### **Agradecimientos**

A mis padres, por ser mi mayor motivación, en especial a mi madre por siempre alentarme a seguir adelante a pesar de las dificultades.

A mis profesores y a mi asesor, por todo el conocimiento brindado a lo largo de este tiempo de estudio.

A mis amigas, por todos los momentos compartidos y por hacer todo más llevadero.

## Índice

Resumen	xiii
Abstract	ix
I. Introducción	10
1.1. Descripción y formulación del problema	13
1.2. Antecedentes	16
1.3. Objetivos	20
1.3.1. Objetivo General	20
1.3.2. Objetivos Específicos	20
1.4. Justificación	20
1.5. Hipótesis	21
II. Marco teórico	23
2.1. Bases teóricas sobre el tema de Investigación	23
III. Método	42
3.1. Tipo de Investigación	42
3.2. Ámbito temporal y espacial	42
3.3. Variables	42
3.4. Población y muestra	46
3.5. Instrumentos	47
3.6. Procedimientos	53
3.7. Análisis de datos	54
IV. Resultados	55
V. Discusión de resultados	61
VI. Conclusiones	65
VII. Recomendaciones	67

VIII. Referencias

IX. Anexos

## Índice de tablas

N°	Titulo	Pág.
Tabla 1	Operacionalización de la variable dependencia emocional	43
Tabla 2	Operacionalización de la variable creencias irracionales	45
Tabla 3	Características de la muestra, según sexo, edad y grado de estudios	46
Tabla 4	Confiabilidad del Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE)	49
Tabla 5	Validez del Cuestionario de Dependencia Emocional(CDE)	49
Tabla 6	Confiabilidad del Registro de opiniones Forma-A	52
Tabla 7	Validez del Registro de opiniones Forma-A	53
Tabla 8	Prueba de normalidad de la distribución de los datos	54
Tabla 9	Niveles de Dependencia Emocional según sexo, edad y grado de estudios	55
Tabla10	Análisis descriptivo de los niveles de creencias irracionales	55
Tabla11	Niveles de creencias irracionales según dimensión	56
Tabla12	Niveles de Creencias irracionales según sexo, edad y grado de estudios	57
Tabla13	Relación entre Dependencia Emocional y Creencias irracionales	58
Tabla14	Relación entre las dimensiones de dependencia emocional y las creencias irracionales	59

## Resumen

**Objetivo:** Determinar la relación entre la dependencia emocional y las creencias irracionales en estudiantes de una institución educativa pública de Lima Este, 2023. **Método:** La investigación corresponde a un enfoque de tipo cuantitativo, el nivel de investigación es descriptivo y correlacional, el diseño es no experimental. Se utilizó el Cuestionario de Dependencia emocional (CDE) y el Registro de opiniones Forma A. La muestra estuvo constituida por 186 estudiantes de 4° y 5° de secundaria de una institución educativa pública, hombres y mujeres de 15 a 18 años que hayan tenido o tengan pareja. **Resultados:** Existe correlación significativa, positiva y baja ( $Rho = .275$ ;  $p < .001$ ) entre la dependencia emocional y las creencias irracionales, en su mayoría los estudiantes no presentan dependencia emocional; no existe una diferencia importante respecto al sexo, la edad y el grado de estudios. El nivel predominante de creencias irracionales esta entre los niveles racional, tendencia racional y tendencia irracional; la creencia con el mayor porcentaje de irracionalidad es la de Condenación; las mujeres tienden a ser más irracionales a diferencia de los hombres; los participantes de 15 años y de 4° grado presentan puntuaciones de irracionalidad. Todas las dimensiones de dependencia emocional se relacionan con la creencia necesidad de aprobación. **Conclusiones:** La dependencia emocional se relaciona con las creencias irracionales; no se observan diferencias significativas en el sexo, la edad, ni el grado de estudios para la variable dependencia emocional, la variable creencias irracionales si muestra diferencias en cuanto al sexo, la edad y el grado de estudios.

*Palabras clave:* dependencia emocional, creencias irracionales, estudiantes.

## Abstract

**Objective:** Determine the relationship between emotional dependence and irrational beliefs in students of a public educational institution in Lima Este, 2023. **Method:** The research corresponds to a quantitative approach, the level of research is descriptive and correlational, the design is not experimental. The Emotional Dependency Questionnaire (CDE) and the Opinion Registry Form A were used. The sample was made up of 186 4th and 5th grade secondary school students from a public educational institution, men and women aged 15 to 18 who had or have a partner. **Results:** There is a significant, positive and low correlation ( $Rho = .275$ ;  $p < .001$ ) between emotional dependence and irrational beliefs; most students do not present emotional dependence; There is no important difference regarding sex, age and level of education. The predominant level of irrational beliefs is between the rational, rational tendency and irrational tendency levels; The belief with the highest percentage of irrationality is that of Damnation; Women tend to be more irrational unlike men; 15-year-old and 4th grade participants present irrationality scores. All dimensions of emotional dependence are related to the belief in the need for approval. **Conclusions:** Emotional dependence is related to irrational beliefs; No significant differences are observed in sex, age, or educational level for the emotional dependence variable, the irrational beliefs variable does show differences in terms of sex, age, and educational level.

*Keywords:* emotional dependence, irrational beliefs, students

## I. INTRODUCCIÓN

La dependencia emocional es la necesidad excesiva de afecto que el dependiente siente hacia su pareja, es conocida por presentar una postura sumisa frente al otro, pensamientos constantes sobre la pareja, miedo a ser abandonado entre otros; los que presentan dependencia emocional suelen iniciar su vida amorosa desde la adolescencia, intentan estar siempre con alguien (Castelló, 2005). El dependiente emocional gira en torno a la pareja que tiene al lado, la coloca por encima de todo, incluso de él mismo(a) olvidándose de vivir su propia vida con el fin de satisfacer al otro y evitar la despedida de éste, y se puede presentar desde una etapa temprana como es la adolescencia; por ello es importante conocer cuál es la situación de los estudiantes respecto a sus parejas y a su vez dar a conocer sobre este tema para poder evitar situaciones de riesgo como la violencia, el embarazo precoz y una vida insatisfecha.

Las creencias irracionales son definidas como argumentos que no se contrastan con la realidad, son supersticiosos, se concluyen en base a ideas que no se relacionan entre sí, son absurdos, incluso no ayudan a alcanzar metas ni objetivos; ser irracional supone ser una persona que no está dispuesta al cambio, sino que se cierra en una sola idea, juzgando a personas con opiniones diferentes a la suya (Ellis ,2003, como se citó en Lega et al., 2017). Las creencias irracionales están basadas en las interpretaciones que se hacen de los hechos, pero no sobre los hechos mismos, estos fueron adquiridos mediante las experiencias que se vivieron y pueden llevar a la persona a experimentar emociones intensas y posteriormente a actuar de una manera inadecuada, por ello es importante conocer cuáles son las creencias que presentan los estudiantes cuando atraviesan situaciones de dependencia emocional y así puedan ser reestructuradas con la finalidad de disminuir la presencia de este trastorno en la pareja.

El ser humano desde pequeño se vincula afectivamente, en un inicio tuvo un vínculo exclusivo con sus padres, al llegar a la adolescencia empieza a vincularse más con sus pares, entre estos sus amigos y sus primeras parejas. A nivel internacional, un estudio realizado por

la Liga Española de la Educación (2018) muestra que el 24% de los jóvenes tuvieron su primera relación amorosa a los 12 años y cerca de un tercio tuvo se inició sexualmente a los 15 años.

En el Perú, la Secretaría Nacional de la Juventud (2022) realizó un informe nacional de los jóvenes peruanos donde se apreció que en el año 2021 los adolescentes entre 15 y 19 años habían sufrido violencia por parte de la pareja. Esto hace referencia a relaciones que no son saludables como es la dependencia emocional, existen diversos factores causales que explican su origen, uno de ellos está ligado al cuidador que no satisfacía las necesidades afectivas del niño, surgiendo en éste esquemas mentales relacionados a su valía personal y a la interacción con otros (Castelló, 2005), se observa que la dependencia emocional presenta un componente cognitivo. Ellis (2003, como se citó en Grandéz, 2017) define las creencias como ideas sobre sí mismo, pensamientos, o imágenes mentales que originan emociones y conductas, son valoraciones sobre uno mismo y sobre los demás; Chaves y Quiceno (2010) refieren que aquellas creencias que tienen la forma de mandatos, deberes y necesidades y que producen emociones inadecuadas como Depresión y Ansiedad son denominadas creencias irracionales. Estas creencias pueden presentarse desde la adolescencia respecto a las relaciones de pareja, en forma de entrega incondicional al otro y la aceptación de aspectos placenteros y dolorosos como parte de la relación misma (Bellerín y López-Cepero, 2009, como se citó en Quiroz et al. 2021).

Como se pudo observar las relaciones amorosas se vienen iniciando en la adolescencia, por ello el conocer los resultados permite tomar medidas preventivas en los inicios de la problemática, la cual se muestra limitante para el desarrollo personal. Por este motivo se formula la pregunta: ¿Existe relación entre dependencia emocional con creencias irracionales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Lima Este?

En base a esto se propuso como objetivo conocer si existe relación entre la dependencia emocional y las creencias irracionales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Lima Este.

El tipo de investigación es el cuantitativo, el nivel es descriptivo y correlacional, y el diseño es no experimental. La muestra fue de 186 estudiantes de 4° y 5° de secundaria de una institución educativa pública, hombres y mujeres de 15 a 18 años que hayan tenido o tengan pareja.

Los resultados evidenciaron que existe correlación significativa, positiva y baja ( $Rho = .275$ ;  $p < .001$ ) entre la dependencia emocional y las creencias irracionales, en su mayoría los estudiantes no presentan dependencia emocional; no existe una diferencia importante respecto al sexo, la edad y el grado de estudios en el caso de la variable dependencia emocional. El nivel predominante de creencias irracionales esta entre los niveles racional, tendencia racional y tendencia irracional; la creencia con el mayor porcentaje de irracionalidad es la de Condenación; las mujeres tienden a ser más irracionales a diferencia de los hombres; los participantes de 15 años y de 4° grado presentan puntuaciones de irracionalidad. Todas las dimensiones de dependencia emocional se relacionan con la creencia necesidad de aprobación. Se concluye que la dependencia emocional se relaciona con las creencias irracionales; no se observan diferencias significativas en el sexo, la edad, ni el grado de estudios para la variable dependencia emocional, la variable creencias irracionales si muestra diferencias en cuanto al sexo, la edad y el grado de estudios.

Este estudio se divide en seis capítulos: introducción, marco teórico, método, resultados discusión de los resultados y conclusiones

En el primer capítulo se describe el planteamiento del problema donde se expone la problemática que existe respecto a los estudiantes que inician relaciones amorosas presentando en muchas ocasiones creencias erróneas que los llevan a tomar decisiones equivocadas.

En el segundo capítulo se da a conocer la teoría recopilada donde se aprecia la dependencia emocional como un estado limitante de la persona, así como, las creencias irracionales que son causantes de emociones intensas y conductas impropias.

En el tercer capítulo se da a conocer los detalles del estudio como: la muestra, el tipo de investigación y los instrumentos de medición.

En el cuarto capítulo se exponen los resultados, donde se muestran las tablas que contienen información sobre los objetivos propuestos.

En el quinto capítulo se presenta la discusión, donde se comparan los resultados obtenidos con otras investigaciones; creando así conclusiones ante la problemática presentada.

En el sexto capítulo se muestran las conclusiones que se obtuvieron en el estudio.

## **1.1 Descripción y formulación del problema**

Durante todas las etapas de la vida el ser humano se vincula afectivamente con otros, este vínculo permite construir una serie de cualidades dentro de las relaciones, como el afecto, la comprensión, la tolerancia, la empatía, el apoyo y la comunicación primordialmente con los padres o cuidadores (Hernández y Sánchez ,2008)

Cuando el ser humano se desprende del vínculo exclusivo con sus padres busca vincularse con otras personas como amigos y posteriormente con las primeras parejas, esto ocurre en la adolescencia.

En esta etapa los padres se muestran expectantes porque sus hijos alcancen la autonomía; en este proceso los adolescentes ven en sus compañeros nuevas figuras de apego ya que estos llegan a satisfacer sus necesidades emocionales, mientras consolidan su autonomía respecto al medio familiar (Allen y Land, 1999, como se citó en Vargas y Barrera, 2002).

En la búsqueda de la identidad y autonomía son las relaciones amorosas las que ayudan al descubrimiento de estas, ya que los adolescentes encuentran en sus relaciones románticas quiénes son, qué tan encantadores se ven para el otro sexo, aprenden a relacionarse con una

pareja y ganan reconocimiento entre sus amigos o compañeros (Brown, 1999, como se citó en Vargas y Barrera, 2002).

En la actualidad las relaciones amorosas empiezan cada vez más temprano. A nivel internacional, una investigación elaborada por la Liga Española de la Educación (2018) muestra que el 24% de los jóvenes tuvieron su primera relación amorosa a los 12 años y cerca de la tercera parte se inició sexualmente a los 15 años. De manera similar el Departamento Nacional de Planeación de Colombia (2015) informó que el 12 % de hombres y un 6 % de mujeres adolescentes iniciaron su vida sexual antes de los 14 años.

En el Perú, el Instituto Nacional de Estadística e Informática (2014) dio a conocer que el 6,3% de las adolescentes se iniciaron sexualmente antes de los 15 años y el 0,6% fueron madres antes de los 15 años.

La Secretaría Nacional de la Juventud (2019) realizó un informe en el Perú donde se observó que la población de 15 a 17 años presenta las siguientes estadísticas: el 5% del total de casos representa a mujeres que han sido víctimas de feminicidio; de las mujeres, el 3,1 % fue víctima de violencia sexual a manos de sus esposos o compañeros; más del 50% de todas las jóvenes indica haber sido víctima de algún control por la pareja; el 33,1% de las mujeres refirieron que sus parejas con recurrencia tienen el deseo o insistencia por saber dónde se encuentran o hacia dónde se dirigen; el 16,0% presenta el impedimento de sus parejas de visitar o ser visitada por sus amistades; el 16,8% representa a mujeres que sufrieron violencia física mediante empujones, sacudidas y expulsión de algún objeto.

Años más tarde la Secretaría Nacional de la Juventud (2022) realizó un informe nacional de los jóvenes peruanos donde se apreció que en el año 2021 los adolescentes entre 15 y 19 años habían sufrido violencia por parte de la pareja.

Lara et al. (2020) refieren que una relación amorosa sana podría definirse como una relación donde no existen actos abusivos ni violentos.

Sin embargo, hay relaciones románticas que no son saludables como es el caso de la dependencia emocional, la cual se define como la necesidad intensa de afecto que un sujeto siente hacia su pareja; donde el dependiente se comporta sumisamente, presenta pensamientos repetitivos acerca de la pareja y miedo intenso al abandono (Castelló, 2005).

Existen diversos factores causales que explican el origen de la dependencia emocional; uno de ellos hace referencia a un cuidador que no satisfacía las necesidades afectivas del niño, surgiendo en éste esquemas mentales relacionados a su valía personal y a la interacción con otros. (Castelló, 2005)

Como se ha observado la dependencia emocional presenta un componente cognitivo que se ha formado durante toda la vida del ser humano; Ellis (2003, como se citó en Grandéz, 2017) define las creencias como ideas sobre sí mismo, pensamientos, o imágenes mentales que originan emociones y conductas, son valoraciones sobre uno mismo y sobre los demás.

Ellis en su modelo teórico (TREC) dividió las creencias en racionales e irracionales. Chaves y Quiceno (2010) refieren que las creencias irracionales no se contrastan con la realidad, se expresan como mandatos, deberes y necesidades que producen emociones no saludables como son la ansiedad o depresión.

Las creencias irracionales interfieren con el desarrollo normal de la persona. Desarrollo que puede verse afectado desde la adolescencia o la juventud tardía, respecto a las relaciones amorosas, ya que se considera que la dependencia emocional incluye la creencia de una entrega incondicional a la pareja y la aceptación de aspectos placenteros y dolorosos como parte de la relación (Rodríguez-Franco, Rodríguez-Díaz, Antuña Bellerín y López-Cepero, 2009, como se citó en Quiroz et al. 2021).

Es importante resaltar que ambas variables influyen negativamente en la estabilidad de la persona ya que no solo se habla de un componente cognitivo sino también de uno emocional y conductual.

Además, se sabe que actualmente las relaciones amorosas se vienen iniciando a una edad más temprana como es el caso de los adolescentes, población que ha sido poco estudiada, en relación a estas variables. Por ello el conocer los resultados permite tomar medidas preventivas en los inicios de la problemática, la cual se muestra limitante para el desarrollo personal.

¿Existe relación entre dependencia emocional con creencias irracionales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Lima Este?

## **1.2. Antecedentes**

### ***1.2.1. Antecedentes nacionales***

Gonzales (2021) elaboró un estudio con el objetivo de conocer la relación entre la dependencia emocional y las creencias irracionales en 278 estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional de Lima Metropolitana. Utilizó como instrumentos el Registro de opiniones-Forma A (Guzmán, 2009) y la Escala de dependencia emocional (Anicama et al., 2013). Los resultados mostraron que la dependencia emocional tiene correlación positiva, baja y significativa con las creencias irracionales, presentando mayor relación con las creencias de Incontrolabilidad e Influencia del pasado; se evidenciaron diferencias descriptivas en relación al sexo, edad, año de estudio y estado civil de los participantes. Se concluyó que todas las dimensiones de dependencia emocional obtuvieron correlaciones significativas, positivas y bajas con todas las creencias irracionales.

Machacuay y Rodríguez (2021) elaboraron una investigación con el objetivo de conocer la relación que existe entre las creencias irracionales y la dependencia emocional en 91 estudiantes de un Instituto Privado de Huancayo. Los instrumentos utilizados fueron el Registro de Opiniones Forma A-Regopina de Guzmán (2009) y el Inventario de Dependencia Emocional (IDE) de Aiquipa (2015). Los resultados mostraron que la mayor cantidad de participantes registraron niveles bajos de creencias irracionales y dependencia emocional,

existe relación estadística entre ambas variables. Pero, no se encontró relación significativa entre las creencias necesidad de aprobación, catastrofismo, incontrolabilidad e influencia del pasado y la dependencia emocional. Se determinó que la relación que existe entre las creencias irracionales y dependencia emocional es positiva, lo que indica que, a mayor incidencia de creencias irracionales, mayor será la dependencia emocional.

Sullcahuamán (2020) elaboró un estudio con la finalidad de conocer la relación que existe entre las creencias irracionales y la dependencia emocional en 543 estudiantes de psicología, entre 16 y 45 años de una Universidad Nacional y Particular de Lima Metropolitana. Se emplearon dos instrumentos: el Inventario de Conducta Racional de Shorkey & Whiteman (1997) y el Cuestionario de Dependencia Emocional de Lemos y Londoño (2006). Los resultados mostraron que la dependencia tiene relación significativa y positiva con las creencias irracionales. Las creencias que se relacionaron con la dependencia emocional fueron: frustración, exceso de culpa, perfeccionismo, necesidad de aprobación, sentimiento de culpa, inercia y evasión, grado de independencia, aprobación, ideas de infortunio y confianza en el control de las emociones. El 49% de la muestra se ubicó entre niveles moderados y altos de dependencia emocional y fueron los varones los que presentaron puntajes más altos. Se concluyó que los estudiantes de universidades privadas presentaron puntajes elevados de dependencia emocional y creencias irracionales a diferencia de los estudiantes de universidades públicas.

Prieto y Reyes (2022) elaboraron un estudio con el propósito de conocer la relación de la dependencia emocional con la agresividad en adolescentes del distrito de Independencia. La muestra estuvo conformada por 250 adolescentes entre hombres y mujeres, entre los 16 y 19 años. Los instrumentos utilizados fueron el Cuestionario de dependencia emocional (CDE) de Lemos y Londoño y el cuestionario de agresión (AQ) de Buss y Perry. Los resultados mostraron que existe correlación directa y significativa ( $Rho = .589^{**}$ ) entre dependencia

emocional y agresividad, lo cual indica que a mayor dependencia emocional mayor será el nivel de agresividad. Lo mismo ocurre con las correlaciones por dimensiones entre las dos variables.

Bazán (2021) realizó una investigación con la finalidad de conocer la relación que existe entre las creencias irracionales y el autoconcepto en 316 estudiantes de todo secundaria, entre los 12 y 19 años de edad del distrito de San Juan de Lurigancho. Los instrumentos utilizados fueron el Registro de Opiniones Forma A (REGOPINA) y la Escala de Autoconcepto Forma 5 (AF - 5). Los resultados mostraron que existe una relación significativa, moderada y negativa entre las variables ( $Rho = -.394$ ,  $p < .001$ ). Por otro lado, se encontró que 4 de las 6 creencias irracionales, se correlacionan con las 5 dimensiones del autoconcepto. Se concluyó que, existe relación negativa entre las variables mencionadas.

### ***1.2.2. Antecedentes internacionales***

García (2022) elaboró un estudio con el objetivo de conocer la relación que existe entre la dependencia emocional y la violencia de pareja en mujeres de 18 a 55 años de edad que asisten al Sistema de Protección Integral – Quevedo. Los instrumentos empleados fueron el Inventario de dependencia emocional (IDE) y la Escala de Medición de la Violencia Intrafamiliar (VIF J4). Los resultados evidencian que existe un nivel de correlación positiva alto de ( $RHO = ,917$ , sig.  $,000$ ), lo cual indica que aquellas mujeres que no tomen distancia de sus parejas son más propensas a ser víctimas de feminicidio.

Bogarín et al. (2021) elaboraron una investigación con la finalidad de estudiar la relación entre Dependencia Emocional y Distorsiones Cognitivas en 42 mujeres de 18 a 54 años que fueron víctimas de violencia conyugal de Asunción- Paraguay. Los instrumentos empleados fueron el Cuestionario de Dependencia Emocional y el Inventario de Pensamientos Automáticos. Los resultados evidencian que la mayoría de las dimensiones de dependencia emocional tienen relaciones positivas con las distorsiones cognitivas.

Campos y Sarmiento (2021) elaboraron un estudio con el objetivo de describir el nivel general y los factores que predominan en la dependencia emocional. La muestra fue de 93 participantes (65 hombres y 28 mujeres) estudiantes de la Facultad de Ingeniería de la Universidad de Cuenca-Ecuador. Los instrumentos empleados fueron el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) y una ficha sociodemográfica para obtener datos importantes para la investigación. Los resultados indicaron que los participantes presentan un nivel bajo de dependencia emocional y las dimensiones que predominan son búsqueda de atención y expresión límite; en cuanto a las variables sociodemográficas (sexo, edad, carrera que estudia, tipo de relación, nivel socioeconómico, número de hijos y tipo de familia de origen) los participantes obtuvieron un nivel bajo de dependencia emocional.

Rodríguez (2020) elaboró una investigación con el propósito de conocer si las ideas irracionales influyen sobre las conductas de riesgo en los adolescentes tardíos. La muestra estuvo conformada por 50 adolescentes entre 17 y 22 años del Centro Universitario Cardenal Cisneros y el Colegio Claret. Los instrumentos utilizados fueron el Test de Creencias Irracionales en la Adolescencia (TCI) y la Domain Specific Risk Taking Scale (DOSPERT). Los resultados mostraron que a mayor presencia de la idea irracional Dependencia menor era la percepción de riesgo. Lo cual conlleva a que puedan llevarse a cabo programas preventivos donde se trabaje las creencias irracionales que se manifiesten en la adolescencia.

De la Villa et al. (2017) realizaron una investigación con el objetivo de determinar la relación que existe entre Violencia en el Noviazgo, Dependencia Emocional y Autoestima en adolescentes y adultos jóvenes, de 15 a 26 años. Se emplearon tres cuestionarios: Escala de Autoestima de Rosenberg, Inventario de Relaciones Interpersonales y Dependencias Sentimentales (IRIDS-100) y Cuestionario de Violencia entre Novios (CUVINO). Los resultados indicaron que los jóvenes víctimas de violencia presentan mayor dependencia emocional y menor autoestima que los que no la sufrieron. En función del género, se halló que

las adolescentes víctimas de violencia presentaban baja autoestima y los varones en su mayoría se mostraron manipuladores. Además, se encontró una mayor prevalencia de violencia y dependencia emocional en los estudiantes de secundaria en comparación con los universitarios.

### **1.3. Objetivos de la Investigación**

#### **1.3.1. Objetivo General**

Determinar la relación entre dependencia emocional con creencias irracionales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Lima Este.

#### **1.3.2. Objetivos Específicos**

- Describir los niveles de dependencia emocional en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Lima Este según el género, la edad y el grado de estudios.
- Determinar el nivel predominante de creencias irracionales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Lima Este.
- Determinar la prevalencia de las creencias irracionales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Lima Este.
- Describir los niveles de las creencias irracionales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Lima Este según el género, la edad y el grado de estudios.
- Determinar la relación entre las dimensiones de dependencia emocional y las creencias irracionales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Lima Este.

### **1.4. Justificación**

Esta investigación se justifica en base a la necesidad de conocer la relación entre la dependencia emocional y las creencias irracionales en adolescentes.

En el ámbito social se pretende conocer la prevalencia y el nivel de dependencia emocional que experimentan los adolescentes de un distrito de Lima Este ya que esto puede interferir en el desarrollo saludable de la persona, además que involucra la afectación emocional del adolescente.

En el ámbito práctico se busca conocer si las creencias irracionales se relacionan con la dependencia emocional en los adolescentes, de esta manera se propondría crear diversos talleres y charlas donde se incluyan las creencias irracionales como parte del plan de intervención para tratar con adolescentes que presentan dependencia emocional.

En el ámbito teórico este estudio servirá como antecedente para futuras investigaciones que involucren las variables estudiadas en la población adolescente.

## **1.5. Hipótesis**

### ***1.5.1. Hipótesis General***

**HI:** Existe relación entre dependencia emocional y creencias irracionales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Lima Este.

**HO:** No existe relación entre dependencia emocional y creencias irracionales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Lima Este.

### ***1.5.2. Hipótesis Específicas***

**H1:** Existen diferencias significativas en los niveles de dependencia emocional en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Lima Este; según el sexo, la edad y el grado de estudios.

**H2:** Existen diferencias significativas en los niveles de creencias irracionales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Lima Este; según el sexo, la edad y el grado de estudios.

- **H3:** Existe relación significativa entre las dimensiones de la dependencia emocional y las creencias irracionales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Lima Este.

## II. MARCO TEÓRICO

### 2.1. Bases teóricas sobre el tema de investigación

#### 2.1.1. Definición de adolescencia

La adolescencia puede ser definida como la etapa posterior a la niñez y anterior a la edad adulta, abarca entre las edades de 10 y 19 años. Se le da relevancia al valor adaptativo, funcional y decisivo que tiene esta etapa (Organización Mundial de la Salud, 2023)

Güemes et al. (2017) clasifican a la adolescencia en:

- **Adolescencia inicial:** Inicia cerca de los 10 años y se prolonga hasta los 13 años, se reconoce principalmente por los cambios propios de la pubertad.
- **Adolescencia media:** Se desarrolla entre los 14 y 17 años, se diferencia, especialmente por los conflictos con la familia, ya que el grupo de pares adquiere mayor importancia; en este rango de edad es más posible que surjan las conductas de riesgo.
- **Adolescencia tardía:** Inicia a los 18 y culmina a los 21 años; en esta etapa se les devuelve a los padres el lugar importante en sus vidas, aceptando los valores de éstos y empiezan a asumir tareas y responsabilidades.

Por su parte Papalia et al. (2009) consideran que la adolescencia abarca entre 11 y 19 o 20 años de edad.

La adolescencia es considerada como la etapa que contiene conflictos y trastornos ya que demanda la culminación de la dependencia que se produce en la niñez y la lucha por obtener una identidad adulta independiente (Burt, 1998, como se citó en Vargas y Barrera, 2002).

Según Lillo (2004) la adolescencia se caracteriza por presentar una crisis de desarrollo, donde el adolescente se encuentra bajo presiones tanto internas como externas, además hay mayor probabilidad de padecer trastornos en diversas áreas. Entre los factores comunes que

influyen de manera significativa en la conducta y comportamiento del adolescente se destacan tres:

- Relaciones con sus padres: Culmina la dependencia emocional infantil dando paso a una independencia afectiva, donde el adolescente es consciente de que sus pensamientos y sentimientos son propios y no dependen totalmente de sus padres. Toman conciencia de que tienen una vida íntima propia, la cual quieren vivir al margen de los adultos buscando que sea secreta.
- Relaciones con sus amigos: El adolescente es capaz de elegir a sus compañeros, en grupo tienen el deseo de hacerse adultos. Dicho grupo le ayuda a formar su identidad y a descubrir sus nuevas capacidades a través de las identificaciones con los otros.
- La visión que tiene el adolescente de sí mismo como persona: El adolescente observa si se ve maduro físicamente, deja atrás la dependencia hacia sus padres para pasar a ser el dueño de su cuerpo. Ahora que ya ha adquirido nuevas habilidades busca ponerlas en práctica en el mundo que lo rodea, al hacer esto aparecerán nuevos intereses y preocupaciones.

Allen y Land (1999; como se citó en Vargas y Barrera, 2002) sostienen que los amigos adquieren un lugar especial en la vida de los adolescentes, ya que es en este momento donde los padres muestran interés por que sus hijos consigan la autonomía lo más rápido posible. Los amigos se convierten en las nuevas figuras de apego ya que logran satisfacer las necesidades emocionales mientras se logra alcanzar la autonomía deseada.

### ***2.1.2. Escolares en la adolescencia***

El ambiente escolar hace posible que el estudiante se relacione con sus compañeros y profesores, lo cual le permite desarrollar modelos de relación con la autoridad, aparte del que desarrolla con sus padres. En resumen, las instituciones son lugares de relación donde los estudiantes transitan por un tiempo para luego pasar a la etapa adulta (Adrián y Rangel, 2012)

Oliva et al. (2008) refieren que existen algunas características de las escuelas que promueven el desarrollo adolescente:

- La construcción de vínculos positivos con los profesores: Los cuales hacen referencia a una relación afectuosa y sostenida
- La formación de un entorno positivo que muestre un ambiente afectuoso y seguro: Donde existen normas y límites, pero a la vez haya calidez y afecto en las relaciones. Un lugar en el que exista apoyo entre los profesores
- Oportunidades positivas para el desarrollo de competencias en los estudiantes: Se refiere a la oportunidad de participar y liderar en grupo, además de formar parte de los programas educativos con el objetivo de desarrollar las competencias personales y socio-emocionales necesarias para transcurrir exitosamente por la adolescencia.

### ***2.1.3. Relaciones de pareja en la adolescencia***

Las relaciones románticas del adolescente son de ayuda para la consolidación de su autonomía, mientras exista una relación satisfactoria con los padres. Dichas relaciones hacen posible la formación de un concepto propio en el dominio de las relaciones amorosas, si la experiencia es agradable obtiene un autoconcepto positivo donde se observa como una persona capaz y segura (Kuttler et al., 1999, como se citó en Vargas y Barrera, 2002).

Brown (1999, como se citó en Vargas y Barrera, 2002) refiere que los jóvenes en sus primeras relaciones amorosas tienen principalmente el interés de conocer quiénes son, qué tan agradables se ven para el otro sexo, aprender a desenvolverse en una relación amorosa y ganar un lugar importante entre sus amigos o compañeros.

Por su parte Flores et al. (2021) señala que el adolescente elige una pareja por diversos factores, como se clasifica a continuación:

- Factores individuales: Como la identidad, autoestima, autonomía, habilidades sociales, sentido de empatía, siendo éstos relevantes para fortalecer la capacidad de aceptación, decisión y pensamiento independiente.
- Factores familiares: Las características que los adolescentes desarrollan durante la niñez, cumplen un papel importante en la elección de parejas. Los adolescentes pueden relacionarse con muchas personas aparte de su familia, pero son los vínculos con sus padres los que van a influir en sus relaciones románticas.
- Factores sociales: El adolescente obedece lo que es “correcto” según la sociedad. Este comportamiento es influido por los vínculos que establece con sus amigos o compañeros, los medios de comunicación y las diferencias de género.

De manera similar Papalia et al. (2009) consideran que las relaciones románticas contribuyen con el desarrollo de la intimidad y la identidad.

A partir de los 16 años de edad, los adolescentes dedican más tiempo a sus relaciones románticas que a sus progenitores, amigos o familia (Bouchey y Furman, 2003, como se citó en Papalia et al.,2009).

## **2.2. Bases teóricas sobre la Dependencia emocional**

### **2.2.1. Definición**

Moral y Sirvent (2008) refieren que la dependencia emocional es una serie de comportamientos estables en el tiempo donde existe la necesidad de recibir afecto ya que este no se recibió en el pasado, por ende, se busca satisfacer a través de un apego patológico.

Riso (2003, como se citó en Quiroz et al., 2021) señala que las personas con dependencia afectiva buscan llenar los vacíos afectivos que fueron producto del apego inseguro con las figuras primarias, lo cual hace que en el presente se creen vínculos insanos con la pareja ya que existe la necesidad y el deseo de estar en compañía del otro.

Por su parte, Castelló (2005) define a la dependencia emocional como la necesidad intensa de afecto que siente una persona en todas sus relaciones románticas, se caracteriza por la postura sumisa del dependiente, pensar constantemente en la pareja, miedo a ser abandonado entre otros. Estas personas suelen tener relaciones amorosas desde la adolescencia, intentan estar siempre con alguien.

Diversos autores definen a la dependencia emocional como una necesidad excesiva de aprobación por parte de los demás, donde se exige continuamente la presencia del otro, se tienen creencias idealistas sobre las relaciones de pareja, hay un sometimiento hacia la pareja y existe el miedo de que la relación culmine (Gil et al., 2021)

Aiquipa (2015) refiere que el dependiente emocional presenta una serie de características que son más o menos estables, donde adquiere una posición sumisa y subordinada hacia la pareja, tiene la necesidad de acceder a ella, presenta miedo porque la relación acabe y da prioridad a la pareja, entre otras características disfuncionales.

Rodríguez et al. (2009, como se citó en Quiroz et al., 2021) mencionan que la dependencia emocional aparece al mismo tiempo que se inician las relaciones de pareja, en las etapas de adolescencia o juventud tardía; en esta etapa surge la creencia de entrega incondicional al otro y la aceptación de aspectos placenteros y dolorosos como parte de la relación.

### ***2.2.2. Características de los dependientes emocionales***

Sirvent y Moral (2007, como se citó en Valle y De la Villa, 2017) señalan como características de los dependientes emocionales la postura posesiva que adoptan en sus relaciones en las que soportan un fuerte desgaste afectivo, la incapacidad de dar fin a la relación y una voracidad de afecto hacia la pareja.

Castelló (2005) agrupa las características del dependiente emocional en:

- a) Área de las relaciones de pareja

Se caracteriza por:

- Necesidad excesiva del otro: Se puede definir como deseos constantes de estar en contacto con la pareja, esto puede realizarse mediante llamadas y mensajes, visitas inesperadas, deseo de realizar cualquier actividad con la pareja, no hacer nada solo. Los dependientes a veces describen esta sensación como de “hambre” de la pareja.
- Deseos de exclusividad en la relación: El dependiente voluntariamente se aísla de su red social para enfocarse por completo en su pareja y desea que su pareja actúe de la misma manera.
- Prioridad de la pareja sobre cualquier otra cosa: El dependiente emocional ve a su pareja como la persona más significativa en su vida, por encima de sí mismo y de sus hijos si los tuviera.
- Idealización del objeto: Se idealiza a la pareja a pesar de sus imperfecciones. La pareja presenta aquello que el dependiente no posee (seguridad de sí mismo, autoaprecio y una posición de superioridad sobre los demás); el dependiente se aferra para encontrar lo que le falta.
- Relaciones basadas en la sumisión y subordinación: La sumisión se utiliza para que la pareja se sienta bien estando próximo al dependiente. La subordinación es producto de la baja autoestima del dependiente y de la idealización de la pareja. Entonces surge una relación donde no existe un equilibrio, observándose por un lado una persona sumisa y por otro lado una persona dominante.
- Historia de relaciones de pareja desequilibradas: Las relaciones amorosas del dependiente suelen ser tormentosas y desequilibradas y pueden iniciarse en la adolescencia o a principio de la adultez. Las relaciones prolongadas suelen mantenerse por insistencia del dependiente.

- Miedo a la ruptura: Basada en la “ansiedad de separación”; se caracteriza por el miedo constante que presenta el dependiente porque su relación se acabe.
- Asunción del sistema de creencias de la pareja: Cuando la relación es prolongada, el dependiente asume como suyas ciertas ideas que en realidad pertenecen a la pareja. Estas ideas se relacionan con: la superioridad de la pareja (afirmaciones de grandiosidad que la pareja realice sobre sí misma, el dependiente las asume como verdaderas), la inferioridad del dependiente (el dependiente se siente culpable de todo lo malo que acontece en la relación) y el concepto de la relación (en un momento la pareja no quiere sentirse “atada” al dependiente por lo cual se plantea abiertamente la amenaza de ruptura).

#### b) Áreas de las relaciones con el entorno interpersonal

El dependiente presenta ciertas particularidades al momento de relacionarse con otras personas significativas:

- Deseos de exclusividad hacia otras personas significativas: Los dependientes emocionales necesitan que otras personas le brinden su atención, desean que la persona significativa este a disposición de él cuando lo solicite. Solo se encuentra a gusto cuando esta con una persona significativa y no en grupo.
- Necesidad de agrandar: La aprobación por parte de los demás resulta muy necesaria ya que un gesto puede interpretarse como desprecio o falta de interés; los dependientes emocionales tienen temor al rechazo. Suelen preguntarse si le habrán caído bien a otros, intentando ser aceptados y bien recibidos; dicen cosas que saben que agradarán a los otros, son personas que no se aprecian y que basan su valor en la apreciación de otros.
- Déficit de habilidades sociales: El dependiente siempre busca agrandar con el fin de no ser rechazado, esto lo lleva a no hacer respetar sus derechos, a no expresar sus intereses y demandas y a ser propenso a abusos por parte de otras personas. Con personas más

significativas, el dependiente no se muestra empático ya que prefiere hablar de sí mismo y muestra desinterés cuando se habla del otro.

c) Área de autoestima y estado anímico

- **Baja autoestima:** La persona que presenta dependencia emocional escapa de ella misma, no disfruta de su propia compañía, sino que prefiere poner su interés y atención en otras personas para sentirse mejor. Se quieren poco y se desprecian.
- **Miedo e intolerancia a la soledad:** El dependiente no se ama, se desprecia y no le gusta estar consigo mismo. Piensa que únicamente la compañía de otra persona la hará feliz y que pondrá fin a sus tristezas.
- **Estado de ánimo negativo y comorbilidades frecuentes:** El estado de ánimo del dependiente suele ser negativo; donde puede llegar a sentirse triste, preocupado, nervioso e inseguro. Los trastornos derivados se relacionan con los ansiosos y depresivos.

### ***2.2.3. Fases de las relaciones de los dependientes emocionales***

No se produce necesariamente en el mismo orden, puede darse de manera continua, puede haber un retroceso a fases anteriores, una duración considerable en alguna de ellas y un rápido avance hasta fases terminales, etc.

Castelló (2005) divide las fases en:

Fase 1: Euforia

El dependiente identifica a personas “interesantes” tanteando la posibilidad de un acercamiento mayor, si este acercamiento produce agrado e interés en la otra persona puede producirse esta fase, la cual se caracteriza por una ilusión excesiva.

Para este momento el dependiente ha encontrado a la persona que acabará con su soledad y malestar emocional, la que ocupará el lugar más importante en su vida, incluso por encima de él mismo. Los dependientes emocionales pueden creer que han encontrado a la

persona ideal cuando solo han tenido un encuentro con la otra persona, también pueden surgir las ideas de noviazgo o matrimonio cuando recién han comenzado una relación.

#### Fase 2: Subordinación

Inicia la consolidación de los roles dominante/subordinado, ambos asumen estos roles sin ningún tipo de obligación por parte del otro. El dependiente emocional anula sus propios deseos para cumplir los de la pareja.

#### Fase 3: Deterioro

En esta fase la pareja se vuelve más exigente con el dependiente, llegando a humillarlo. Es en esta fase donde el dependiente sufre.

#### Fase 4: Ruptura y síndrome de abstinencia

Quien termina la relación generalmente es la pareja del dependiente, porque busca a una persona digna de su cariño. Puede ser que el dependiente termine la relación cuando ve que es demasiado riesgoso para él mismo.

El síndrome de abstinencia es el mismo que experimenta un dependiente de sustancia psicoactivas. El síndrome se caracteriza por la insistencia del dependiente para retomar la relación con la pareja. Los síntomas de depresión suelen desaparecer cuando se tienen noticias de la pareja; el dependiente solo se calmará cuando encuentre una nueva pareja o retome su relación.

#### Fase 5: Relaciones de transición

El dependiente buscará a alguien que quiera iniciar una relación amorosa con él, la finalidad de estas relaciones será reducir el dolor provocado por la soledad; en este momento el dependiente suele buscar desesperadamente apoyo en las amistades que había abandonado. Estas relaciones son diferentes ya que en este caso no hay presencia de sumisión, admiración ni necesidad excesiva hacia el otro, por el contrario, hay frialdad en la relación.

#### Recomienzo del ciclo

El dependiente emocional halla a una persona que refleja ciertas características (frialidad, distanciamiento, egolatría, etc.) para convertirse en su nueva pareja, esto hacer ver que los dependientes tienen un sentido circunstancial hasta que se encuentra a una nueva persona, ya que si encuentran a dicha persona desaparece inmediatamente lo que sentían por la anterior.

#### **2.2.4. Causas de la dependencia emocional**

Castelló (2012) las define como:

1) Carencias afectivas tempranas: Se define como la ausencia de afecto que el niño vivió desde su infancia. No es necesario que exista maltrato, aunque puede considerarse dentro de esta causa.

La falta de afecto le indica al niño que no es valioso como para ser aceptado, atendido y amado; esto resulta terrible ya que no contribuye al desarrollo de la autoestima ni al desarrollo de las relaciones afectivas.

Los niños que carecieron de un afecto adecuado describen episodios de su vida donde en muchos escenarios hubo ausencia de sus padres, falta de detalles en ocasiones especiales y caricias tanto físicas como verbales.

De adultos una persona fría, rechazante les resulta más familiar que otra cálida y afectuosa. Tienen la idea de que las personas significativas son personas inaccesibles, poseen una interacción particular con ellos fundamentada en la constante búsqueda de su atención a través de la sumisión, con una frecuente necesidad de agradecerles como propósito principal de la vida (Castelló, 2005).

2) Sobreprotección devaluadora: Los niños carecen de autonomía, se les inculca que son incapaces y que nunca llegarán a ser como sus padres (modelos ejemplares).

Se le resta autonomía y estima al niño, lo cual es necesario para tener una relación adecuada consigo mismo. Se le inculca la idea que se le querrá por sus méritos y no por la

persona que es, ya que es un ser inferior. Esto genera en el adulto una tendencia a buscar personas “superiores” que le otorguen protección, afecto y valoración que les faltó de pequeños.

3) Hostilidad y malos tratos: Se manifiesta a través de un patrón estable donde los padres dan golpes y empujones por cualquier excusa a sus hijos.

Ésta hostilidad y malos tratos también se refleja en las amenazas, gritos, insultos o devaluaciones, además de acusaciones, reproches e infravaloraciones. Los padres pegan a sus hijos porque los ven débiles y porque creen que no se van a defender.

El resultado de estas vivencias es creer que son personas merecedoras de agresiones por ser débiles y creer que no merecen ser queridas.

4) Utilización afectiva egoísta: Es esta pauta el padre pretende satisfacer con su hijo todas sus necesidades afectivas, en muchas ocasiones por su propia dependencia emocional. Esto hace referencia a la relación del dependiente emocional, en este caso el padre ocupa el rol dominante y el hijo el subordinado.

El padre tiene un vínculo muy posesivo con su hijo, el cual no le permite al niño desarrollarse como persona y tampoco hace posible la ampliación de su círculo social. Esto se refleja en la desaprobación o prohibición que los padres hacen a sus hijos respecto a relacionarse con amigos, ya que ve en estos una amenaza para sus deseos de posesividad y exclusividad, estas personas quieren a su hijo para ellas mismas.

El padre chantajea emocionalmente a su hijo responsabilizándole de su estado de ánimo. Por ejemplo, le dice a su hijo que se sentirá triste si el sale con sus amigos. Ante esto, el hijo decide no salir ya que no quiere que el padre se quede triste, esta manera de interactuar la replicará con otras personas asumiendo que es responsable del estado del ánimo del otro.

De adulto asumirá que es un “objeto” que tienen como misión hacer feliz al otro, aprenderá que debe solucionar los problemas del otro ya que así contribuye a su bienestar, del cual se siente responsable.

### **2.2.5. Teorías sobre la dependencia emocional**

**2.2.5.1. Teoría Conductual Cognitiva.** Esta teoría es propuesta por Anicama (2014, como se citó en Gonzales, 2021) quien refiere que la dependencia emocional es una conducta compleja, por lo cual no se podría considerar como conducta específica, sino como una clase de respuesta.

Las conductas propias de la dependencia emocional se expresan a través de cinco niveles de respuesta. A continuación, se detallan las características de cada nivel:

- Nivel autonómico: Existen pensamientos frecuentes sobre una posible separación lo cual produce un nivel de ansiedad que desencadena respuestas fisiológicas; este nivel se caracteriza por presentar la ansiedad por separación.
- Nivel emocional: Se caracteriza por el miedo a la soledad, ya que el dependiente se considera una persona incapaz de manejar su vida por si sola recurriendo a personas que le brinden seguridad y protección.
- Nivel motor: El dependiente no quiere ser abandonado por su pareja por lo cual utiliza amenazas hacia su propia vida, abandona su proyecto de vida y sus actividades para menguar la ansiedad por separación.
- Nivel social: Las relaciones románticas se inician desde muy temprana edad, lo cual podría evidenciar la búsqueda constante de seguridad, aprobación, atención y aceptación.
- Nivel cognitivo: El dependiente emocional tiene una visión de sí mismo, donde se desvaloriza y se siente ineficaz, por el contrario, ve en su pareja a una persona competente y protectora.

En cuanto a la evaluación, Anicama (2016: véase en Gonzales, 2021) la realiza mediante nueve componentes:

- a. Ansiedad por la separación: Las emociones que predominan son la ansiedad y el miedo ante la posibilidad de abandono, distanciamiento o separación.
- b. Miedo a la soledad y/o abandono: Existe un temor excesivo por perder a la pareja, el dependiente ve como necesidad la constante presencia de su pareja, sintiéndose vacío ante la ausencia de éste.
- c. Apego a la seguridad y/o protección: El dependiente tiene la necesidad de sentirse protegido y seguro, la cual va buscar reiteradamente en su pareja o en su entorno.
- d. Expresiones límites: Se basa en los recursos desesperados que utiliza el dependiente para impedir el término de la relación, puede llegar a ocasionarse daño físico o dañar a los demás.
- e. Abandono de planes propios para satisfacer los planes de los demás: El dependiente puede modificar o renunciar a sus planes para conseguir la aprobación de su pareja o de los demás
- f. Búsqueda de aceptación y atención: El dependiente busca la atención exclusiva tanto de su pareja como de su entorno, si no lo consigue esto puede afectar su estado emocional
- g. Percepción de su autoestima inadecuada: El dependiente emocional vive enfocado en complacer a su pareja, por lo cual deja de lado sus metas encontrándose con una imagen de sí mismo desvalorada.
- h. Percepción de su autoeficacia inadecuada: Tiene una imagen deficiente e incompetente de sí mismo(a), donde no se ve cumpliendo sus metas ni resolviendo problemas; considera que es una persona poco atractiva y que no es capaz de ser del gusto de otra.

i. Idealización de la pareja: El dependiente idealiza las conductas y fortalece su admiración por la pareja, confirmando la necesidad de quedarse a su lado.

**2.2.5.2. Teoría de la Vinculación afectiva.** Esta teoría fue propuesta por Castelló (2005), quien define a la dependencia emocional como una necesidad emocional intensa que el dependiente siente en sus relaciones amorosas, donde se evidencia una postura sumisa hacia la pareja, pensamientos constantes sobre la misma y presencia de miedo por ser abandonado; donde se coloca en primer lugar a la pareja y se idealiza la relación queriendo agradar en todo momento al otro; los pensamientos que se tienen producen emociones negativas que a su vez generan conductas disfuncionales.

### **2.3. Bases teóricas sobre las Creencias irracionales**

#### **2.3.1. Definición**

Velásquez (2002) refiere que las creencias son cogniciones, sentimientos, pensamientos, deducciones o evaluaciones que se tienen respecto a una situación; estas se adquieren a lo largo la vida. Algunas son netamente propias producto de las experiencias y otras se adquieren a través del medio en el que se desarrolla el individuo.

Ellis (2003, como se citó en Lega et al., 2017) divide a las creencias en racionales e irracionales:

- Un argumento es racional cuando puede ser comprobado y no es producto de la fantasía, cuando es lógico y deriva de ideas relacionadas entre sí, y cuando producen resultados que ayudan a las personas a alcanzar metas y objetivos. Ser racional significa ser moderado, abierto, dispuesto al cambio e incapaz de juzgar a las personas que tengan opiniones diferentes.
- Se habla de irracional cuando los argumentos no se contrastan con la realidad, son mágicos y supersticiosos, incoherentes e ilógicos, y además interfieren para alcanzar

metas y objetivos. Ser irracional significa ser rígido, inflexible, absolutista y juzgar o condenar a las personas que tienen opiniones diferentes.

Riso (2009; como se citó en Medrano et al., 2010) menciona que tanto las emociones intensas como las conductas disfuncionales se producen por las interpretaciones que se hacen de una situación determinada y no de la situación en sí misma.

Son las experiencias en la infancia las que contribuyen a la instauración de creencias acerca de uno mismo y del mundo. Las personas que crecen con el amor y soporte de sus padres desarrollan creencias como “soy digno de ser amado” “soy competente”, creando una percepción positiva de sí mismo en la adultez; pero si por el contrario hubo ausencia de amor y soporte por parte de los cuidadores sumado a experiencias traumáticas surgen creencias negativas de sí mismo y del mundo que lo rodea (Aguado y Silberman, 2004).

### ***2.3.2. Características de las creencias irracionales***

Ellis (2000 como se citó en De la Cruz, 2017) refiere que las creencias irracionales no se contrastan con la realidad, se expresan como demandas, necesidades o deberes. Estas creencias pueden generar depresión y ansiedad.

Según Medrano et al. (2010) se caracterizan por:

- Derivar de ideas que no son comprobables.
- Se expresan como deberes, necesidades o demandas
- Producir emociones no saludables
- No permitir el alcance de metas personales, objetivos.

Por su parte Lega et al. (2009, como se citó en Lega et al., 2017) indican que las creencias irracionales suelen presentar las siguientes características:

- Radical: No se aceptan términos medios, es de una manera y no de otra
- Generalización: Se extraen conclusiones a partir de un solo suceso: “siempre/nunca” o “todo/nada”.

- Exageración: Se tiende a exagerar, pensando lo peor de una situación cuando en realidad es posible de manejar.
- Muy negativo: Se aprecia solo los aspectos negativos de un suceso, no teniendo en cuenta los aspectos positivos.
- Distorsión: Las ideas no se contrastan con la realidad
- Poco científico: No se toma en cuenta lo que es evidente y se basa en la subjetividad.
- Negación: Se convence de que los problemas no existen cuando estos son evidentes
- Idealización: Se cree que todo es perfecto, dejando de lado los defectos.
- Rígido: Solo existe un punto de vista y no hay otro.
- Obsesivo: Pensamiento continuo sobre algo.

### **2.3.3. Tipos de creencias irracionales**

Ellis (2006, como se citó en Machacuay y Rodríguez, 2021) menciona 11 ideas irracionales que se presentan a continuación:

1. Necesito la aprobación de las personas importantes para sentirme querido.
2. Para ser alguien debo conseguir lo que me propongo, siempre tengo que ser competente, suficiente y eficaz.
3. Los que obran mal merecen un castigo y merecen ser condenados por su maldad.
4. Es terrible y catastrófico que las cosas no sean como yo quiero.
5. Las adversidades causadas por agentes externos son inevitables en la vida, así como el sufrimiento.
6. Constantemente pienso que sucederá algo malo en cualquier momento.
7. Es fácil huir de las adversidades de la vida y no enfrentarlas.
8. Siempre hay alguien en quien confiar.
9. Lo que viví en el pasado influye en mi presente y mi futuro.
10. Me preocupo mucho por los problemas de otros.

11. Para cada dificultad existe una opción para llegar a una solución conveniente.

Guzmán (2009, como se citó en Gonzales, 2021) considera una lista de seis creencias irracionales:

A. Es necesario ser querido y aprobado por todas las personas significativas para uno (Necesidad de aprobación): Se piensa que es necesario ser reconocido y aprobado por personas significativas; de no ser así, la persona asume que no es valiosa y puede calificar a otras personas como desconsideradas.

B. Debemos ser totalmente competentes, inteligentes y eficaces en todos los aspectos posibles (Perfeccionismo): Aparece la necesidad de mostrarse competente y eficaz, no permitiéndose cometer errores en su vida.

C. Ciertos actos no sólo son malos, sino que son considerados condenables o viles, y la gente que los realiza debería ser avergonzada y castigada (Condenación): Se otorga un valor a la persona de acuerdo a sus actos, se le condena según lo que hizo, no teniendo en cuenta la aceptación incondicional de la persona.

D. Es terrible y catastrófico que las cosas y las personas no sean como a uno le gustaría que fueran (Catastrofismo): Se tiene una visión catastrófica ante situaciones inesperadas y que resultan insoportables o complicadas de afrontar.

E. La infelicidad humana es causada por los eventos externos, es impuesta por la gente y los sucesos (Incontrolabilidad): Se cree que una situación es la causante del malestar emocional, no se reconoce que es determinado por los pensamientos que se tienen de ese evento. Es por eso que al sentir que la situación es se produce una reacción emocional intensa.

F. Si algo afectó fuertemente nuestra vida, siempre la seguirá afectando (Influencia del pasado): Hay una afectación por experiencias pasadas dejando que éstas influyan en la

actualidad; le resulta difícil entender que no puede cambiar su pasado y que es en el presente donde puede aprender nuevos recursos para afrontar las situaciones.

#### ***2.3.4. Terapia Racional Emotiva Conductual***

La teoría de la TREC se basa principalmente en siete principios (Di Giuseppe et al., 2014, como se citó en Lega et al., 2017):

1. El principio básico es que la cognición determina la emoción humana. Esto quiere decir que uno siente de acuerdo a como piensa.
2. El pensamiento irracional es el mayor determinante de la perturbación emocional
3. La TREC presenta dos tipos de reacciones emocionales: emociones no saludables o insanas que son producidas por un pensamiento irracional y emociones saludables o sanas que se producen por pensamientos racionales.
4. El pensamiento irracional y la psicopatología dependen de diversos factores, entre ellos, los genéticos y ambientales.
5. Pone énfasis en la influencia del presente, en las emociones y conductas.
6. La forma más efectiva de acabar con la perturbación emocional es conocer lo que se piensa y tratar de cambiarlo.
7. Las creencias pueden ser cambiadas, pero es difícil, requiere mucho esfuerzo y práctica.

Las creencias irracionales se trabajan dentro de la Terapia Racional Emotiva Conductual (TREC) de Albert Ellis donde se identifican las creencias irracionales del paciente, luego mediante un proceso de psicoeducación, se le explica al paciente cómo puede cambiar estas creencias para que sean más adaptativas. Esto se logra mediante la aplicación del modelo ABCDEF el cual consiste en cambiar el pensamiento “irracional” (los “debo” o exigencias), utilizando el debate, con el propósito de reemplazarlo con un nuevo pensamiento (más lógico, verificable y eficaz) con el fin de alcanzar metas personales (Lega et al. 2017).

El objetivo de la TREC es lograr que las personas creen pensamientos más racionales y positivos respecto a las situaciones (Lega.et al., 2017).

Ya que los patrones de pensamiento disfuncional interactúan en la persona generando respuestas desadaptativas ante el entorno (Cabezas, 2006, como se citó en Aguirre, 2015).

### III. MÉTODO

#### 3.1. Tipo de investigación

La investigación es de tipo cuantitativo, porque se miden las variables en un determinado contexto, donde se analizan los puntajes obtenidos utilizando métodos estadísticos, y se obtienen conclusiones (Hernández et al., 2014).

El nivel de investigación es descriptivo ya que se recogió información por separado de las variables en estudio y las características de la muestra, y es correlacional ya que el propósito de la investigación fue conocer la relación que existe entre la dependencia emocional y las creencias irracionales (Hernández et al., 2014).

El diseño es no experimental porque no se generó ninguna manipulación, sino que se dio en su contexto natural. La investigación es transversal ya que se recolectaron los datos en un solo momento y en un tiempo único (Hernández et al., 2014).

#### 3.2. Ámbito temporal y espacial

Los instrumentos fueron aplicados en el mes de abril del 2023, la investigación se dio en una institución educativa pública de Lima Este.

#### 3.3. Variables

##### 3.3.1. *Dependencia emocional*

-Definición conceptual: Es la necesidad excesiva de afecto que una persona experimenta en sus relaciones amorosas, se caracteriza por una postura sumisa por parte del dependiente, pensamientos constantes sobre la pareja, miedo a ser abandonado entre otros (Castelló, 2005)

-Definición operacional: Se obtiene a través de la suma de los ítems (correspondientes a cada subescala) para sacar el resultado de cada una, para el resultado total se realiza el mismo procedimiento (Lemos y Londoño, 2006).

**Tabla 1***Operacionalización de la variable dependencia emocional*

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de respuesta	Niveles y rangos	Nivel de medición
Ansiedad de separación	Expresiones emocionales que surgen ante la probabilidad del término de la relación.	2, 6, 7, 8, 13, 15, 17	Completamente falso de mí=1	Ausencia(23-61)	Ordinal
Expresión afectiva	Necesidad de tener constantes muestras de afecto para apaciguar la sensación de inseguridad.	5, 11, 12, 14	La mayor parte falso de mí=2		
Modificación de planes	Cambio de actividades y conductas para satisfacer a la pareja	16, 21, 22, 23	Ligeramente más verdadero que falso=3	Normal (62-100)	
Miedo a la soledad	Temor por no tener una relación amorosa, o por no sentirse querido.	1, 18, 19	Moderadamente verdadero de mí=4	Alto(101-138)	
Expresión limite	El sujeto puede llegar a comportarse y manifestar expresiones impulsivas hacia el mismo	9, 10, 20	La mayor parte verdadero de mí=5		
Búsqueda de atención	Búsqueda frecuente de atención de la pareja para confirmar su continuación en la relación e intentar ser todo para él.	3, 4	Me describe perfectamente=6		

### 3.3.2. *Creencias irracionales*

-Definición conceptual: Una creencia es irracional cuando los argumentos no se contrastan con la realidad, son supersticiosos, derivan de ideas que no se relacionan entre sí, son ilógicos, y no ayudan a conseguir metas ni propósitos. Ser irracional supone ser rígido, no estar dispuesto al cambio, absolutista y juzgar o condenar a las personas con opiniones diferentes. (Ellis, 2003)

-Definición operacional: Se adquiere mediante la suma del puntaje de cada creencia y de la suma total de la Escala de Registro de Opiniones, Forma A (Guzmán, 2009).

**Tabla 2***Operacionalización de la variable creencias irracionales*

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de respuesta	Niveles y rangos	Nivel de medición
Necesidad de aprobación	Búsqueda de aceptación por parte de los demás	1, 7, 13, 19, 25, 31, 37, 43, 49 y 55	V- F	Irracional(29-33)	Ordinal
Perfeccionismo	Exigencias sobre la eficacia e inteligencia personal	2, 8, 14, 20, 26, 32, 38, 44, 50 y 56			
Condenación	Se da un valor a la persona en base a sus acciones de acuerdo a lo que se considera correcto e incorrecto	3, 9, 15, 21, 27, 33, 39, 45, 51 y 57		Tendencia irracional(25-28)	
Catastrofismo	Intolerancia hacia eventos inesperados o que resultan incontrolables	4, 10, 16, 22, 28, 34, 40, 46, 52 y 58			
Incontrolabilidad	Se cree que son los hechos los que producen una perturbación emocional cuando en realidad son producto de los pensamientos sobre dichos hechos.	5,11,17,23,29,35,41, 47,53 y 59		Tendencia racional (21-24)	
Influencia del pasado	Visión catastrófica del pasado por la cual la persona se siente incapaz de afrontarlos en el presente	6, 12, 18, 24, 30, 36, 42, 48, 54 y 60.		Racional(15-20)	

### 3.4. Población y muestra

La población fue compuesta por 329 estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de un distrito de Lima Este, hombres y mujeres de 15 a 18 años que hayan tenido pareja o tengan pareja actualmente.

El tamaño de la muestra fue obtenido a través de una fórmula estadística donde el nivel de confianza fue de 95 %, se obtuvo que el tamaño mínimo de muestra fue de 177 participantes, sin embargo, la muestra alcanzada en este estudio fue de 186 participantes debido a la disponibilidad de los mismos.

El muestreo fue no probabilístico ya que supone un procedimiento de selección informal; y es por conveniencia debido a que la muestra fue fortuita, donde se seleccionó a los participantes de acuerdo a los criterios establecidos (Monje, 2011)

La muestra presenta las siguientes características:

**Tabla 3**

*Características de la muestra investigada*

<b>Características</b>	<b>Valores</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
<b>Sexo</b>	Varón	85	45.7%
	Mujer	101	<b>54.3%</b>
<b>Edad</b>	15	87	<b>46.8%</b>
	16	82	44.1%
	17	15	8.1%
	18	2	1.1%
<b>Grado de estudios</b>	Cuarto	109	<b>58.6 %</b>
	Quinto	77	41.4 %

Nota. f=frecuencia; %=porcentaje

En la tabla 3 se observa un mayor porcentaje (54.3%) de mujeres; la mayor cantidad de personas se observa en el cuarto grado de estudios (58.6%) y la edad que predomina es la de 15 años (46.8%).

### **Criterios de inclusión**

- Estudiantes entre 15 y 18 años que tengan o hayan tenido pareja
- Matriculados en el año 2023
- Acceder a responder los cuestionarios

### **Criterios de exclusión**

- Estudiantes de 14 años a menos y de 19 años a más.
- No haber tenido pareja
- Personas con alguna discapacidad visomotora

## **3.5. Instrumentos**

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

#### **Ficha técnica**

- Autores: Mariantonia Lemos Hoyos y Nora Helena Londoño Arredondo
- Año: 2006, Adaptación al Perú por Prieto y Reyes (2022)
- Objetivo: Evaluar la Dependencia Emocional
- Uso: Individual o colectiva, en adolescentes y adultos.
- Dimensiones: Ansiedad por separación, Expresión afectiva, Modificación de planes, Miedo a la soledad, Expresión Límite y Búsqueda de atención.

**3.5.1.1 Calificación.** Se suman los puntajes obtenidos en cada dimensión y se anotan como puntaje directo (PD). El puntaje total se transforma a los baremos establecidos, el Percentil alcanzado indica el nivel de la dependencia emocional. Si el Pc está en 44 o es menor, el nivel del sujeto indicará ausencia de dependencia emocional, el percentil 85.8 o más muestra un alto nivel y el Percentil entre 45 y 85.7 indica un nivel normal.

**3.5.1.2. Descripción del instrumento.** El instrumento inicialmente fue creado basado en el Modelo de la terapia cognitiva de Beck, en un inicio se crearon cuatro sub-escalas, éstas no pasaron el análisis factorial; debido a esto los ítems fueron reagrupados en seis sub-escalas,

los cuales se asemejaban más a lo propuesto por Castelló en su teoría de Dependencia emocional. Se expresa a través de seis factores:

- Ansiedad de separación: Aparece el miedo por la posible culminación de la relación.
- Expresión afectiva: Necesidad del sujeto de recibir continuamente muestras de afecto de su pareja con el fin de reafirmar el amor y sentirse seguro en la relación.
- Modificación de planes: Cambio de planes y conductas para satisfacer a la pareja o la necesidad de pasar el mayor tiempo posible con ésta.
- Miedo a la soledad: Surge el temor por no formar parte de una relación amorosa, o por no sentirse querido.
- Expresión límite: El término de la relación puede resultar terrible ya que la soledad le quita sentido a la vida, esto puede hacer que la persona se comporte impulsivamente, incluso consigo mismo.
- Búsqueda de atención: El dependiente busca activamente la atención de la pareja para confirmar su continuación en la relación y para intentar ser todo en la vida del otro.

La validez y confiabilidad de la escala original fue realizada por Lemos y Londoño donde se obtuvo para la confiabilidad un alfa total de 0.927 y valores entre 0.671 y 0.871 para cada subescala; la validez fue supervisada por 3 jurados expertos, también se realizó el análisis factorial lo que permitió la presentación de seis subescalas.

La prueba fue adaptada al Perú por Farfán (2019) quien dio evidencias de validez y confiabilidad; donde se obtuvo la validez de contenido por V de Aiken, los ítems mostraron un valor superior al .80; el análisis factorial confirmatorio (AFC) mostró un índice de ajuste comparativo (CFI=.90, GFI=0.91 y el AGFI= .90, SRMR =0.05, SRMR =0.05, RMR = .04) los cuales son valores aceptables. La confiabilidad se determinó mediante el estadístico Alfa de Cronbach donde se halló un coeficiente alfa global del .90; las dimensiones mostraron valores entre .60 y .81.

Prieto y Reyes (2022) realizaron un estudio donde evidenciaron la validez a través del juicio de 5 expertos, obteniendo un coeficiente V de Aiken superior al .80 para todos los ítems.; el análisis factorial confirmatorio obtuvo valores adecuados indicando el ajuste del modelo (RMSEA= .0677, SRMR= .0329, CFI= .954, TLI= .945). La confiabilidad se evidenció a través del coeficiente alfa, los valores de la prueba total y las dimensiones se encuentran entre .814 y .974, de igual forma se evidencian valores entre .831 y .974 para el coeficiente omega.

**Tabla 4**

*Índices de confiabilidad de la Escala de Dependencia emocional (CDE)*

<b>Escala y dimensiones</b>	<b><math>\alpha</math> de Cronbach</b>	<b><math>\omega</math> de McDonald</b>
Escala general	0.937	0.939
Ansiedad por separación	0.868	0.870
Expresión afectiva	0.830	0.835
Modificación de planes	0.715	0.724
Miedo a la soledad	0.729	0.753
Expresión limite	0.686	0.728
Búsqueda de atención	0.625	0.639

En la tabla 4 se observan los índices de confiabilidad para la escala total y las dimensiones de Dependencia Emocional, el Alpha de Cronbach y el  $\omega$  de McDonald superan el valor de 0.6 lo cual es aceptable y se considera confiable para la investigación.

**Tabla 5**

*Índices de homogeneidad para los ítems de la Escala de Dependencia Emocional(CDE)*

<b>Correlación ítem-test</b>			
<b>Ítems</b>	<b>R</b>	<b>Ítems</b>	<b>R</b>
Item1	0.614	Item13	0.684
Item2	0.682	Item14	0.714
Item3	0.53	Item15	0.774
Item4	0.635	Item16	0.576
Item5	0.688	Item17	0.519
Item6	0.555	Item18	0.676

Item7	0.629	Item19	0.436
Item8	0.691	Item20	0.64
Item9	0.352	Item21	0.599
Item10	0.633	Item22	0.53
Item11	0.695	Item23	0.488
Item12	0.657		

---

En la tabla 5 se apreció que los 23 ítems que conforman la escala superan el valor de 0.2 lo cual indica que poseen una adecuada validez.

### 3.5.2. *Registro de Opiniones, Forma A (REGOPINA)*

#### **Ficha técnica**

- Autores: Martha Davis, Matthew Mckay y Elizabeth Eshelman.
- Año: 1982, Versión modificada por Guzmán (2009).
- Objetivo: Mostrar las creencias irracionales que contribuyen a crear y mantener el malestar emocional.
- Escalas: Conformada por 6 escalas (cada escala contiene una creencia irracional) y una escala de consistencia de respuestas.
- Uso: Adolescentes y adultos que hayan cursado y aprobado mínimo un año de educación secundaria.

**3.5.2.1. Calificación.** Primero se compara las respuestas de la escala de consistencia; se considera inconsistente cuando las respuestas son iguales; si se da el caso se asigna un punto por cada respuesta y se obtiene un puntaje total de la suma; se invalida la prueba cuando tiene 4 o más respuestas iguales.

Después, se obtiene el puntaje total y de cada escala sumando los ítems según corresponda. Las categorías son: Altamente irracional (puntaje mayor o igual a 34), Irracional (29 a 33 puntos), Tendencia irracional (25 a 28 puntos), Tendencia racional (21 a 24 puntos), Racional (15 a 20 puntos) y Altamente racional (menos de 14 puntos)

**3.5.2.2. Descripción del instrumento.** Ellis (1958, como se citó en Gonzales, 2021) propone la existencia de 12 creencias irracionales, pero en 1962, determina que son 11. Años más tarde, Davis, Mckay y Eshelman (1982) elaboraron un registro de opiniones con 10 creencias irracionales, este registro no contenía un protocolo de respuestas, además no se había evaluado su validez y confiabilidad.

Luego Guzmán (1987, como se citó en Guzmán, 2020) realizó un estudio en el Hospital Nacional Hipólito Unanue (Lima) donde halló la validez y adaptación del test, con el propósito de utilizarlo como instrumento para la práctica clínica. Los cambios realizados fueron: reducción de la cantidad de ítems de 100 a 60 ; incorporación de 5 ítems para medir la consistencia; parafraseo de algunos ítems para mayor comprensión; cambio de clave en el ítem 22 por una posible equivocación en el tipeo; sustitución de palabras en las respuestas, se cambió el “No estoy de acuerdo” y “Estoy de acuerdo” por “Verdadero” y “Falso” ; se reestableció las instrucciones del instrumento, se elaboró un protocolo de respuestas para facilitar la calificación y clasificación de los puntajes obtenidos; además de los datos personales del sujeto.

Finalmente, Guzmán concluyó que era preciso replantear 22 ítems y sustituir 2 ítems para asegurar el objetivo del instrumento; resultando 6 escalas y una escala de inconsistencia.

Se describen las escalas:

- a) Necesidad de aprobación: Fundamentada en la búsqueda de aceptación de las otras personas.
- b) Perfeccionismo: Hace referencia a las exigencias personales por mostrarse eficaz, competente e inteligente en todos los aspectos posibles.
- c) Condenación: Se le otorga un valor a la persona según las acciones que realiza dándole una consecuencia negativa si se muestra incorrecto.
- d) Catastrofismo: Intolerancia que surge por situaciones imprevistas o que resulten incontrolables.

e) Incontrolabilidad: Se piensa que son los hechos los que causan malestar emocional cuando en realidad son los pensamientos sobre los hechos los que lo producen.

f) Influencia del pasado: Se piensa que, si en el pasado no se pudieron afrontar ciertos eventos, actualmente se seguirá teniendo la incapacidad para poder afrontarlos

La prueba original obtuvo un alfa de Crombach de 0.61, que se considera aceptable; la confiabilidad por mitades reportó un Coeficiente de Spearman-Brown de 0.610 y un Coeficiente de Guttman de 0.604. La validez se dio a mediante el criterio de 6 jueces, determinando un Coeficiente V de Aiken, para las 6 sub escalas entre 0.92 y 0.98 y para la prueba total de 0.95; la correlación ítem-test solo identificó a los ítems 26 y 27 con niveles significativos menores. Los ítems muestran consistencia y mide la variable que pretende medir.

En el año 2019, Correa determinó la confiabilidad del instrumento mediante el coeficiente Alfa de Cronbach, los valores de las creencias fueron desde 0.459 hasta 0.676; para hallar la validez utilizó la correlación ítem-test, donde se apreció que los ítems presentan una adecuada correlación con las escalas, a excepción del ítem 7 y el ítem 20.

Gonzales en el año 2021 encontró que el instrumento presenta confiabilidad ( $\alpha = .797$ ;  $\omega = .800$ ), la validez fue comprobada a través de la correlación ítem-test, donde se apreció que algunos ítems presentaron valores aceptables ( $>.20$ ), a diferencia de otros, ante esto no se eliminaron debido a que no afectaron significativamente la estimación de fiabilidad total del instrumento.

### **Tabla 6**

*Confiabilidad del Registro de Opiniones, Forma A (REGOPINA)*

<b>KR-21</b>	<b>N° de ítems</b>	<b>n</b>
0.719	60	186

En la tabla 6 se observa la confiabilidad del instrumento, donde el KR-21 supera el valor de 0.7, lo cual indica que el valor es apropiado.

**Tabla 7**

*Validez del Registro de Opiniones, Forma A (REGOPINA)*

Ítems	R	Correlación ítems-test			
		Ítems	R	Ítems	R
ci1	0.3497	ci21	0.1438	ci41	0.0376
ci2	0.3505	ci22	0.2625	ci42	0.3328
ci3	0.1994	ci23	0.0841	ci43	0.4136
ci4	0.074	ci24	0.0716	ci44	0.4087
ci5	0.3288	ci25	0.3048	ci45	-0.0146
ci6	0.2062	ci26	0.0169	ci46	0.5156
ci7	-0.0631	ci27	0.2343	ci47	0.1248
ci8	0.2781	ci28	0.1515	ci48	0.3185
ci9	0.0977	ci29	0.2139	ci49	0.3476
ci10	0.2174	ci30	0.218	ci50	0.2218
ci11	-0.016	ci31	0.0636	ci51	0.1082
ci12	0.2856	ci32	0.2709	ci52	0.1886
ci13	0.2409	ci33	0.113	ci53	0.1448
ci14	0.384	ci34	-0.054	ci54	0.2838
ci15	0.2924	ci35	0.2577	ci55	0.1266
ci16	0.0965	ci36	0.3079	ci56	0.2496
ci17	-0.1438	ci37	0.3783	ci57	0.3031
ci18	0.1337	ci38	0.3358	ci58	-0.0835
ci19	0.4278	ci39	0.1319	ci59	-0.0489
<b>ci20</b>	0.0366	ci40	-0.1044	ci60	0.2817

En la tabla 7 se observa la validez del instrumento, donde la mayoría de correlaciones mostraron valores aceptables (>.20); los ítems que no presentaron valores superiores al .20, no fueron eliminados debido a que existe una fiabilidad total del instrumento.

### 3.6. Procedimientos

Primero, se realizó una revisión minuciosa de la literatura, en esta revisión se incluyeron diversas investigaciones e instrumentos para medir las variables: dependencia emocional y creencias irracionales. Se realizó la elaboración del marco teórico.

Segundo, se eligieron los instrumentos para la medición de cada variable.

Tercero, se conversó con el director de la institución educativa para posteriormente aplicar las pruebas a los estudiantes.

Por último, se registró la información obtenida en una base de datos donde se realizaron los análisis respectivos.

### 3.7. Análisis de datos

Para recolectar los datos, se aplicaron los instrumentos de manera presencial, al inicio se presentó el consentimiento informado el cual muestra que los participantes accedieron a la prueba de manera voluntaria.

El procesamiento de los datos se dio a través del Jamovi versión 2.3.24, donde se analizaron la confiabilidad y validez de los instrumentos. Para la confiabilidad se empleó el estadístico KR- 21 y para la validez se empleó la correlación ítem-test. Luego, se obtuvieron los resultados descriptivos de frecuencias, porcentajes y niveles de las variables. Para hallar la normalidad se trabajó con la prueba de Kolmogorov-Smirnov, donde se evidenció que una de las pruebas no se distribuía normalmente. Por último, el análisis de las correlaciones entre variables y sus dimensiones se dio a través de la prueba Rho de Spearman.

A continuación, se muestra la prueba de normalidad utilizada:

**Tabla 8**

*Prueba de normalidad de la distribución de los datos*

<b>Variables</b>	<b>K-S</b>	<b>P</b>
Dependencia emocional	0.1022	0.041
Creencias irracionales	0.0732	0.271

K-S= Kolmogorov-Smirnov, *p*=significancia

En la tabla 8 se observó que la variable dependencia emocional no presenta distribución normal ( $p < 0.05$ ) a diferencia de la variable creencias irracionales que se ajustó con normalidad.

#### IV. RESULTADOS

**Tabla 9**

*Niveles de Dependencia Emocional según sexo, edad y grado de estudios*

Criterios de agrupación		Niveles de Dependencia Emocional		
Variabes	Grupos	Ausencia	Promedio	Alto
<b>General</b>		<b>138 (74.2%)</b>	43(23.1 %)	5(2.7%)
<b>Sexo</b>	Masculino	<b>67(36.0%)</b>	17(9.1%)	1(0.5%)
	Femenino	<b>71(38.2%)</b>	26(14.0%)	4(2.2%)
<b>Edad</b>	15	<b>61(32.8%)</b>	23(12.4%)	3(1.6%)
	16	<b>62(33.3%)</b>	18(9.7%)	2(1.1%)
	17	13(7.0%)	2(1.1%)	0
	18	2(1.1%)	0	0
<b>Grado de estudios</b>	4°	<b>76(40.9%)</b>	30(16.1%)	3(1.6%)
	5°	62(33.3%)	13(7.0%)	2(1.1%)

En la tabla 9, se evidenciaron los niveles de dependencia emocional; donde se apreció que en su mayoría (74.2%) los adolescentes no presentaron dependencia emocional. Para la variable sexo, hombres y mujeres obtuvieron porcentajes similares (36.0% y 38.2%) mostrando la ausencia de dependencia emocional. Para la variable edad, los porcentajes más altos lo obtuvieron los adolescentes de 15 y 16 años con 32.8% y 33.3% respectivamente en el nivel ausencia. En la variable grado de estudios, el 4° año tuvo un mayor porcentaje en el nivel ausencia con 40.9%.

**Tabla 10**

*Análisis descriptivo de los niveles de creencias irracionales.*

Niveles	<i>f</i>	%
Altamente racional	14	7.5 %
Racional	42	<b>22.6 %</b>

<b>Niveles</b>	<i>f</i>	<b>%</b>
Tendencia racional	39	<b>21.0 %</b>
Tendencia irracional	41	<b>22.0 %</b>
Irracional	29	15.6 %
Altamente irracional	21	11.3 %

En la tabla 10 se observó que el nivel predominante en las creencias irracionales es el racional con un porcentaje de 22.6%, muy cerca están los niveles tendencia irracional (22.0%) y tendencia racional (21%), lo cual indica que en su mayoría los participantes presentan creencias que no les generan malestar emocional.

**Tabla 11**

*Niveles de creencias irracionales según dimensión*

<b>Creencias</b>	<b>Niveles</b>	<i>F</i>	<b>%</b>
<b>Necesidad de aprobación</b>	Racional	104	<b>55.9 %</b>
	Tendencia racional	29	15.6 %
	Tendencia irracional	20	10.8 %
	Irracional	33	17.7 %
	Racional	21	11.3%
<b>Perfeccionismo</b>	Tendencia racional	54	29.0%
	Tendencia irracional	39	21.0%
	Irracional	72	38.7%
<b>Condenación</b>	Racional	35	18.8%
	Tendencia racional	26	14.0%
	Tendencia irracional	35	18.8%
	Irracional	90	<b>48.4%</b>

<b>Creencias</b>	<b>Niveles</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
<b>Catastrofismo</b>	Racional	43	23.1%
	Tendencia racional	37	19.9%
	Tendencia irracional	40	21.5%
	Irracional	66	35.5%
<b>Incontrolabilidad</b>	Racional	12	6.5%
	Tendencia racional	66	35.5%
	Tendencia irracional	38	20.4%
	Irracional	70	37.6%
<b>Influencia del pasado</b>	Racional	52	28.0%
	Tendencia racional	34	18.3%
	Tendencia irracional	32	17.2%
	Irracional	68	36.6%

En la tabla 11 se apreció que la creencia con el mayor porcentaje de irracionalidad es la de Condenación con un 48.4% y la creencia con el mayor porcentaje de racionalidad es necesidad de aprobación con un 55.9%.

**Tabla 12**

*Niveles de Creencias irracionales según sexo, edad y grado de estudios*

<b>Criterios de agrupación</b>		<b>Niveles de creencias irracionales</b>					
<b>Variables</b>	<b>Grupos</b>	<b>Altamente racional</b>	<b>Racional</b>	<b>Tendencia racional</b>	<b>Tendencia irracional</b>	<b>Irracional</b>	<b>Altamente irracional</b>
<b>Sexo</b>	Masculino	10(5.4%)	24(12.9%)	20(10.8%)	18(9.7%)	9(4.8%)	4(2.2%)
	Femenino	4(2.2%)	18(9.7%)	19(10.2%)	23(12.4%)	20(10.8%)	17(9.1%)

<b>Edad</b>	15	10(5.4%)	14(7.5%)	15(8.1%)	19(10.2%)	<b>15(8.1%)</b>	<b>14(7.5%)</b>
	16	3(1.6%)	23(12.4%)	19(10.2%)	20(10.8%)	<b>10(5.4%)</b>	<b>7(3.8%)</b>
	17	0	5(2.7%)	4(2.2%)	2(1.1%)	4(2.2%)	0
	18	1(0.5%)	0	1(0.5%)	0	0	0
<b>Grado de estudios</b>	4°	10(5.4%)	20(10.8%)	19(10.2%)	26(14.0%)	<b>21(11.3%)</b>	<b>13(7.0%)</b>
	5°	4(2.2%)	22(11.8%)	20(10.8%)	15(8.1%)	<b>8(4.3%)</b>	<b>8(4.3%)</b>

En la tabla 12 se observaron los niveles de las creencias irracionales; con referencia al sexo, las mujeres obtuvieron notablemente un mayor porcentaje de irracionalidad (10.8%) y alta irracionalidad (9.1%) a diferencia de los hombres que en su mayoría son racionales (12.9%) y altamente racionales (5.4%). En cuanto a las edades, el mayor porcentaje de irracionalidad (8.1%) y alta irracionalidad (7.5%) lo presentaron los participantes de 15 años a diferencia de la edad de 16 años que obtuvo un 5.4% y 3.8% para el nivel irracionalidad y alta irracionalidad respectivamente. Para la variable grado, el mayor porcentaje de irracionalidad (11.3%) y alta irracionalidad (7.0%) lo presentó 4° grado a diferencia de 5° año que obtuvo un 4.3% de irracionalidad y un 4.3% de alta irracionalidad.

**Tabla 13**

*Relación entre Dependencia Emocional y Creencias irracionales*

<b>Variables</b>	<b>Creencias irracionales</b>	
<b>Dependencia emocional</b>	<i>Rho de Spearman</i>	<i>p</i>
	.275	<.001

En la tabla 13 se observó que existe correlación significativa, positiva y baja (Rho=.275; p<.001) entre la dependencia emocional y las creencias irracionales, lo cual indica que la presencia de dependencia emocional no se debe necesariamente a la presencia de creencias irracionales.

Tabla 14

*Relación entre las dimensiones de dependencia emocional y las creencias irracionales*

Dimensión		Creencias irracionales					
		Creencia A	Creencia B	Creencia C	Creencia D	Creencia E	Creencia F
Ansiedad por separación	<i>Rho de Spearman</i>	0.31	0.23	0.038	0.157	-0.107	0.193
	<i>P</i>	<.001	<b>0.002</b>	0.605	<b>0.032</b>	0.144	<b>0.008</b>
Expresión afectiva	<i>Rho de Spearman</i>	0.367	0.299	0.125	0.203	-0.141	0.174
	<i>P</i>	<.001	<.001	0.089	<b>0.005</b>	0.054	<b>0.017</b>
Modificación de planes	<i>Rho de Spearman</i>	0.238	0.163	0.083	0.073	-0.123	0.107
	<i>P</i>	<b>0.001</b>	<b>0.026</b>	0.263	0.32	0.096	0.147
Miedo a la soledad	<i>Rho de Spearman</i>	0.373	0.329	0.116	0.239	-0.03	0.366
	<i>P</i>	<.001	<.001	0.115	<b>0.001</b>	0.685	<.001
Expresión límite	<i>Rho de Spearman</i>	0.352	0.213	0.089	0.215	-0.005	0.249
	<i>P</i>	<.001	<b>0.004</b>	0.227	<b>0.003</b>	0.949	<.001
Búsqueda de atención	<i>Rho de Spearman</i>	0.303	0.127	0.084	0.203	-0.156	0.167
	<i>P</i>	<.001	0.085	0.257	<b>0.006</b>	<b>0.033</b>	<b>0.023</b>

En la tabla 14 se apreció que las dimensiones de dependencia emocional tuvieron correlaciones significativas, positivas y bajas con las creencias irracionales; las dimensiones ansiedad por separación, expresión afectiva, miedo a la soledad y expresión límite de dependencia emocional se relacionaron con las creencias necesidad de aprobación (Rho= .31, Rho=.367, Rho=.373, Rho=.352, Rho= .303,  $p<.001$ ), perfeccionismo ( Rho=.23, Rho=.299, Rho=.329, Rho=.213) catastrofismo ( Rho=.032, Rho=.203, Rho= .239, Rho=.215) e influencia del pasado (.Rho=0.193, Rho= .174, Rho= .366, Rho=.249) respectivamente. La dimensión modificación de planes se relaciona con las creencias necesidad de aprobación (Rho=.238) y perfeccionismo (Rho= .163), y la dimensión búsqueda de atención se relaciona con las creencias necesidad de aprobación (Rho= .303), catastrofismo (Rho=.203) e influencia del pasado (Rho=.167), además tiene relación negativa con la creencia incontrolabilidad (Rho=-

156). Lo cual indica que la presencia de creencias irracionales no determina necesariamente la presencia de dependencia emocional.

## V. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

El objetivo principal de este estudio fue determinar la relación entre dependencia emocional con creencias irracionales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Lima Este. Se obtuvo que la correlación fue significativa, positiva y baja ( $Rho = .275$ ;  $p < .001$ ) para la dependencia emocional y las creencias irracionales, lo cual indica que la presencia de dependencia emocional no se determina necesariamente por la presencia de creencias irracionales. Los resultados concuerdan con los hallados por Gonzales (2021) ya que en una muestra de 278 estudiantes universitarios encontró que ambas variables presentan correlaciones positivas y significativas ( $p < .05$ ). De igual manera Machacuay y Rodríguez (2021) realizaron una investigación con 91 estudiantes de un instituto privado donde encontraron una correlación positiva y baja entre las variables, lo mismo ocurre con el estudio realizado por Sullcahuamán (2020) quien también encontró una correlación positiva en 543 sujetos, con edades que van desde los 16 hasta los 45 años. Entonces se puede concluir que la presencia de dependencia emocional no es influida necesariamente por la presencia de las creencias irracionales.

El primer objetivo específico fue determinar los niveles de dependencia emocional en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Lima Este según el género, la edad y el grado de estudios. Ante ello se encontró que, en su mayoría (74.2%) los adolescentes no presentan características de dependencia emocional; tanto hombres como mujeres presentan puntuaciones similares en todos los niveles, no observándose una diferencia importante entre ellos; los adolescentes de 15 y 16 años obtienen las mayores puntuaciones en el nivel ausencia; el 4° año ubica a la mayor cantidad de participantes en el nivel ausencia con un 40.9%. Datos que se diferencian de lo hallado por Gonzales (2021) quien encontró que los hombres presentan mayores niveles de tendencia a dependiente y dependiente; se registraron altos niveles de dependencia emocional entre los participantes de 16 a 20 años; el segundo año

de estudio registro un alto nivel de dependencia emocional. De igual manera Sullcahuamán (2020) encontró que son los hombres los que puntúan un mayor nivel de dependencia emocional. Por otro lado, Prieto y Reyes (2021) hallaron que la mayor cantidad de participantes se encuentra en la categoría Promedio; no se encontraron diferencias importantes entre hombres y mujeres; para las edades el resultado mostró lo mismo. Se puede concluir que, los participantes que se encuentran cursando la etapa escolar no presentan dependencia emocional, no existen diferencias importantes en relación al sexo, la edad y el grado de estudios; sin embargo, los estudiantes universitarios tienden a presentar dependencia emocional, los hombres y el grupo de 16 a 20 años de edad presentan los más altos puntajes para dependencia emocional. Esto puede deberse a que el universitario adquiere mayor autonomía e independencia en su nueva etapa estudiantil, dicha etapa conlleva una mayor convivencia entre los estudiantes lo que hace posible que surjan lazos afectivos más fuertes entre ellos. Sumado a esto el universitario puede ampliar aún más su círculo social al conseguir algún tipo de trabajo.

El segundo objetivo específico fue describir el nivel predominante de creencias irracionales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Lima Este. Ante ello se halló que el nivel racional (22.6%), tendencia racional (21.0%) y tendencia irracional (22.0%) ubican a una cantidad mayor de participantes a comparación de otros niveles. De manera similar Bazán (2021) encontró que el mayor porcentaje de participantes se encuentran en el nivel tendencia irracional (32,6%) y tendencia racional (28.8%). De esto se puede concluir que los participantes en su mayoría no presentan creencias irracionales, sino que sus creencias se encuentran muy próximas a la racionalidad.

El tercer objetivo específico fue determinar la prevalencia de las creencias irracionales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Lima Este. Se obtuvo que la creencia con el mayor porcentaje de irracionalidad es la de Condenación con un 48.4%, lo

cual indica que los estudiantes creen que las personas que tuvieron conductas incorrectas deberían ser castigadas y avergonzadas. Esto se diferencia de lo hallado por Bazán (2021) quien encontró que las creencias que prevalecen no son irracionales, sino que se encuentran dentro de los niveles de tendencia racional y racional. La diferencia hallada en los resultados puede deberse a que la presente investigación abarca las edades entre 15 y 18 años, mientras que la investigación mencionada tiene una muestra más amplia que va de los 12 a los 19 años de edad.

El cuarto objetivo específico fue describir los niveles de creencias irracionales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Lima Este según el género, la edad y el grado de estudios. Se halló que las mujeres tienden a ser irracionales a diferencia de los hombres que en su mayoría son racionales; los participantes de 15 años presentan mayores puntuaciones de irracionalidad, lo mismo sucede con el 4° grado de estudios. De manera similar Gonzales (2021) evidenció que los varones registraron un nivel alto de racionalidad en comparación con las mujeres; el grupo de 16 a 20 años se ubicó con mayor frecuencia en el nivel tendencia a altamente racional; los resultados reflejaron que los estudiantes de primer año tuvieron el mayor puntaje en el nivel alta racionalidad. Entonces se concluye que los hombres suelen tener un mayor nivel de racionalidad que las mujeres, lo cual indica que las mujeres suelen presentar creencias que no se contrastan con la realidad, tienen ideas que toman la forma de demandas, necesidades o deberes, dichas ideas las conducen a emociones inadecuadas y podrían interferir en el alcance de metas y objetivos personales; los participantes de 16 años a más suelen ser más racionales a diferencia de los de 15 años que muestran irracionalidad en mayor medida, lo mismo sucede con el grado de estudios observándose que los de 4° son más irracionales que los de 5° año.

El siguiente objetivo específico fue determinar la relación entre las dimensiones de dependencia emocional y las creencias irracionales en adolescentes de secundaria de una institución educativa pública de Lima Este. Los resultados indicaron que la dimensión ansiedad

por separación tiene correlación positiva y baja con las creencias necesidad de aprobación, perfeccionismo, catastrofismo e influencia del pasado; lo cual refiere que los participantes que presentan temor al abandono o a la separación de sus parejas suelen pensar que es necesario ser aprobados, inteligentes y capaces en todo momento, piensan que es catastrófico que los hechos y las personas no sean como desearían que fueran y que si un acontecimiento afectó significativamente su vida siempre la seguirá afectando. Gonzales (2021) encontró que la dimensión ansiedad por separación de dependencia emocional y las creencias irracionales, excepto la creencia Perfeccionismo tienen relación positiva y baja. Entonces se puede concluir que las creencias irracionales no determinan necesariamente la presencia de dependencia emocional. De manera similar, Gonzales (2021) encontró que todas las creencias irracionales presentaron correlaciones positivas y bajas con todas las dimensiones de dependencia emocional. Por ende, se puede concluir que la presencia de dependencia emocional no se debe necesariamente a la presencia de creencias irracionales, además se pudo observar que las dimensiones de dependencia emocional se relacionan mayormente con las creencias necesidad de aprobación, catastrofismo e influencia del pasado.

## VI. CONCLUSIONES

- 6.1 Existe correlación significativa, positiva y baja ( $Rho = .275$ ;  $p < .001$ ) entre la dependencia emocional y las creencias irracionales, se puede concluir que la presencia de dependencia emocional no se determina necesariamente por la presencia de creencias irracionales en los estudiantes.
- 6.2 En su mayoría los estudiantes no presentan dependencia emocional; hombres y mujeres presentan puntuaciones similares en todos los niveles, no observándose una diferencia importante entre ellos; los adolescentes de 15, 16 años y los de 4° grado de estudios obtienen las mayores puntuaciones en el nivel ausencia.
- 6.3 Los niveles predominantes de creencias irracionales fueron los niveles: racional (22.6%), tendencia racional (21.0%) y tendencia irracional (22.0%); los participantes en su mayoría no presentan creencias irracionales, sino que sus creencias se encuentran muy próximas a la racionalidad.
- 6.4 La creencia con el mayor porcentaje de irracionalidad es la de Condenación con un 48.4%, lo cual indica que los estudiantes creen que la gente que comete actos malos debería ser castigada y avergonzada.
- 6.5 Las mujeres tienden a ser irracionales a diferencia de los hombres que en su mayoría son racionales; los participantes de 15 años presentan mayores puntuaciones de irracionalidad, lo mismo sucede con el 4° grado de estudios.
- 6.6 Las dimensiones ansiedad por separación, expresión afectiva, miedo a la soledad y expresión límite de dependencia emocional tiene relación significativa, positiva y baja con las creencias necesidad de aprobación, perfeccionismo, catastrofismo e influencia del pasado; la dimensión modificación de planes de dependencia emocional tiene relación significativa, positiva y baja con las creencias necesidad de aprobación y perfeccionismo y la dimensión búsqueda de atención de dependencia emocional tiene

relación significativa, positiva y baja con las creencias necesidad de aprobación, catastrofismo e influencia del pasado, y relación negativa con la creencia incontrolabilidad.

## VII. RECOMENDACIONES

- 7.1 Realizar estudios psicométricos relacionados con la validez y confiabilidad del Registro de opiniones- Forma A y la Escala de Dependencia emocional (CDE).
- 7.2 Ampliar el estudio de ambas variables en población escolar para lograr una mayor evidencia de este tipo de relación entre las variables.
- 7.3 Realizar más investigaciones en poblaciones escolares ya que en su mayoría se han realizado más estudios en estudiantes universitarios y población adulta.
- 7.4 Desarrollar actividades psicoeducativas en los horarios de tutoría a los estudiantes con el fin de dar a conocer como es una relación de pareja saludable y la importancia de reestructurar las cogniciones inadecuadas para lograr una mejora en las interacciones psicosociales.

## VIII. REFERENCIAS

- Adrián, J. y Rangel, E. (2012). La transición adolescente y la educación. *Aprendizaje y Desarrollo de la Personalidad (SAP001)*, 1, 1-16. [www.hhv.gob.pe/wpcontent/uploads/Revista/2004/II/5LA\\_TERAPIA\\_COGNITIVA\\_EN\\_ACCION ESTRATEGIAS PARA.pdf](https://scholar.google.es/citations?view_op=view_citation&hl=es&user=tpPsiXcAAA AJ&citation_for_view=tpPsiXcAAAAJ:a0OBvERweLwCAguado, H. y Silberman, R. (2004). La terapia cognitiva en acción: estrategias para detectar y cambiar los pensamientos y supuestos. <i>Revista de Psiquiatría y Salud Mental Hermilio Valdizán</i>, 5(2), 62-79. <a href=)
- Aguirre, E. (2015). *Distorsiones cognitivas y su influencia en las relaciones afectivas de pareja en adolescentes*. [Tesis de pregrado, Universidad Católica del Ecuador]. Repositorio PUCESA. <https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/1173/1/75706.pdf>
- Aiquipa, J. (2015). Dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja. *Revista de Psicología (PUCP)*, 33(2), 412-437. [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S025492472015000200007](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S025492472015000200007)
- Bazán, J. (2019). *Creencias irracionales y autoconcepto en alumnos de secundaria de una institución educativa pública de San Juan de Lurigancho*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio institucional UNFV. <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/3290250>
- Bogarín, M., Gamarra, A., Bagnoli, A., Mongelós, N. y González, H. (2021). Dependencia emocional y distorsiones cognitivas en mujeres víctimas de violencia conyugal. *Rev. Soc. cient. Parag.*, 26(2), 9-23. <http://scielo.iics.una.py/pdf/rscp/v26n2/2617-4731-rscp-26-02-9.pdf>

- Campos, E. y Sarmiento, A. (2021) *Dependencia emocional en relación de pareja en estudiantes de la Facultad de Ingeniería de la Universidad de Cuenca, periodo 2021*. [Tesis de pregrado, Universidad de Cuenca]. Repositorio institucional UCUENCA.<http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/37137/1/Trabajo%20de%20Titulaci%c3%b3n.pdf>
- Castelló, J. (2005). *Dependencia emocional: Características y tratamiento*. Alianza Editorial. S. A. Madrid.
- Castelló, J. (2012). *La Superación de la Dependencia Emocional*. Ediciones Corona Borealis. <https://clea.edu.mx/biblioteca/files/original/f2ee45a1d6669f1a8a8fcab2ed95e252.pdf>
- Chaves, L. y Quiceno, N. (2010). Validación del cuestionario de Creencias Irracionales(TCI) en población colombiana. Universidad de Antioquia, 2(3). <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpsua/v2n1/v2n1a4.pdf>
- Correa, N. (2019). *Procrastinación general y creencias irracionales en estudiantes de una Universidad Nacional de la Provincia de Tarma- 2018*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio institucional UNFV.[https://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13084/3120/UNFV\\_CORREA\\_D%c3%81VILA\\_NILDA\\_STHEFANY\\_TITULO\\_PROFESIONAL\\_2019.p](https://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13084/3120/UNFV_CORREA_D%c3%81VILA_NILDA_STHEFANY_TITULO_PROFESIONAL_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y)  
[df?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13084/3120/UNFV_CORREA_D%c3%81VILA_NILDA_STHEFANY_TITULO_PROFESIONAL_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Davis, M., McKay, M, y Eshelman, R. (2002). *Técnicas de autocontrol emocional*. Ediciones Martínez Roca. S .A. <https://www.guiadisc.com/wp-content/pdfs/autocontrol-emocional.pdf>
- De La Cruz, F. (2017). *Ansiedad ante los exámenes y creencias irracionales según el tipo de familia en estudiantes universitarios del primer año de psicología de una universidad privada de Lima*. [Tesis de maestría, Universidad Nacional Mayor de San Marcos].

Cybertesis. [https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/5819/DeLaCruz\\_cf.pdf?sequence=2&isAllowed=y](https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/5819/DeLaCruz_cf.pdf?sequence=2&isAllowed=y)

De la Villa, M., García, A., Cuetos, G. y Sirvent, C. (2017). Violencia en el noviazgo, dependencia emocional y autoestima en adolescentes y jóvenes españoles. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 8(2), 96-107. <https://www.redalyc.org/pdf/2451/245153986004.pdf>

Departamento Nacional de Planeación de Colombia. (26 de abril del 2015). *12% de hombres y 6% de mujeres adolescentes tienen primera relación sexual antes de los 14 años*. <https://2022.dnp.gov.co/Paginas/12-de-hombres-y-6-de-mujeres-adolescentes-tienen-primer-relacion-sexual-antes-de-los-14-años.aspx#:~:text=los%2014%20años.,12%25%20de%20hombres%20y%206%25%20de%20mujeres%20adolescentes%20tienen%20primera,antes%20de%20los%2014%20años.&text=El%20embarazo%20adolescente%20golpea%20a,del%20embarazo%20en%20la%20adolescencia>.

Farfán, P. (2019). *Propiedades psicométricas del Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) en estudiantes de instituciones educativas públicas del distrito de Los Olivos*. [Tesis de pregrado, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio institucional UCV. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/41557>

Flores, B., Guzmán, M., Martínez, L., Jiménez, M., Rojas, J. y Preciado, P. (2021). Caracterización de las (nuevas) relaciones románticas de adolescentes. *Avances en Psicología*, 29(1), 47-58. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2021.v29n1.2349>

García, J. (2022). *Dependencia emocional y su relación con la violencia de pareja en mujeres que asisten al Sistema de Protección Integral (SPI) Quevedo*. [Tesis de Maestría, Universidad Estatal de Milagro]. Repositorio

UNEMI.<https://repositorio.unemi.edu.ec/bitstream/123456789/6860/1/GARCIA%20GARCIA%20JASSON.pdf>

Gil, H.; Alba, L.; Sosa, Y. y Gutiérrez, A. (2021). La dependencia emocional: un problema de la psicología y otras ciencias humanísticas. *Edumecentro*, 13(2), 269-286.[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S207728742021000200269](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S207728742021000200269)

Gonzales, M. (2021). *Dependencia emocional y creencias irracionales en estudiantes de Psicología de una Universidad Nacional de Lima Metropolitana*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio institucional UNFV. <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/3107837>

Grández, R. (2017). *Creencias irracionales en estudiantes del primer ciclo de una Universidad Privada de Lima Metropolitana*. [Tesis de pregrado, Universidad Inca Garcilaso De La Vega].

Repositorio

UIGV.<http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/1838/TRAB.SUF.PROF.%20RA%C3%9AL%20GR%C3%81NDEZ%20BARD%C3%81LEZ.pdf?sequence=2&isAllowed=y>

Güemes, M, Ceñal, M. y Hidalgo, M. (2017). Desarrollo durante la adolescencia. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. *Pediatr Integral*, 21 (4), 233–244. <https://www.adolescenciasema.org/ficheros/PEDIATRIA%20INTEGRAL/Desarrollo%20durante%20la%20Adolescencia.pdf>

Guzmán, J. (2020). El registro de opiniones (REGOPINA), una medida de las ideas irracionales según la terapia racional emotiva conductual. Juicio moral y violencia de género en estudiantes universitarios. *UCV-Revista de Psicología* (22) 2, 26–96. <https://doi.org/10.18050/revpsi.v22i2.2287>

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2014). Metodología de la investigación. Mc Graw Hill.<https://www.esup.edu.pe/wpcontent/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20Fern>

andez%20y%20BaptistaMetodolog%C3%ADa%20Investigacion%20Cientifica%206ta%20ed.pdf

Hernández, M y Sánchez, F. (2008). La dimensión afectiva como base del desarrollo humano una reflexión teórica para la intervención en trabajo social. *Revista Eleuthera*, 2, 53-72. <https://www.redalyc.org/pdf/5859/585961831004.pdf>

Instituto Nacional de Estadística e Informática (2014). *En el Perú existen más de 200 mil adolescentes que son madres o están embarazadas por primera vez*. <https://m.inei.gob.pe/prensa/noticias/en-el-peru-existen-mas-de-200-mil-adolescentes-que-son-madres-o-estan-embarazadas-por-primera-vez-8703/>

Kuba, C. (2017). *Relación entre creencias irracionales y ansiedad social en estudiantes de la facultad de psicología de una universidad privada de lima metropolitana*. [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Repositorio UPCH. [https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/659/Relaci%  
%b3n\\_KubaKikuyama\\_Clara.pdf?sequence=3&isAllowed=y](https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/659/Relaci%c3%b3n_KubaKikuyama_Clara.pdf?sequence=3&isAllowed=y)

Lara, L., Providell, L. y Labra, P. (2020). *Relaciones sanas. Guía para la prevención de la violencia en las relaciones de pareja joven*. Universidad Autónoma de Chile. <https://repositorio.uautonoma.cl/handle/20.500.12728/3233>

Lemos, M. y Londoño, N. (2006). Construcción y validación del cuestionario de dependencia emocional en población colombiana. *Acta colombiana de psicología*, 9(2), 127-140. <https://www.redalyc.org/pdf/798/79890212.pdf>

Lega, L., Sorribes, F. y Calvo, M. (2017). *Terapia Racional Emotiva Conductual*. Editorial Paidós.

Liga Española de la Educación. (15 de febrero del 2018). *Uno de cada cuatro jóvenes tiene su primera pareja a los doce años*. <https://www.uoc.edu/porta/es/news/actualitat/2018/034-jovenes->

[enamorados.html#:~:text=Seg%C3%BAn%20un%20estudio%20de%20la,relaci%C3%BAn%20sexual%20a%20los%20](#)

Lillo, J. (2004). Crecimiento y comportamiento en la adolescencia. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, (90), 57-71.

[https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S021157352004000200005&script=sci\\_abstract](https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S021157352004000200005&script=sci_abstract)

Machacuay, E. y Rodríguez, W. (2021). *Creencias irracionales y dependencia emocional en estudiantes de un Instituto Privado de Huancayo – 2021*. [Tesis de pregrado, Universidad Continental]. Repositorio institucional

Continental.[https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/10096/1/IV\\_FHU\\_501\\_TE\\_Machacuay\\_Rodriguez\\_2021.pdf](https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/10096/1/IV_FHU_501_TE_Machacuay_Rodriguez_2021.pdf)

Medrano, L., Galleano, C., Galera, M. y Valle, R. (2010). Creencias irracionales, rendimiento y deserción académica en ingresantes universitarios. *Liberabit*, 16(2), 183-191.

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68617161007>

Monje, C. (2011). *Metodología de la investigación cuantitativa y cualitativa*. Universidad Surcolombiana. <https://www.uv.mx/rmipe/files/2017/02/Guia-didactica-metodologia-de-la-investigacion.pdf>

Moral, M. y Sirvent, C. (2008). Dependencias sentimentales o afectivas: etiología, clasificación y evaluación. *Revista Española de Drogodependencias*, 33 (2), 150-167.

[https://www.aesed.com/descargas/revistas/v33n2\\_2.pdf](https://www.aesed.com/descargas/revistas/v33n2_2.pdf)

Oliva, A., Hernando, A., Parra, A., Pertegal, M., Ríos, M. y Antolín, L. (2008). *La promoción del desarrollo adolescente: recursos y estrategias de intervención*. Junta de Andalucía.

Consejería de Salud.

[https://www.educacion.navarra.es/documents/27590/38595/promocion\\_desarrollo\\_adolescete.pdf/0bed92e5-e473-49de-a05f-8d9f2c5365bc](https://www.educacion.navarra.es/documents/27590/38595/promocion_desarrollo_adolescete.pdf/0bed92e5-e473-49de-a05f-8d9f2c5365bc)

- Papalia, D., Wendkos, S. y Duskin, R. (2009). *Psicología del desarrollo De la infancia a la adolescencia*. McGraw-Hill. <https://www.mendoza.gov.ar/wp-content/uploads/sites/16/2017/03/Psicologia-del-Desarrollo-PAPALIA-2009.pdf>
- Prieto, J. y Reyes, Y. (2021). *Dependencia emocional y agresividad en adolescentes del distrito de Independencia*. [Tesis de pregrado, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio institucional UCV. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/112979>
- Quiroz, I., Ortega, N.; Godínez, M.; Jahuey, A. y Montes, M. (2021). Autoestima y dependencia emocional en relaciones de pareja de estudiantes universitarios. *Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo*, 9(18), 91-98. <https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/ICSA/issue/archive>
- Rodríguez, G. (2020). *Ideas Irracionales en la Conducta de Riesgo Adolescente*. [Tesis de maestría, Universidad de Alcalá]. Biblioteca de la Universidad de Alcalá. [https://ebuah.uah.es/dspace/bitstream/handle/10017/47718/TFM\\_RODRIGUEZ\\_FERMANDEZ\\_2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://ebuah.uah.es/dspace/bitstream/handle/10017/47718/TFM_RODRIGUEZ_FERMANDEZ_2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Secretaría Nacional de la Juventud (2022). *Informe Nacional de Juventudes 2021 para conocer la situación actual de los jóvenes peruanos de 15 a 29 años*. <https://juventud.gob.pe/2022/12/senaju-presento-informe-nacional-de-juventudes-2021-para-conocer-la-situacion-actual-de-los-jovenes-peruanos-de-15-a-29-anos/>
- Secretaría Nacional de la Juventud (2020) *Informe nacional de las juventudes en el Perú 2018-2019*. [https://www.conadisperu.gob.pe/observatorio/wpcontent/uploads/2020/02/SUNAJU\\_Informe-Nacional-de-Juventud-2018-2019-compressed.pdf](https://www.conadisperu.gob.pe/observatorio/wpcontent/uploads/2020/02/SUNAJU_Informe-Nacional-de-Juventud-2018-2019-compressed.pdf)
- Sullcahuamán, J. (2020). *Creencias irracionales y dependencia emocional en estudiantes de una Universidad Nacional y Privada de Lima Metropolitana*. [Tesis de maestría, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio institucional UNFV. <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/2914691>

- Valle, L. y De la Villa, M. (2018). Dependencia emocional y estilo de apego adulto en las relaciones de noviazgo en jóvenes españoles. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 9(1), 27-41. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6323805>
- Vargas, E. y Barrera, F. (2002). Adolescencia, relaciones románticas y actividad sexual: una revisión. *Revista Colombiana de Psicología*, (11),115-134. <https://www.redalyc.org/pdf/804/80401109.pdf>
- Velásquez, J. (2002). *Creencias irracionales y ansiedad en ingresantes de la Universidad Nacional de Ingeniería*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Cybertesis. <http://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/cybertesis/3394>

## **IX. ANEXOS**

### **Anexo A**

#### **CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Esta investigación es desarrollada por Fiorela Córdor, bachiller de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Federico Villarreal. El objetivo de este estudio es analizar la relación entre las variables: Dependencia emocional y Creencias irracionales en estudiantes de una institución educativa pública de Lima Este.

La información obtenida por los datos será estrictamente confidencial, solo para fines de este estudio.

Los beneficios serán: conocer tus resultados personales, además de poder participar en una charla informativa-preventiva (virtual) sobre el tema estudiado.

Estimado (a) estudiante, si deseas conocer tus resultados y/o participar de la charla, puedes escribir al siguiente correo: [fiorelasandyca@gmail.com](mailto:fiorelasandyca@gmail.com).

Yo, .....doy mi consentimiento para participar en el estudio y soy consciente de que mi participación es enteramente voluntaria.

## Anexo B

### CUESTIONARIO

#### INSTRUCCIONES GENERALES

El siguiente cuestionario está dividido en tres secciones: Datos personales, evaluación de las creencias irracionales y dependencia emocional. Se le pide contestar sinceramente todos los ítems, siguiendo las instrucciones indicadas en cada sección.

#### **SECCION 1: DATOS PERSONALES**

**Edad:** \_\_\_\_\_

**Género:** M  F

**Grado:** \_\_\_\_\_

#### **SECCION 2: REGISTRO DE OPINIONES (REGOPINA)-FORMA A**

A continuación, se presenta una serie de enunciados ante los cuales usted debe responder según lo que realmente piensa, no lo que cree que debería pensar. No es necesario que piense mucho en cada ítem. Señale si considera verdadero (V) o falso (F) en cada afirmación.

1. Para mi es importante recibir la aprobación de los demás.	V	F
2. Odio equivocarme en algo.	V	F
3. La gente que se equivoca, debe recibir su merecido	V	F
4. Generalmente acepto los acontecimientos desagradables con tranquilidad.	V	F
5. Si una persona quiere, puede ser feliz en casi cualquier circunstancia	V	F
6. “Árbol que crece torcido, nunca su tronco endereza”.	V	F
7. Me gusta que los demás me respeten, pero yo no tengo que sentirme obligado a manifestar respeto a nadie.	V	F
8. Evito las cosas que no puedo hacer bien.	V	F
9. Las personas malas deben de ser castigadas	V	F
10. Las frustraciones y decepciones no me perturban.	V	F
11. A la gente no la transforman los acontecimientos, sino la imagen que tiene de estos.	V	F
12. Es casi imposible superar las influencias del pasado.	V	F
13. Quiero gustar a todos.	V	F

14. No me gusta competir en aquellas actividades en las que los demás son mejores que yo.	V	F
15. Aquellos que se equivocan, merecen cargar con la culpa.	V	F
16. Las cosas deberían ser distintas a como son.	V	F
17. Yo mismo me provoco mi mal humor.	V	F
18. Si algo afecta tu vida de forma importante, no quiere decir que tenga que ser igual en el futuro.	V	F
19. Me puedo gustar a mí mismo, aun cuando no lo guste a los demás.	V	F
20. Me gustaría triunfar en algo, pero pienso que no estoy obligado a hacerlo.	V	F
21. La inmoralidad debería castigarse severamente.	V	F
22. A menudo me siento trastornado por situaciones que no me gustan.	V	F
23. Las personas desdichadas, generalmente, se provocan ese estado así mismas.	V	F
24. La gente sobrevalora la influencia del pasado.	V	F
25. Si no le gusto a los demás, es su problema, no el mío.	V	F
26. Para mi es extremadamente importante alcanzar el éxito en todo lo que hago	V	F
27. Pocas veces culpo a la gente por sus errores.	V	F
28. Normalmente, acepto las cosas como son, aunque no me gusten.	V	F
29. Nadie está mucho tiempo de mal humor o enfadado, a menos que quiera estarlo.	V	F
30. Si hubiera vivido experiencias distintas, podría ser más como me gustaría ser.	V	F
31. Creo que es difícil ir en contra de lo que piensan los demás.	V	F
32. Disfruto de las actividades por sí mismas, al margen de lo bueno o malo que sean en ellas.	V	F
33. El miedo al castigo es lo que hace que la gente sea buena.	V	F
34. Si las cosas me desagradan, elijo ignorarlas.	V	F
35. Cuantos más problemas tiene una persona, menos feliz es.	V	F
36. Normalmente no pienso que las experiencias pasadas me afecten en la actualidad.	V	F
37. Aunque me gusta recibir la aprobación de los demás, no la necesito realmente.	V	F
38. Me fastidia que los demás sean mejores que yo en algo.	V	F
39. Todo el mundo es, esencialmente, bueno.	V	F

40. Hago todo lo que puedo para conseguir lo que quiero; y después, dejo de preocuparme.	V	F
41. Nada es perturbador por sí mismo; si lo es, se debe al modo que lo interpretamos.	V	F
42. Somos esclavos de nuestro pasado.	V	F
43. A menudo me preocupa que la gente me apruebe y me acepte.	V	F
44. Me trastorna cometer errores.	V	F
45. No es equitativo que “llueva igual sobre el justo que sobre el injusto”	V	F
46. Yo disfruto tranquilamente de la vida.	V	F
47. No puedo evitar sentirme muy alterado ante ciertos hechos.	V	F
48. Una vez que algo afecta tu vida de forma importante, seguirá haciéndolo siempre.	V	F
49. Usualmente me preocupo por lo que la gente piensa de mí.	V	F
50. Muchas veces me enfado muchísimo por cosas sin importancia.	V	F
51. Generalmente doy una segunda oportunidad a quien se equivoca.	V	F
52. La gente es más feliz cuando tienes metas y problemas que resolver para alcanzarlas.	V	F
53. Nunca hay razón para permanecer afligido mucho tiempo.	V	F
54. Básicamente, la gente nunca cambia.	V	F
55. Ser criticado es algo fastidioso pero no perturbador.	V	F
56. No me asusta hacer aquellas cosas que no hago del todo bien.	V	F
57. Nadie es malo a pesar de que sus actos lo sean.	V	F
58. Raras veces me perturban los errores de la demás.	V	F
59. El hombre construye su propio infierno interior.	V	F
60. No miro atrás con resentimiento.	V	F
61. Si cometo un error lo acepto con tranquilidad.	V	F
62. Los acontecimientos negativos pueden ser superados.	V	F
63. Hay gente que me altera de humor.	V	F
64. Acepto con calma que otros sean mejores que yo en algo.	V	F
65. Hay tristeza que jamás se superan.	V	F

### **SECCION 3: CUESTIONARIO DE DEPENDENCIA EMOCIONAL (CDE)**

A continuación, encontrarás unas afirmaciones que podrías usar para describirte a ti mismo con respecto a tus relaciones de pareja. Por favor, lee cada frase y decide que tan bien te describe. Cuando no estés seguro(a), basa tu respuesta en lo que sientes, no en lo que pienses que es correcto.

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

ITEMS						
1. Me siento desamparado cuando estoy solo	1	2	3	4	5	6
2. Me preocupa la idea de ser abandonado por mi pareja	1	2	3	4	5	6
3. Para atraer a mi pareja busco deslumbrarla o divertirla	1	2	3	4	5	6
4. Hago todo lo posible por ser el centro de atención en la vida de mi pareja	1	2	3	4	5	6
5. Necesito constantemente expresiones de afecto de mi pareja	1	2	3	4	5	6
6. Si mi pareja no llama o aparece a la hora acordada me angustia pensar que está enojada conmigo.	1	2	3	4	5	6
7. Cuando mi pareja debe ausentarse por algunos días me siento angustiado	1	2	3	4	5	6
8. Cuando discuto con mi pareja me preocupa que deje de quererme	1	2	3	4	5	6
9. He amenazado con hacerme daño para que mi pareja no me deje	1	2	3	4	5	6
10. Soy alguien necesitado y débil	1	2	3	4	5	6

11. Necesito demasiado que mi pareja sea expresiva conmigo	1	2	3	4	5	6
12. Necesito tener a una persona para quien yo sea más especial que los demás	1	2	3	4	5	6
13. Cuando tengo una discusión con mi pareja me siento vacío	1	2	3	4	5	6
14. Me siento muy mal si mi pareja no me expresa constantemente el afecto	1	2	3	4	5	6
15. Siento temor a que mi pareja me abandone	1	2	3	4	5	6
16. Si mi pareja me propone un programa dejo todas las actividades que tenga para estar con ella	1	2	3	4	5	6
17. Si desconozco donde está mi pareja me siento intranquilo	1	2	3	4	5	6
18. Siento una fuerte sensación de vacío cuando estoy solo	1	2	3	4	5	6
19. No tolero la soledad	1	2	3	4	5	6
20. Soy capaz de hacer cosas temerarias, hasta arriesgar mi vida, por conservar el amor del otro	1	2	3	4	5	6
21. Si tengo planes y mi pareja aparece los cambio sólo por estar con ella	1	2	3	4	5	6
22. Me alejo demasiado de mis amigos cuando tengo una relación de pareja	1	2	3	4	5	6
23. Me divierto solo cuando estoy con mi pareja	1	2	3	4	5	6

**Anexo C**  
**MATRIZ DE CONSISTENCIA**

Dependencia emocional y creencias irracionales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de lima este,2023

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA
<p>¿Existe relación entre Dependencia emocional y creencias irracionales en estudiantes de secundaria de institución educativa pública de Lima Este?</p>	<p><b>General</b> Determinar la relación entre Dependencia emocional y creencias irracionales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Lima Este</p> <p><b>Específicos</b> Describir los niveles de dependencia emocional en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Lima Este</p> <p>Determinar el nivel predominante de creencias irracionales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Lima Este.</p> <p>Determinar la prevalencia de las creencias irracionales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Lima Este.</p> <p>Describir los niveles de creencias irracionales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Lima Este</p> <p>Determinar la relación entre las dimensiones de dependencia emocional y las creencias irracionales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Lima Este</p>	<p><b>General</b> Existe relación entre dependencia emocional y creencias irracionales en en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Lima Este</p> <p><b>Específicas</b> Existen diferencias significativas en los niveles de dependencia emocional en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Lima Este; según sexo, edad y grado de estudios.</p> <p>Existen diferencias significativas en los niveles de creencias irracionales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Lima Este; según sexo, edad y grado de estudios.</p> <p>Existe relación entre las dimensiones de dependencia emocional y las creencias irracionales en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Lima Este</p>	<p><b>Variable 1</b> Dependencia emocional</p> <p><b>Dimensiones</b> -Ansiedad de separación -Expresión afectiva -Modificación de planes -Miedo a la soledad -Expresión limite -Búsqueda de atención</p> <p><b>Variable 2</b> Creencias irracionales</p> <p><b>Dimensiones</b> -Necesidad de aprobación -Perfeccionismo -Condenación -Catastrofismo -Incontrolabilidad -Influencia del pasado</p>	<p><b>Enfoque</b> Cuantitativo</p> <p><b>Alcance o Nivel</b> Descriptivo-Correlacional</p> <p><b>Diseño</b> No experimental</p> <p><b>Población</b> 353 estudiantes</p> <p><b>Muestra</b> 186 estudiantes de secundaria del 4to y 5to año.</p> <p><b>Técnica de recolección de datos</b> Encuesta</p> <p><b>Instrumento para la recolección de datos</b> Cuestionario de Dependencia emocional (CDE) por Lemos y Londoño (2007) Registro de Opiniones (REGOPINA)-Forma A por Guzmán (2009)</p>