



FACULTAD DE PSICOLOGÍA

**APEGO Y DEPENDENCIA EMOCIONAL EN JÓVENES UNIVERSITARIOS DE
LIMA METROPOLITANA**

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:

Sologuren Guerra, María Carolina

Asesora:

Mayorga Falcón, Elizabeth

ORCID: 0000-0001-6213-3018

Jurado:

Díaz Hamada, Luis A.

Mendoza Huamán, Vicente

Campana Cruzado, Frey

Lima - Perú

2024

APEGO Y DEPENDENCIA EMOCIONAL EN JÓVENES UNIVERSITARIOS DE LIMA METROPOLITANA

INFORME DE ORIGINALIDAD

17%

INDICE DE SIMILITUD

17%

FUENTES DE INTERNET

1%

PUBLICACIONES

7%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	4%
2	hdl.handle.net Fuente de Internet	2%
3	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	1%
4	repositorio.unfv.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	1library.co Fuente de Internet	1%
6	www.researchgate.net Fuente de Internet	<1%
7	Submitted to Universidad Nacional Federico Villarreal Trabajo del estudiante	<1%
8	Submitted to Universidad Catolica de Trujillo Trabajo del estudiante	<1%



FACULTAD DE PSICOLOGÍA

APEGO Y DEPENDENCIA EMOCIONAL EN JÓVENES UNIVERSITARIOS DE LIMA METROPOLITANA

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

Sologuren Guerra, María Carolina

Asesora

Mayorga Falcón, Elizabeth

ORCID: 0000 – 0001- 6213- 3018

Jurado

Díaz Hamada, Luis A.

Mendoza Huamán, Vicente

Campana Cruzado, Frey

Lima – Perú

2024

Pensamiento

“La persona más fuerte no es la que está haciendo la mayor parte del ruido, es la única que puede dirigir la conversación en silencio hacia la definición y resolución de los problemas”

Aaron Beck

Dedicatoria

A mis padres, Herminio y Doris, por su apoyo incondicional en cada camino de mi vida personal y profesional, confiando siempre en mí, dándome ánimos y fuerzas para terminar este trabajo. A mi hermano Giancarlo, por darme la oportunidad de aprender de él con cada una de sus cualidades y particularidades. Gracias a cada uno, por su inmenso amor, sabiduría y apoyo, lo cual me permitió confiar en mí para lograr culminar satisfactoriamente el presente trabajo de investigación.

Agradecimientos

Quiero dar inicio agradeciendo a Dios, por permitir que mis padres sean testigos de este gran paso en mi vida profesional. Así como, a todos aquellos, conocidos y desconocidos que estuvieron presentes y contribuyeron de algún modo a que mi familia pueda superar todas las adversidades que se han presentado por causas naturales en la actualidad.

Agradezco también a la Universidad Nacional Federico Villarreal, mi Alma Mater, que, a través de sus aulas y docentes, me brindaron conocimiento y el amor a ejercer de forma humana y ética esta bella profesión.

Mi total agradecimiento a mi asesora Mg. Elizabeth Mayorga Falcón por su orientación, apoyo y comprensión, quien me guio con su valiosísima experiencia en la realización de esta investigación.

A mis padres, quienes siempre han estado y están junto a mí, alentando mis pasos, los amo.

Agradezco también a los estudiantes de las universidades de Lima Metropolitana por su colaboración y sus valiosos aportes realizados durante la aplicación.

Índice

Resumen	ix
Abstract	x
I. Introducción.....	11
1.1 Descripción y formulación del problema	12
1.2 Antecedentes	17
1.3. Objetivos.....	20
1.4. Justificación	21
1.5 Hipótesis	22
II. Marco teórico.....	23
2.1 Bases Teóricas.....	23
III. Método	32
3.1 Tipo de investigación	32
3.2 Ámbito temporal y espacial	32
3.3 Variables de estudio	32
3.4 Población y Muestra.....	34
3.6 Procedimientos.....	37
3.7 Análisis de datos	38
3.8 Consideraciones éticas.....	38
IV. Resultados	39
4.1 Resultados descriptivos	39

4.2 Resultados correlacionales.....	41
V. Discusión de resultados.....	45
VI. Conclusiones.....	50
VII. Recomendaciones	51
Referencias	52
VIII. Anexos.....	60

Índice de Tablas

Número		Pág.
1	Operacionalización por indicadores del Apego	33
2	Operacionalización por indicadores del Dependencia emocional.....	34
3	Niveles obtenidos de la variable dependencia emocional y dimensiones	40
4	Niveles obtenidos de la variable apego y sus dimensiones	41
5	Prueba de normalidad del apego, dependencia emocional	42
6	Correlación entre el apego y la dependencia emocional	42
7	Correlación entre las dimensiones del apego y la dependencia emocional	43
8	Correlación entre el apego y las dimensiones de la dependencia emocional	44

Índice de figuras

Número	Pág.
Figura 1 Definiciones de apego	24
Figura 2 Definiciones de la dependencia emocional	29

Resumen

Al afrontar la pandemia del Covid-19 con dificultades, retos y desafíos, se realizó una investigación cuantitativa con el propósito de relacionar el apego con la dependencia emocional en 250 universitarios de Lima metropolitana. Se aplicó el Cuestionario Camir-R de Kaplan y Main (1986) y el Cuestionario de Dependencia emocional de Lemos y Londoño (2006). Se halló una correlación directa estadísticamente significativa de magnitud moderada ($p .001$ y $r .645$) en apego con dependencia emocional. De igual manera, se encontró con las dimensiones: apego seguro, preocupado y evitativo, correlación directa estadísticamente significativa en una magnitud muy alta ($p .001$ y $r .954$; $p .000$ y $r .979$; $p .000$ y $r .938$). Se concluye que mientras mayor apego presente el estudiante universitario, será mayor la dependencia emocional.

Palabras clave. apego, dependencia emocional, universitarios

Abstract

When facing the Covid-19 pandemic with difficulties, challenges and challenges, quantitative research was conducted with the purpose of relating attachment to emotional dependence in 250 university students of metropolitan Lima. The Camir-R Questionnaire of Kaplan and Main was applied (1986) and the Lemos and Londoño Emotional Dependence Questionnaire (2006). We found a statistically significant direct correlation of moderate magnitude ($p .001$ and $r .645$) in attachment and emotional dependence. Similarly, he found the dimensions: safe, concerned, and avoidant attachment, statistically significant direct correlation in a very high magnitude ($p .001$ and $r .954$; $p .000$ and $r .979$; $p .000$ and $r .938$). It is concluded that the greater the attachment present the university student, the greater the emotional dependence.

Keywords: attachment, emotional dependence, university students.

I. INTRODUCCIÓN

La investigación realizada aborda la relación entre el apego y dependencia emocional en jóvenes universitarios, acentuado por el impacto de la pandemia, estudios citados indicaron que más del 40% de estudiantes presenta estilos de apego ansiosos e inseguros, afectando relaciones interpersonales, es así que, a nivel global, la pandemia ha intensificado los problemas de salud mental, incrementando casos de dependencia emocional en parejas jóvenes y adultos en el Perú, se reportan, asimismo, problemas similares en hospitales y universidades, denotando la prevalencia de dependencia emocional en el contexto actual.

Esta investigación tuvo como objetivo explorar la relación existente entre los patrones de apego y la dependencia emocional en jóvenes universitarios que residen en Lima Metropolitana durante el año 2023, con la finalidad de comprender cómo los diferentes estilos de apego pueden influir en la manifestación de la dependencia emocional en esta etapa crucial del desarrollo profesional y personal de los estudiantes universitarios.

Este estudio también se compone de un apartado de marco teórico donde se brinda la explicación detallada de los conceptos de apego y dependencia emocional, además, de una revisión de investigaciones previas sobre el apego en adultos jóvenes y su relación con la dependencia emocional, así como, una descripción de los tres estilos de apego: seguro, ansioso-preocupado y evitativo.

Asimismo, se compone de un apartado de metodología, en el cual se menciona el diseño de investigación (correlacional, transeccional, cuantitativo), así como, la descripción de la muestra: cómo se seleccionaron los jóvenes universitarios, los criterios de inclusión, el tamaño de la muestra, de igual manera, los instrumentos utilizados para medir el apego y la dependencia emocional, concluyendo con los procedimientos de recolección y análisis de los datos y los aspectos éticos de la investigación.

El apartado de resultados, donde se presenta hallazgos del análisis estadístico utilizado para determinar la relación entre las variables, mediante el uso de Tablas, gráficos y estadísticas relevantes.

Igualmente, el apartado de discusión de resultados en el cual se realiza la interpretación de los resultados a la luz del marco teórico y las investigaciones previas, además, del análisis de la relación encontrada entre el apego y la dependencia emocional y la exploración de posibles explicaciones y mecanismos subyacentes a la relación observada.

Finalmente, el apartado de conclusiones, donde se realiza la recapitulación de los hallazgos más importantes y recomendaciones donde se realiza la reflexión sobre la relevancia de los resultados para el entendimiento del apego y la dependencia emocional en jóvenes universitarios.

La presente investigación ofrece un aporte importante al comprender la relación entre el apego y la dependencia emocional en jóvenes universitarios de Lima Metropolitana, puesto que, a raíz de los resultados, no solo se respalda esta conexión, sino que, también brindan una base concreta para la implementación de intervenciones y programas destinados a fortalecer la salud mental y el bienestar emocional de los estudiantes. Además, estos hallazgos tienen el potencial de informar la creación de currículos educativos más holísticos, enfocados en el desarrollo socioemocional, para que los estudiantes estén mejor equipados para afrontar los futuros desafíos emocionales y de relaciones interpersonales, tanto en su vida académica como profesional, por ende, esta investigación establece un fundamento sólido para futuras investigaciones y ofrece directrices valiosas para formular políticas que respalden el bienestar integral de los jóvenes universitarios.

1.1 Descripción y formulación del problema

A nivel mundial, y en el contexto peruano, en los últimos 3 años han sido periodos de grandes cambios y de dificultades, esto debido a la pandemia declarada por la Organización

Mundial de Salud (OMS - 2020) a consecuencia del Covid-19, el cual desencadenó problemas a nivel mundial en la economía, salud, sociedad, entre otros. Uno de los aspectos de la vida del ser humano más golpeado fue la salud mental, llegando reportes que mencionan que la incidencia de problemas relacionados a la salud mental han ido en aumento al punto de que cada 5 personas 1 presenta problemas en su salud mental (Moeti et al., 2022), de los cuales, se tiene una prevalencia en problemas de autoestima y en el área socioafectiva como lo son el apego y la dependencia emocional evidenciando así una problemática ligada a las variables estudiadas (Paiva et al., 2022).

Es importante señalar que para entender la problemática del apego en universitarios se identificó el grupo etario en el que se ubica dicha población siendo en su mayoría adolescentes, adultos jóvenes y adultos, donde diversos investigadores han abordado el fenómeno del apego, uno de los estudios más relevantes realizado en Estados Unidos señala que 75% de adultos, en dicho país, en sus relaciones interpersonales muestran estilos de apego disfuncionales como lo son el estilo inseguro y el estilo ansioso, ambos estilos son caracterizados por la preocupación, inseguridad y ansiedad que muestran las personas (YouGov, 2020).

Otros estudio señala presencia de los estilos de apego ansioso e inseguro en el 50% de la población estudiada quienes presentan estos tipos de apego, así como también, se señaló en el contexto español que la población adulta perteneciente el 56% de los encuestados presentó también los estilos de apego ansioso e inseguro, por lo que, se evidencia que no solo es un fenómeno que ocurre en países de América, sino que también en otros países existe dicha problemática evidenciando así a la dependencia emocional como una problemática real y de una prevalencia presente en la población adulta (Mikulincer et al., 2019; Hernández et al., 2021).

En referencia a estudios que se realizaron específicamente en población universitaria estudios cuyos propósitos fueron determinar el estilo de apego que predominaba en dicha población de estudio arrojaron que, en México, se presentó que el 29.5% de estudiantes evidencian un estilo de apego ansioso, asimismo, el 20.7% que presenta un estilo inseguro, por lo que, el estudio demuestra que, más del 50% presenta estilos de apego que suelen ser disfuncionales en las relaciones interpersonales (Díaz et al., 2020), de igual manera, en Chile, se evidenció que el 26.4% presenta un estilo de apego ansioso, en cuanto al apego inseguro es el 23% de los estudiantes los que muestran dicho estilo, por lo que en este caso los estudiantes chilenos en más del 49% se presentan el estilo de apego inseguro y ansioso, siendo una cifra alta que señala una alta prevalencia, lo que representa una problemática a tomar en consideración (Oyarzún y Rojas, 2020)

Finalmente, en Estados Unidos, se encontró que el 23.4% presentó un estilo de apego ansioso y que solo un 18.8% presenta un estilo inseguro, siendo en este caso el menor número de incidencia en cuanto a estilos que generan disfuncionalidad en las relaciones interpersonales que establecen los estudiantes universitarios, por lo que, la evidencia menciona que es más del 40% de estudiantes universitarios expuestos a una situación disfuncional sobre el estilo de apego presente en dicha población (Zimmerman et al., 2019)

En el Perú, un reporte sobre la situación de la salud mental en estudiantes universitarios que fue realizado por el Ministerio de Salud, el cual informó a través de nota de prensa para el Gobierno del Perú, que la prevalencia de problemas de salud mental que existe en los estudiantes universitarios es más del 85%, se estimó que dentro de las prevalencias más comunes son la ansiedad cuya presencia e incidencia es del 82%, seguido del estrés con una presencia e incidencia del 79% y también la violencia con un 52% de presencia e incidencia, dichos datos son características presentes directamente relacionadas con estilos disfuncionales

de apego (Gobierno del Perú, 2019), tal es el caso de algunos estudios realizados en la población universitaria peruana ,por ejemplo, se señaló que el 30.4% de los estudiantes presenta un estilo de apego ansioso, de igual manera, el 22.3% presenta un estilo de apego inseguro, siendo en sumo más del 52% de la población que presenta estilos de apego disfuncional afectando en su salud mental y socioemocional de los estudiantes universitarios (Zamalloa et al., 2018).

Asimismo, otro estudio relevante informó que el 21.3% de la población universitaria presenta un estilo de apego ansioso, de igual forma, el 18.2% evidenció un estilo de apego inseguro, datos que evidencian que en sumo más del 39% presentan estilos de apego disfuncional que guardan una relación directa con la problemática señalada inicialmente por el MINSA, por lo que, se distingue que dicho fenómeno está presente en dicha población universitaria, lo que enciende las alarmas sobre la vulnerabilidad presente para el grupo etario de educación superior (Bravo et al., 2017)

En cuanto a los países que han reportado problemas relacionados a la dependencia emocional se puede citar el caso de México que en reportes realizados por la Oficina de comunicación mexicana reportó un aumento de más del 46% para el año 2022 en referencia a años posteriores del 2021 y 2020 en cuanto a la dependencia emocional identificada en problemas de parejas en un grupo etario de adolescentes, jóvenes y adultos, los mismos que se encuentran en el rango de edad propio de los estudiantes universitarios, por lo que, se evidencia una problemática real en cuanto a cómo se están vinculando las parejas sobre los problemas de dependencia que puede aparecer en ellos (Oficina de Comunicación México, 2022). Casos similares se muestran en otros países tales como Ecuador y España, puesto que, estudios realizados en parejas en el mismo grupo etario de adolescentes y adultos, reportaron que en promedio de parejas que en las cuales se evidencia dependencia emocional es de 40%

aproximadamente es decir que 4 de cada 10 parejas suelen a presentar problemas de dependencia emocional (Guamán y Maldonado., 2021; Amor et al., 2022).

En relación al Perú, la problemática existente en cuanto a la dependencia emocional también registró problemas vinculados a este tema, en el 2022 los casos recibidos en el Hospital Nacional Arzobispo Loayza fueron asociados a las relaciones interpersonales en cuando al aspecto socioemocional, esto a causa de la pandemia que incrementó el número de los casos que presentan ,entre las características principales, problemas relacionados al maltrato psicológico por parte las personas que acuden, así como, de maltrato físico, que se da en su mayoría, en parejas jóvenes y adultas, esto a causa de una dependencia emocional registrada en los casos evaluados que en la mayoría de los casos tienen un inicio en la niñez, por lo que, se reporta que en la sociedad peruana los hogares sufren de violencia a causa de dependencia emocional generando problemas de autoestima y valorización de la persona (Gobierno Nacional del Perú, 2022).

En cuanto a la población universitaria, un estudio reportó evidencias de que el 73% de estudiantes universitarios evaluados presentan un nivel medio de dependencia emocional a diferencia del 22% que presenta un nivel alto, asimismo, en Arequipa se encontró que el 40% de universitarios presenta un nivel alto de dependencia emocional evidenciando así cifras que muestran la prevalencia a dicha problemática en estudiantes de educación superior (Vera, 2019; Manya y Tacilla, 2019).

Asimismo, la evidencia actual muestra cómo estos patrones de interacción y vinculación emocional de los universitarios, al ser desadaptativos y haber sido adquiridos a lo largo de su vida, los lleva a consecuencias no saludables, por ejemplo, las investigaciones han mostrado cómo los tipos de apego ansioso e inseguro, así como también, la dependencia emocional en universitarios mostraron predecir e influir en la toma de decisiones, resolución

de conflictos, regulación emocional, conducta agresiva e impulsiva (Estévez et al., 2018), así como también, entender por qué algunos jóvenes mantienen la persistencia de interactuar con personas y mantener relaciones que muestran ser dañinas por medio de la violencia, la manipulación, entre otras conductas coercitivas presentes en la relación sentimental de los mismos (Del Castillo Arreola et al., 2015), finalmente, también como variables que influyen en sus actividad académica, su rendimiento, motivación y hasta deserción de la misma (Zárate et al., 2022).

De la misma manera, estudios sugieren cómo individuos con un historial de apego poco adaptativo, tienden a presentar problemas de dependencia emocional, así como también, problemas para la elección de una pareja, mantener una pareja y calidad, como también, vínculos sanos con la misma, lo que, desemboca en conductas de riesgo como el consumo de sustancias, desregulación emocional, sintomatología depresiva y malestar asociado (Islas et al., 2017; Martínez-Álvarez et al., 2015; Momeñe et al., 2021). Ello demuestra que, en principio, las variables estudiadas mantienen presencia en la población y tienen incidencia en cómo se relacionan, así como también, ante el afrontamiento o toma de decisiones en lo que respecta a su vida, sus relaciones sociales íntimas y su futuro académico.

Frente a la realidad problemática planteada se formuló la siguiente interrogante: ¿Cuál es la relación entre el apego y la dependencia emocional en jóvenes universitarios de Lima Metropolitana?

1.2 Antecedentes

Antecedentes Nacionales

En Cajamarca, Hernández y Cáceda (2021) ejecutaron un estudio con la finalidad de precisar la correlación entre la variable dependencia emocional y la variable apego, por lo que, emplearon una metodología comprendida en un estudio cuantitativo y correlacional y fue

aplicado en un conjunto de 85 universitarios. Los hallazgos demostraron la existencia de una correlación negativa y de alto tamaño de efecto entre las variables de estudio ya mencionadas ($p < .05$; $r = -.836$).

En Huaraz, Maguiña y Palma (2021) ejecutaron un estudio para relacionar la variable dependencia emocional y el apego, para ello, emplearon una metodología comprendida en un estudio cuantitativo y correlacional, dicha investigación fue llevado a cabo en una muestra final de 373 universitarios. Los resultados mostraron la existencia de una correlación positiva y de tamaño de efecto bajo entre las variables de estudio de dependencia emocional y apego ($p = .000$; $r = .255$).

En Lima, Salazar y Sotelo (2021) efectuaron un estudio con miras a estimar la correlación entre la variable dependencia emocional y la variable apego, para ello, emplearon una metodología comprendida en un estudio cuantitativo y correlacional en un conjunto de 220 universitarios. Los resultados mostraron la existencia de una correlación de dirección positiva y de tamaño de efecto bajo entre las variables de estudio dependencia emocional y apego ($p = .000$; $r = .20$).

En Chimbote, Bareto y Rodríguez (2019) efectuaron un estudio con miras a estimar el efecto de los distintos tipos de apego en la dependencia emocional, para ello, emplearon una metodología cuantitativa y modelo de regresión predictivo, dicha investigación fue llevado a cabo en 355 universitarios, a los cuales, se les evaluó mediante dos cuestionarios para la medición de las variables. Los resultados permitieron esclarecer los efectos del apego seguro ($p = .572$; $\beta = -.126$), preocupado ($p = .935$; $\beta = .006$) y evitativo ($p = .019$; $\beta = .154$).

En Lima Metropolitana, Yoplac (2019) ejecutó un estudio para estimar la correlación entre la variable dependencia emocional y los subdimensiones de evitación y ansiedad del apego, para ello, emplearon una metodología comprendida en un estudio cuantitativo y

correlacional en un conjunto conformado por 388 universitarios. Los hallazgos determinaron una correlación de la dependencia emocional con la evitación positiva, estadísticamente significativa y de efecto bajo ($p < .01$; $r = .17$), así mismo, también se determinó una correlación positiva, estadísticamente significativa y de tamaño de efecto grande ($p < .01$; $r = .77$).

Antecedentes Internacionales

En Ecuador, Achina (2021), ejecutó un estudio para precisar la correlación entre la variable dependencia emocional y la variable apego, para ello, empleó una metodología comprendida en un estudio cuantitativo y correlacional. Fue llevado a cabo mediante la participación de 102 universitarios, cuyas edades rondaban entre los 19 a 25 años. Los resultados determinaron una asociación estadísticamente significativa entre los niveles de dependencia y los tipos de apego ($\chi^2 = 32.27$; $p = .000$).

En Colombia, Deluque et al. (2021) los investigadores ejecutaron un estudio en donde precisó la correlación entre la variable dependencia emocional y la variable apego en una muestra de 152 adultos jóvenes de entre 22 a 29 años, en estado de relación de pareja con, al menos, 6 meses de duración. Los resultados demostraron la presencia de estilos de apego inseguro y despreocupado en su gran mayoría, asimismo, también gran porcentaje de la muestra mostró indicadores de dependencia emocional. Finalmente, se reportó una relación estadísticamente significativa entre los estilos de apego y la dependencia emocional ($\chi^2 = 82.41$; $p = .000$).

En Colombia, Rocha et al. (2019) ejecutaron un estudio de correlación entre la variable dependencia emocional y la variable apego, dicha investigación fue aplicado en población universitaria con una muestra final de 500 universitarios de edades entre 18 a 25 años. Los resultados mostraron que la mayoría de la muestra (46%) reportó un estilo de apego de tipo seguro, asimismo, hallaron una asociación entre aquellos que reportaron apego inseguro y

mayor ansiedad de separación ($p < .000$); finalmente, determinaron una relación entre los estilos de apego y la dependencia emocional ($p < .000$).

En España, Estévez et al (2018) evaluaron el papel de la dependencia emocional en la relación de la conducta impulsiva y el apego, dicha investigación se caracterizó por tener un diseño correlacional y fue aplicada en un conjunto de 1533 universitarios con edad promedio de 15.76 años. Los resultados sugirieron que existía relación positiva entre la dependencia emocional, los estilos de apego, la impulsividad infantil, el trauma infantil y la autosuficiencia ($p < .000$). Finalmente, demostraron el papel mediador de la dependencia emocional en la relación de apego y conducta impulsiva.

Valle y De la Villa (2018), realizaron una investigación en donde se propusieron el análisis de la relación entre la dependencia emocional y los diferentes tipos de apego, además de señalar su prevalencia en función del género, su historial de relación y la edad, para ello, se utilizó una metodología caracterizada por un diseño descriptivo-correlacional y transversal. Fue aplicado en un conjunto de 382 universitarios, con edades entre los 18 a 35 años. Se encontró que el 23.3 % mostró signos de dependencia emocional, siendo más alto en el caso del sexo masculino, así como también, en aquellos que tuvieron más de dos relaciones. Finalmente se comprobó la asociación entre las variables resultando estadísticamente significativas ($\chi^2 = 60.77$; $p = < .001$), la fuerza de la asociación resultó moderada ($C = .37$; $p = < .001$), asimismo, se reportó el coeficiente de correlación ($r = .238$; $p = < .001$).

1.3.Objetivos

Objetivo General

- ✓ Determinar la relación que existe entre el Apego y la Dependencia Emocional en jóvenes universitarios de Lima metropolitana.

Objetivos Específicos

- ✓ Identificar los niveles de Apego y sus dimensiones en jóvenes universitarios de Lima Metropolitana.
- ✓ Identificar los niveles de dependencia emocional y sus dimensiones en jóvenes universitarios de Lima Metropolitana.
- ✓ Establecer la relación entre las dimensiones de apego y dependencia emocional en jóvenes universitarios de Lima Metropolitana.
- ✓ Establecer la relación entre Apego y las dimensiones de Dependencia emocional en jóvenes universitarios de Lima Metropolitana.

1.4. Justificación

El presente trabajo tiene como propósito conocer la relación que tiene el apego y la dependencia emocional desde la investigación que existe hoy en día en este tipo de problemáticas, asimismo, la justificación del estudio permite conocer la relevancia e importancia que presenta la realización de este (Hernández y Mendoza, 2018), por lo que, se presentan las siguientes justificaciones:

A nivel teórico, permitirá conocer el vínculo entre los constructos estudiados, además son escasas las investigaciones en el grupo poblacional, siendo limitada la información que se tiene para las variables, más aún en la dependencia emocional hacia la pareja en el contexto posterior a la pandemia puesto que es innegable que el aislamiento y sus repercusiones impactaron sobre la pareja, y si a ello sumamos que el apego es un estilo con el cual la persona se maneja para establecer relaciones debe tener algún tipo de relación en casos de dependencia emocional.

Por otro lado, a nivel metodológico, el estudio evidenciará instrumentos válidos, confiables y brindará normas percentiles específicas de la muestra estudiada, facilitando un mejor tamizaje en jóvenes universitarios respecto al apego y la dependencia emocional.

A nivel práctico, posibilitará conocer e identificar tanto los procesos y elementos que intervienen en la persona que presenta el apego y la dependencia emocional en el tiempo de su relación de pareja, así como los componentes que pudieran desarrollar problemas en la relación y el incremento de comportamientos de riesgo; esto, con el fin de adquirir estrategias de afrontamiento, lo que, permitirá prevenir pautas de riesgo y formular una intervención adecuada, todo ello con la finalidad de promover estilos de apego funcionales que permitan reducir los niveles de dependencia emocional en los estudiantes universitarios.

1.5 **Hipótesis**

1.5.1 Hipótesis general

H₁: Existe una relación significativa entre el Apego y la Dependencia Emocional en jóvenes universitarios de Lima Metropolitana.

II. MARCO TEÓRICO

2.1 Bases Teóricas

2.1.1 Apego

Una de las primeras concepciones del apego se concibió como una necesidad de tipo biológico y evolutiva que hace su aparición en la infancia, pero mantiene un continuo en la adultez y la cual se caracteriza por una búsqueda de proximidad y seguridad en torno a una figura en específico, una persona, una relación, etc. Por lo tanto, esta calidad de relación tiene cierta influencia en el propio bienestar y la regulación emocional del individuo (Bowlby, 1988).

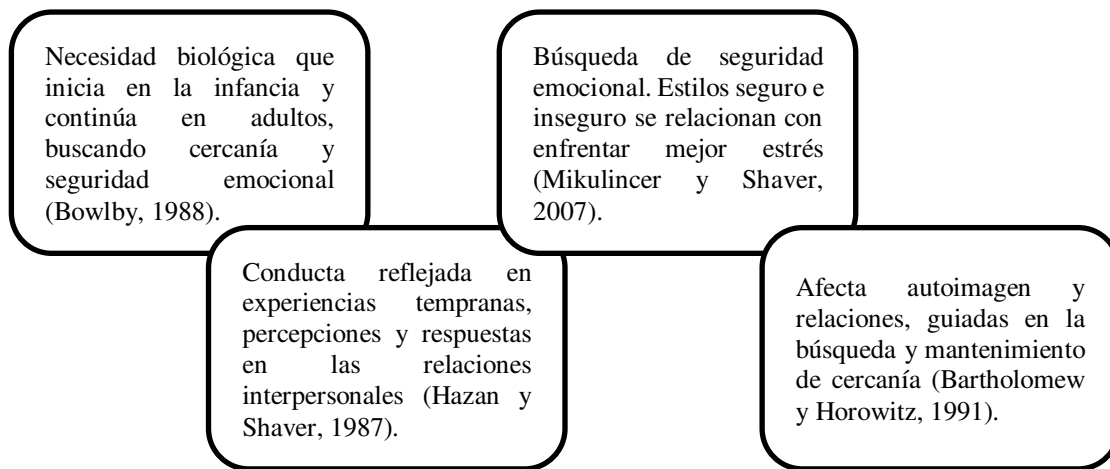
Asimismo, también se resalta la perspectiva de Hazan y Shaver (1987) quienes agregaron que los estilos de apego en adultos se pueden clasificar en tres categorías: seguro, ansioso y evitativo y mantienen la idea primigenia de que los estilos se relacionan con las experiencias tempranas de apego en la infancia y afectan la forma en que las personas perciben y responden a las relaciones interpersonales en la edad adulta.

Por su parte, Bartholomew y Horowitz (1991) proponen cuatro estilos de apego en adultos: seguro, ansioso-preocupado, evitativo y temeroso-evitativo. Estos estilos se relacionan con la forma en que las personas se ven a sí mismas y a los demás en las relaciones interpersonales, y afectan la forma en que las personas buscan y mantienen relaciones íntimas.

Mikulincer y Shave (2007) proponen que las personas pueden tener un estilo de apego seguro o inseguro, y que la seguridad en el apego se relaciona con una mayor capacidad para afrontar el estrés y la adversidad.

Figura 1

Definiciones del apego



La propuesta por Kaplan y Main (1986) teoría que inicia con el estudio de Main y Hesse que junto con sus colaboradores desarrollaron la técnica de la Entrevista de Apego en Adultos (*Adult Attachment Interview, AAI*), que permite evaluar el apego adulto de manera operacional, es en ese sentido que posteriormente, Kaplan y Main definieron operacionalmente el apego adulto a partir de la estructura y contenido de la *AAI* la cual era originalmente una entrevista semiestructurada que se utiliza para evaluar el estado de apego de un adulto, el mismo que compone de una serie de preguntas abiertas diseñadas para estimular la discusión sobre las experiencias de vida del entrevistado, sus relaciones pasadas y presentes, y su estilo cognitivo. la entrevista era grabada y transcrita para su análisis.

La definición original del apego adulto de Kaplan y Main se basa en la forma en que los adultos hablan sobre sus relaciones tempranas y sobre sus experiencias en la infancia, es por ello por lo que, a partir de las respuestas del entrevistado, los investigadores identifican el tipo de discurso que el entrevistado utiliza para referirse a sus experiencias pasadas. Los tres tipos de discurso identificados por Kaplan y Main (1986) son: a) Discurso autónomo: el entrevistado puede hablar sobre sus experiencias de manera clara y coherente, y se muestra capaz de reflexionar sobre sus relaciones interpersonales y sobre su propia persona de manera

objetiva. b) Discurso desorganizado: el entrevistado presenta dificultades para hablar sobre sus experiencias de manera coherente y clara, y muestra signos de contradicción y confusión en su relato. c) Discurso no autónomo: el entrevistado presenta una tendencia a minimizar, exagerar o distorsionar sus experiencias pasadas, o bien a hacer juicios de valor sobre ellas, mostrando dificultades para reflexionar de manera objetiva.

Posteriormente, Main, Hesse y su grupo de investigación que desarrollaron la técnica de la Entrevista *de Apego en Adultos (Adult Attachment Interview, AAI)* que permitió evaluar el apego adulto de manera operacional, es entonces que a partir de la estructura y contenido de la AAI se identificaron tres estilos de apego adulto (Main et al., 2002): a) **Apego seguro:** se caracteriza por que las personas que presentan este estilo de apego adulto suelen ser capaces de hablar sobre sus experiencias de manera coherente y objetiva además suelen tener un sentido positivo de sí mismos y de los demás, y confían en que sus necesidades emocionales serán satisfechas. Asimismo, tienen relaciones interpersonales estables y satisfactorias. b) **Apego ansioso-preocupado:** se caracteriza por que las personas que presentan este estilo de apego adulto suelen tener dificultades para hablar sobre sus experiencias de manera coherente y objetiva además suelen tener un sentido negativo de sí mismos y un sentido positivo de los demás, y temen que sus necesidades emocionales no serán satisfechas. Asimismo, tienen relaciones interpersonales turbulentas y con altibajos emocionales. c) **Apego evitativo:** se caracteriza por que las personas que presentan este estilo de apego adulto suelen minimizar la importancia de las relaciones interpersonales y tienden a evitar la intimidad emocional además suelen tener un sentido positivo de sí mismos y un sentido negativo de los demás, y tienden a evitar el contacto emocional en sus relaciones interpersonales. Asimismo, tienen relaciones interpersonales superficiales y con poca intimidad emocional

Otras definiciones conceptuales se encuentran en la Escala de apego adulto de Bartholomew, quien entiende el apego en adultos como una serie de conductas que se reflejan en un estilo de interrelación con las personas integrada por la seguridad, ansiedad o inseguridad, esta escala se basa en la teoría del apego adulto de Bartholomew y Horowitz (1991) teoría que termina en una escala que mide el apego en adultos a través de un cuestionario de 28 ítems que evalúa cuatro dimensiones del apego: seguridad, ansiedad, evitación y temor.

Asimismo, Hazan y Shaver (1987) refieren que el apego adulto es definido como un patrón conductual de seguridad, inseguridad y ansiedad; la evaluación del constructo se realiza a partir de tres estilos de apego: seguro, ansioso y evitativo. En esa misma línea Brennan et al., (1988) mencionan que el apego adulto es una manifestación del comportamiento en el área interpersonal y sugiere, en su marco teórico, un instrumento que lo evalúa en tres dimensiones del apego: seguridad, ansiedad y evitación.

2.1.1.1 Apego en parejas y violencia. Diversas investigaciones se han centrado en cómo podría influir los estilos de apego, así como también, sus dimensiones, en las relaciones románticas de parejas y en la violencia que se pudiera experimentar dentro de la relación (Spencer et al., 2021; Velotti et al., 2022). Entre los distintos modelos acerca del apego en el adulto, las dimensiones de ansiedad y evitación se han mostrado como aquellas que predicen altos niveles de violencia física y psicológica (Brodie et al., 2018; McDermott et al., 2017). De la misma manera, niveles altos de estos indicadores se han observado en personas condenadas por delitos relacionados a la violencia frente a otros individuos condenados por motivos distintos; sin embargo, las investigaciones sugieren que no es únicamente el perfil de apego que puedan haber adquirido, sino que estos actúan con otros factores sociales y ambientales que contribuyen con la explosión de eventos violentos, por ejemplo, pobreza, psicopatología, entre otras características individuales (Ogilvie et al., 2014).

Por ejemplo, se conoce ya que tanto el apego ansioso y evitativo están relacionados con una dificultad y patrones alterados de comportamientos de regulación emocional, los cuales son insumos básicos o componentes centrales de las conductas violentas (Dimaggio et al., 2017; Walker et al., 2022), entonces, un individuo con características o historial de apego desadaptativo, ante situaciones límite o estresantes, se muestra con mucha más probabilidad de actuar de manera violenta. Otras teorizaciones sugieren y explican que los hechos violentos, en individuos con estilo de apego evitativo, se da porque es una estrategia para disuadir a la pareja de acercarse o de crear una relación íntima, siendo que esto último suele ser muy aversivo en general para estos individuos (Spencer et al., 2021). De la misma manera, se ha propuesto que la reacción violenta se manifiesta en individuos con apego ansioso dado que esto tendría una funcionalidad coercitiva de mantener a la pareja dentro de la relación si esta percibiera que la pareja gana autonomía o se aleje de la relación (Lo et al., 2017; Spencer et al., 2021).

2.1.2 Dependencia emocional

Lemos y Londoño (2014) definen a la dependencia emocional como un patrón de comportamiento en el que una persona busca satisfacer sus necesidades emocionales a través de una relación interdependiente y desequilibrada con otra persona. Esta dependencia se caracteriza por la necesidad de tener cerca al otro, la búsqueda constante de su aprobación y afecto, así como la falta de autonomía e independencia emocional, por lo que la dependencia emocional es un problema emocional que puede estar relacionado con experiencias traumáticas en la infancia, como el abuso emocional o la falta de atención y afecto por parte de los cuidadores, de igual manera, también puede estar relacionado con factores culturales y sociales que valoran la unión y la dependencia como características positivas en las relaciones interpersonales, por lo que la dependencia emocional genera sufrimiento y malestar emocional en la persona que la experimenta, puesto que su autoestima y sentido de valía dependen del

otro, lo que puede llevar a una sensación de vacío y soledad cuando no se cuenta con la presencia o aprobación del otro.

Otra propuesta, desde la teoría psicodinámica, menciona que la dependencia emocional se origina en experiencias tempranas de abandono o negligencia por parte de las figuras de apego en la infancia, lo que conduce a la formación de un yo débil e inseguro que busca en el otro la gratificación emocional y la protección necesaria (Johnson, 2018).

Bajo la perspectiva de Bowlby (1988) la dependencia emocional se relaciona con la ansiedad de separación y la necesidad de mantener una proximidad emocional con la figura de apego para evitar la angustia y el malestar, por lo que, esta sería una estrategia adaptativa de afrontamiento ante la amenaza de pérdida del objeto de apego.

Por su parte, desde la perspectiva cognitiva conductual, la dependencia emocional es el resultado de aprendizajes y patrones de conducta disfuncionales que se han mantenido a lo largo del tiempo, los cuales, suelen estar relacionados con creencias y pensamientos irracionales acerca del amor y las relaciones interpersonales (López et al., 2006).

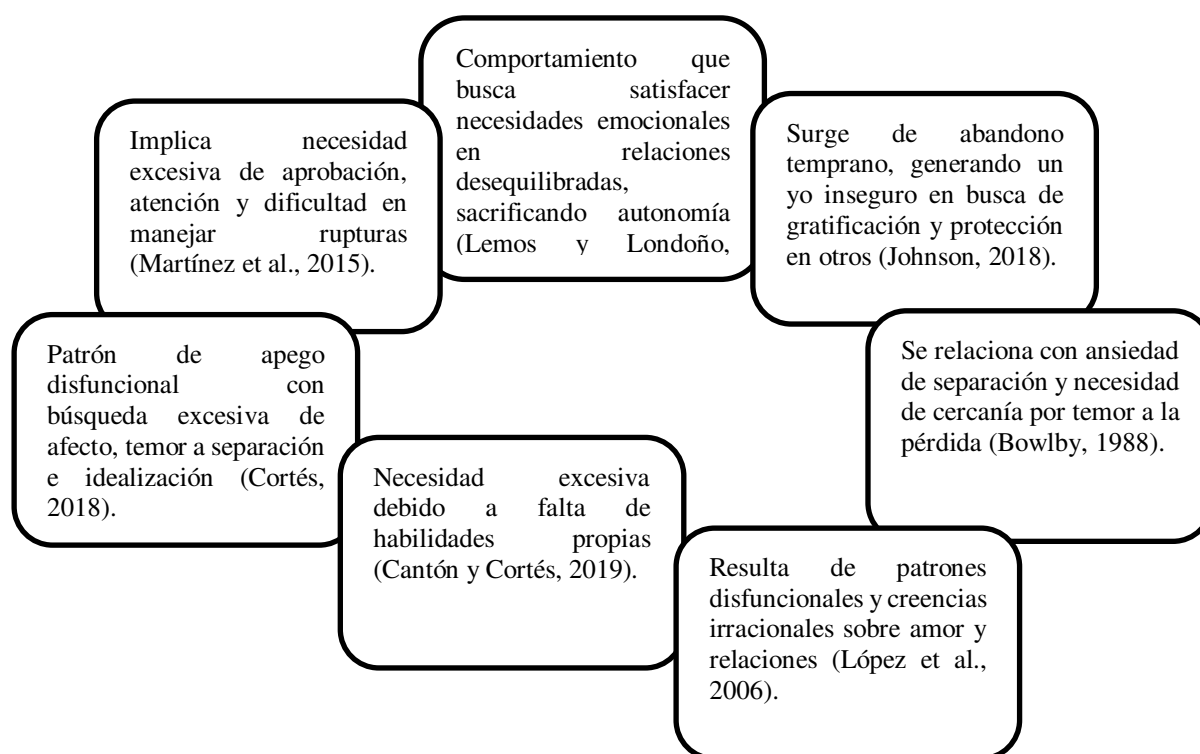
Asimismo, para Cantón y Cortés (2019) la dependencia emocional es la necesidad excesiva de otra persona para satisfacer necesidades emocionales, como la necesidad de sentirse amado, aceptado o protegido, y la falta de habilidades para satisfacer esas necesidades emocionales por sí mismo.

Según Cortés (2018) la dependencia emocional se entiende como un patrón disfuncional de apego, que se manifiesta en una búsqueda excesiva de afecto y protección, miedo a la separación y una baja autoestima, que conduce a la pérdida de la propia identidad, así como a la idealización del otro y a la dependencia emocional de su aprobación y afecto.

De igual manera, para Martínez et al. (2015) la dependencia emocional se caracteriza por una necesidad afectiva desmedida hacia otra persona, que se expresa en la búsqueda constante de su aprobación, atención y afecto, la falta de autonomía e independencia emocional, y la incapacidad para manejar el dolor de una ruptura o separación.

Figura 2

Definiciones de la dependencia emocional



Teoría de Lemos y Londoño. La posición teórica afirma que la dependencia emocional se refiere a un patrón de comportamiento en el que una persona busca satisfacer sus necesidades emocionales a través de una relación interdependiente y desequilibrada con otra persona, caracterizada por la necesidad de tener cerca al otro, la búsqueda constante de su aprobación y afecto, así como la falta de autonomía e independencia emocional, la cuales están integradas por las siguientes dimensiones: a) Ansiedad por Separación: se refiere al miedo o la angustia que experimenta una persona cuando se separa de su pareja o de la persona a la que está

emocionalmente dependiente. La ansiedad por separación puede manifestarse en comportamientos como llamadas o mensajes constantes, o en la incapacidad de estar separados por períodos prolongados. b) Expresión afectiva: se refiere a la capacidad de una persona para expresar sus emociones y sentimientos de manera adecuada y saludable. En el contexto de la dependencia emocional, una persona puede tener dificultades para expresar sus emociones de manera equilibrada, lo que puede llevar a comportamientos emocionales excesivos y una necesidad constante de atención y afecto. c) Modificación de planes: se refiere a la tendencia de una persona dependiente emocionalmente a cancelar o modificar sus planes para estar con su pareja o con la persona a la que está emocionalmente vinculada. Esta tendencia puede ser un indicador de una falta de independencia y autoestima, así como de una excesiva dependencia de la otra persona. d) Miedo a la soledad: se refiere al miedo o la ansiedad que una persona puede sentir al estar sola o sin la presencia de su pareja o de la persona a la que está emocionalmente dependiente. La persona puede sentirse incompleta o insegura sin la presencia de la otra persona y puede tener dificultades para estar sola. e) Expresión límite: se refiere a la tendencia de una persona a establecer límites poco saludables en sus relaciones interpersonales. En el contexto de la dependencia emocional, una persona puede establecer límites poco claros o inconsistentes con la esperanza de mantener la relación, lo que puede llevar a una dinámica poco saludable y a comportamientos manipuladores. f) Búsqueda de atención: se refiere a la necesidad constante de una persona de atención y validación por parte de su pareja o de la persona a la que está emocionalmente dependiente. La persona puede buscar atención a través de comportamientos excesivamente posesivos, celosos o necesitados de la otra persona.

2.1.2.1. Dependencia emocional y su vinculación al género y violencia. La dependencia emocional implica un vínculo emocional excesivo, desadaptativo y disfuncional con la otra persona o pareja. Un individuo se considera dependiente también cuando percibe de manera negativa el equilibrio actual y pasado de su relación de pareja estable y , por lo tanto,

se plantea terminar con esta; sin embargo, no se siente capaz de hacer incluso ante ausencia de dependencia económica o amenazas de permanecer en ella (Macía et al., 2022). Estudios mencionan que las relaciones entre la dependencia emocional y el género de la pareja no es muy claro, algunos estudios han demostrado que los hombres muestran niveles más altos de dependencia emocional (Arbinaga et al., 2021), mientras que otros no encontraron diferencias claras entre los hombres y mujeres (Cañete y Novas, 2012).

Se sabe también que la dependencia emocional está involucrada y predispone al individuo a mostrar un comportamiento agresivo hacia la pareja (Ramos et al., 2020), el cual comúnmente es perpetrado por el sexo masculino (Agadullina et al., 2022). Dicha dependencia podría también retroalimentar la relación violenta mediante la tolerancia al abuso recibido y esto podría hacer mucho más difícil terminar la relación (Arbinaga et al., 2021). Ramos et al. (2020) reportaron que la mayoría de los jóvenes que reportaron ser víctimas de violencia en una relación por parte de la pareja, presentaron mayores indicadores de dependencia emocional. Se relaciona una deficiente habilidad de los individuos en la regulación emocional que ante eventos aversivos, aumenta la probabilidad de ejercer violencia, haciendo que este tenga un efecto de mantener la relación mediante el miedo o la incertidumbre de recibir daño o que la otra persona se dañe así mismo (Dimaggio et al., 2017; Macía et al., 2022; Ogilvie et al., 2014).

III. MÉTODO

3.1 Tipo de investigación

La investigación corresponde al enfoque cuantitativo (Hernández y Mendoza ,2018), la recolección de datos, el análisis de los datos y los resultados se presentarán en términos numéricos estadísticos. El diseño de la investigación fue no experimental puesto que la recolección de datos fue sin la intervención del investigador, de igual manera, la toma de muestra de las variables se realizó en un único momento por lo que el corte de la investigación fue transeccional. El presente estudio es de nivel correlacional, pues pretende determinar si las variables del estudio guardan relación entre sí.

3.2 Ámbito temporal y espacial

La investigación se realizó en Lima Metropolitana – Perú, durante los meses de enero a noviembre del 2023 y se recogieron los datos en los meses de mayo y junio en estudiantes universitarios de dos universidades pública y privada.

3.3 Variables de estudio

3.3.1 Apego

Definición conceptual. Es una necesidad biológica y evolutiva que se origina en la infancia y continúa en la edad adulta. El apego en adultos se caracteriza por buscar cercanía y seguridad emocional con una figura de apego, influyendo en el bienestar y la regulación emocionales (Bowlby, 1988).

Definición operacional de medida. El Apego se mide a través del Cuestionario Camir – R de Kaplan y Main (1986), con 32 ítems distribuidos en 3 dimensiones: estilo seguro, estilo precavido y estilo evitativo.

Tabla 1*Operacionalización de la variable apego*

Variables	Dimensiones	Ítems	Respuestas	Escala de medida
Apego	Estilo seguro	3, 6, 7, 11, 13, 21, 30	(1) Muy desacuerdo	Ordinal
	Estilo precavido	2, 5, 8, 9, 15, 16, 24	(2) En desacuerdo (3) Ni de acuerdo, ni en desacuerdo (4) De acuerdo	
	Estilo evitativo	1, 4, 10, 12, 14, 18, 20, 25, 26, 27, 31, 32	(5) Muy de acuerdo	

3.1.2. Dependencia emocional

Definición conceptual. Patrón de comportamiento en el cual una persona busca satisfacer sus necesidades emocionales a través de una relación interdependiente y desequilibrada. Esto involucra la necesidad constante de aprobación, afecto y proximidad, a expensas de la autonomía y la independencia emocional (Lemos y Londoño, 2014).

Definición operacional de medida. La dependencia emocional se mide a través de la Escala de Dependencia Emocional de Lemos y Londoño (2014), que consta de 20 ítems y que evalúan 6 dimensiones: ansiedad por separación, expresión afectiva, modificación de planes, miedo a la soledad, expresión límite, búsqueda de atención

Tabla 2*Operacionalización de la variable dependencia emocional*

Variab les	Dimensiones	Ítems	Respuestas	Escala de medida
Dependencia emocional	Ansiedad por separación	2, 6, 7, 8, 13, 15, 17	(1) Completamente falso de mí	Ordinal
	Expresión afectiva	5, 11, 12, 14	(2) Mayormente falso para mí	
	Modificación de planes	16, 21, 22, 23	(3) Ligeramente más verdadero que falso	
	Miedo a la soledad	1, 18, 19	(4) Moderadamente verdadero	
	Expresión límite	9, 10, 20	(5) Mayormente verdadero	
	Búsqueda de atención	3, 4	(6) Me describe perfectamente	

3.4 Población y Muestra

La población es un término que se refiere al total de unidades de estudio identificadas por el investigador, lo cual corresponde al total de número de casos de estudio, por lo que en la presente investigación se determinó trabajar con una población universitaria de Lima Metropolitana del año 2023 y para conocer el número real de estudiantes se necesitó el registro actualizado de las universidades de Lima Metropolitana y al ser dicha información de carácter privado en algunos casos, se determina una población infinita. Asimismo, para seleccionar y perfilar la muestra en la cual se realizó el estudio (Hernández y Mendoza, 2018).

La muestra es un término que refiere a un subconjunto o un subgrupo cuya finalidad es la de representar a la población de estudios, que, por cuestiones metodológicas, de recursos, etc. No se puede realizar en la población total, para el presente estudio se realizó un muestreo no probabilístico por conveniencia, pues debido a la naturaleza del estudio es el investigador que trabajará con un número determinado en base a las características que presenta el estudio (Hernández y Mendoza, 2018), por lo que, se determinó que la muestra la conforman 250 estudiantes universitarios de pregrado de universidades públicas y privadas de Lima

Metropolitana, matriculados en el año académico 2023. Para ello se consideraron como criterios de inclusión a los estudiantes que respondan con un *Sí* el consentimiento informado en el formulario virtual. Se excluyeron a los universitarios que desistieron participar voluntariamente.

3.5. Instrumentos

En cuanto a la recolección de los datos se trabajó con instrumentos de medición documentaria pues los mismos permiten la obtención de la información necesaria sobre las variables de estudio (Hernández y Mendoza, 2018) por lo cual se utilizaron los siguientes instrumentos:

3.5.1. Cuestionario Camir – R de Kaplan y Main

Este instrumento está creado para medir el apego y cómo este se da en adultos según estilos que se configuran en ellos, fue creado originalmente por Kaplan y Main y parte de una entrevista diagnóstica *Adult Attachment Interview* elaborado en 1985, el cual fue posteriormente adaptado por el equipo de Balluerka et al., 2011 para posteriormente ser reducido pues la versión original presenta 111 preguntas, la adaptación y reducción fue realizada por Gómez en el año 2012, dicho instrumento es una escala Likert de 1 a 5 puntos directos, los cuales corresponden a las afirmaciones de totalmente en desacuerdo, hasta, totalmente de acuerdo, cuyo puntaje total es calificado directamente donde en una escala general de 0 a 40 presenta un nivel bajo de apego, en cuanto a 41 a 90 puntos presenta un nivel medio y de 91 a 160 presenta un nivel alto de apego, asimismo para sus dimensiones.

En cuanto a los valores psicométricos, el cuestionario presenta evidencias de fiabilidad y validez realizadas por Noblega y Traverso (2013) por estimación de la consistencia interna cuyo coeficiente fue aceptable ($\alpha = .77$), también reportaron la confiabilidad a través del test-retest con valores que fluctuó de .60 a .85. Los autores realizaron el análisis factorial

exploratorio con un valor de KMO de .954 lo que indica un ajuste óptimo con un valor de significancia de la prueba esfericidad de Bartlett ($\chi^2(372) = 124$; $p < .001$), confirmando así, según los autores, una estructura de 5 dimensiones que explica el 61% de la varianza. En cuanto a las propiedades psicométricas más recientes, Espichán y Dorival (2021) evaluaron el comportamiento psicométrico del *CaMiR-R* reportando índices de ajuste realizados mediante análisis factorial confirmatorio, esto es, CFI de .91, de TLI de .89, de GFI de 90, de RMSEA de .90 y SRMR de .58, valores que concluyen que el instrumento presenta validez estructural, asimismo, en cuanto al análisis de confiabilidad reportan valores generales obtenidos mediante consistencia interna ($\alpha = .87$; $\omega = .88$), por lo que, concluyen que el instrumento presenta propiedades psicométricas en población peruana y baremación en adultos y jóvenes peruanos.

Asimismo, para el presente estudio se evidenció la validez por Análisis Factorial Exploratorio con un valor de KMO de .872 lo que indica una medida de idoneidad adecuada con un valor de esfericidad de Bartlett ($\chi^2(496) = 22188$; $p < .001$), asimismo, se obtuvo una confiabilidad adecuada por consistencia interna ($\alpha = .96$; $\omega = .98$), concluyendo así, que el instrumento *CaMiR-R* presenta evidencias de validez y confiabilidad adecuados.

3.5.2. Cuestionario de Dependencia Emocional de Lemos y Londoño

Este instrumento mide los niveles de dependencia emocional presentes en adolescentes y adultos, fue creado originalmente por los autores Lemos y Londoño (2006) en Colombia, dicho instrumento es de tipo Likert con 6 opciones de respuesta los cuales son puntuados de 1 a 6 puntos directos, los cuales corresponden a las afirmaciones de; completamente falso de mí, hasta, Me describe perfectamente. Por lo que la puntuación directa son las mismas que establecen los niveles obtenidos que van desde bajo puntuaciones menores a 49, nivel medio que va de puntuaciones de 50 a 85 y finalmente un nivel alto con puntuaciones mayores a 86, asimismo, el instrumento presenta valores de confiabilidad y validez obtenidos por los propios

autores los cuales fueron mediante consistencia interna ($\alpha = .92$), para la validez se utilizó el método de KMO con un valor de .954. asimismo, presenta una adaptación al Perú por Casaretto, (2016) quien determinó su confiabilidad con el análisis de la consistencia interna ($\alpha = .847$), también presento su valor de Validez realizada con el análisis de KMO con un valor de .834. Finalmente, el instrumento reporta propiedades psicométricas recientes en Vargas et al. (2020) donde estimaron una confiabilidad mediante coeficiente de consistencia interna Alfa de Cronbach con un valor general de .94 y evidencias validez reportada mediante juicio de expertos con valores que incluyen las dimensiones, así como el nivel general que oscila en un rango de .60 a 1.0.

Asimismo, para el presente estudio se evidenció la validez a través del Análisis Factorial Exploratorio con un valor de KMO de .930 lo que indica una medida de idoneidad adecuada con un valor de esfericidad de Bartlett ($\chi^2(253) = 11870; p < .001$), asimismo, se estimó la confiabilidad por consistencia interna ($\alpha = .984; \omega = .987$), concluyendo así, que el Cuestionario de dependencia emocional presenta validez y confiabilidad adecuados.

3.6 Procedimientos

En una primera instancia se virtualizó los instrumentos de recolección de datos mediante Google Forms. Se contactó e identificó grupos de WhatsApp de estudiantes universitarios de dos universidades de Lima Metropolitana. Se envió los instrumentos a los grupos de WhatsApp identificados. Se realizó la presentación del tema de investigación, los objetivos y se agradeció la participación de los estudiantes. Asimismo, se hizo uso de la extensión de Google Forms que notifica al participante en caso de haber omitido alguna pregunta y así este decidirá a conciencia si desea responderlo u omitirlo. Se dejó una última pregunta de llenado a modo de recibir comentarios en caso haya algo del cuestionario o dudas ocurridas en el proceso para poder subsanarlo o tenerlo en cuenta.

Una vez obtenidos los datos necesarios se procedió a cerrar el cuestionario virtual. Se descargaron los datos en hoja de cálculo Excel, después, se trabajó la base de datos y se reemplazó los valores cualitativos por cuantitativos para el análisis mediante el Software IBM SPSS mediante la codificación respectiva.

3.7 Análisis de datos

Para el análisis de los datos se empleó el software de hoja de cálculo de Excel de Microsoft del cual se exportó los datos al software estadístico de IBM SPSS en el cual se analizó la estadística descriptiva a través de frecuencia, asimismo, se realizó exploración de prueba de normalidad, posteriormente, se realizó el análisis inferencial mediante el coeficiente de correlación de Rho de Spearman, puesto que los datos no presentaban normalidad.

3.8 Consideraciones éticas

En cuanto a las consideraciones que se tomaron en cuenta para la realización del presente estudio en relación a la ética y moral del investigador se trabajó bajo el capítulo 3 en los artículos 22 al 27 consignados en el Código de ética y deontología del Colegio de Psicólogos del Perú (2019) que en síntesis conmina al investigador a cumplir ciertos criterios como el respeto a la dignidad humana la investigación prosiguió el trabajo bajo consentimiento informado, el mismo que abordó informar sobre los objetivos y métodos del estudio, asimismo, se protegió la privacidad de los datos proporcionados y la confidencialidad de las personas que integren el estudio, así como, trabajar bajo el respeto de libre decisión sobre continuar o no del estudio, preservando también la dignidad de los participantes, de igual forma, el trabajo fue elaborado en su integridad con honestidad, sin la manipulación deliberada de los resultados o procesos establecidos, también se trabajó bajo la transparencia sin compromisos o interés personales o de terceros, finalmente, se cumplió con respetar la responsabilidad social que tiene el investigador en cuanto al impacto que el estudio pueda generar en la sociedad.

IV. RESULTADOS

4.1 Resultados descriptivos

Se presentan los resultados obtenidos como respuesta al primer objetivo específico el cual consistió en identificar los niveles de dependencia emocional y dimensiones. En la Tabla 3, se observa que el 62% de los encuestados presenta una dependencia emocional de nivel medio, mientras que cerca del 20% reportaron niveles altos de dependencia emocional. Con respecto al primer componente, el 80% presentó ansiedad por separación de nivel medio y el 19.6% de participantes reportaron un nivel bajo. Prosiguiendo con el segundo componente, el 80.4% presentó una expresión afectiva de pareja de nivel medio. En el tercer componente, el 82.4% presenta una modificación de planes de nivel medio. En la cuarta dimensión, se obtuvo nivel medio en miedo a la soledad (77.6%) y cerca del 23% reportaron niveles bajos. Con respecto a la quinta dimensión, se halló que el 75.6% de los participantes presentaron un nivel medio de expresión límite. Finalmente, el 57.6% presenta un nivel medio de búsqueda de atención y el 16.8% mostraron niveles altos.

Tabla 3*Niveles obtenidos de la variable dependencia emocional y dimensiones*

Variable	Categoría	<i>f</i>	%
Dependencia emocional	Alto	48	19.2
	Medio	155	62
	Baja	47	18.8
Ansiedad de separación	Alto	1	0.4
	Medio	200	80
	Baja	49	19.6
Expresión afectiva de pareja	Medio	201	80.4
	Baja	49	19.6
	Medio	206	82.4
Modificación de planes	Baja	44	17.6
	Medio	194	77.6
Miedo a la soledad	Baja	56	22.4
	Medio	189	75.6
Expresión límite	Baja	61	24.4
	Alto	42	16.8
Búsqueda de atención	Medio	144	57.6
	Baja	64	25.6

Se observa en la tabla 4, los niveles reportados por los participantes en función de los puntajes obtenidos tanto en la escala principal, como también, en sus respectivos componentes. En la escala total: apego, se reportaron niveles altos en 65.2% de los participantes. Con respecto al estilo de apego seguro, el 60% los participantes reportaron niveles medios, mientras que el 20% de personas reportaron niveles altos, como también, niveles bajos. Con respecto al estilo precavido, el mayor porcentaje (61.2%) presentaron niveles medios. De la misma manera, con respecto al estilo evitativo, en su mayoría (61.2%) presentan nivel medio, seguido de un 20.4% que reportaron niveles bajos.

Tabla 4*Niveles obtenidos de la variable apego y dimensiones*

Variable	Categoría	<i>F</i>	%
Apego	Alto	163	65.2
	Medio	87	34.8
Estilo seguro	Alto	50	20
	Medio	150	60
	Bajo	50	20
Estilo precavido	Alto	49	19.6
	Medio	153	61.2
	Bajo	48	19.2
Estilo evitativo	Alto	46	18.4
	Medio	153	61.2
	Bajo	51	20.4

4.2 Resultados correlacionales

Previo al análisis de correlación se realizó la prueba para evaluar el supuesto de normalidad en la muestra constituida para 250 encuestados. Para ello, se realizó la prueba de Kolmogórov-Smirnov con la corrección de significación de Lilliefors, tal y como se observa en la Tabla 5, se aprecia para ambas variables principales y sus respectivas dimensiones un valor de significancia (*p*) de .000, indicando así, que no se cumple el supuesto de normalidad en los datos pues son menores al valor de Sig. de .05, por lo tanto, las pruebas estadísticas inferenciales estuvieron bajo la óptica no paramétrica.

Tabla 5*Prueba de normalidad del apego, dependencia emocional y sus dimensiones respectivas*

Variables de estudio	Kolmogórov-Smirnov	
	K-S	<i>p</i>
Apego	.134	.000
Seguro	.189	.000
Evitativo	.194	.000
Precavido	.129	.000
Dependencia emocional	.130	.000
Ansiedad por separación	.188	.000
Expresión afectiva	.211	.000
Modificación de planes	.196	.000
Miedo a la soledad	.187	.000
Expresión límite	.157	.000
Búsqueda de atención	.263	.000

En la Tabla 6 se observa que los resultados obtenidos a través del estadístico no paramétrico de Rho de Spearman con un valor de Sig. de .000 se evidencia que la correlación es estadísticamente significativa y con un valor de coeficiente de correlación de .941 se evidencia una relación de dirección directa y de magnitud alta, así como también, el coeficiente de determinación indica un efecto grande.

Tabla 6*Correlación entre el apego y la dependencia emocional*

Apego	Dependencia emocional		
	Rho	R ²	<i>p</i>
	.941	.885	.000

Prosiguiendo, en la tabla 7, se aprecia las correlaciones entre las dimensiones del apego y la dependencia emocional; es posible visualizar que todas las correlaciones se muestran con una intensidad alta, de tendencia positiva y son estadísticamente significativas. Asimismo, se muestra que la menor correlación se encuentre en la relación estilo evitativo y dependencia

emocional ($r = .833$; $p = .000$), lo cual sugiere que a medida que aumente los puntajes en esta dimensión, también acrecentará los puntajes de la dependencia emocional, asimismo, el coeficiente de determinación (R^2) señala un efecto grande. Por otro lado, la correlación de mayor coeficiente se encuentra en el estilo seguro y la dependencia emocional ($r = .957$; $p = .000$), lo que sugiere que un aumento en la puntuación de dicha dimensión acrecentará la puntuación obtenida en la dependencia emocional, de la misma manera, se evidencia un tamaño de efecto grande.

Tabla 7

Correlación entre las dimensiones del apego y la dependencia emocional

	Dependencia emocional		
	<i>Rho</i>	<i>R</i> ²	<i>p</i>
Estilo seguro	.933	.870	.000
Estilo evitativo	.833	.689	.000
Estilo precavido	.840	.710	.000

Finalmente, en la tabla 8, se muestran todas las correlaciones entre el apego y las distintas dimensiones de la dependencia emocional; nótese, a primera vista, que todos los coeficientes de correlación son de tendencia positiva o directa, con intensidades que se podría clasificar como altas y son estadísticamente significativas. En primer lugar, resaltamos que el coeficiente de correlación más bajo se presentó en el par apego y el componente expresión afectiva ($r = .902$; $p = .000$), lo cual sugiere que un aumento en el puntaje de apego predice un aumento en los puntajes de expresión afectiva, así mismo, es notorio un tamaño de grande. Por otro lado, la correlación más alta, se ubica entre el apego y el miedo a la soledad ($r = .954$; $p = .000$) mostrándose que a medida que haya un incremento en el puntaje de apego, el miedo a la soledad también incrementa, de la misma manera, es posible apreciar que el tamaño de efecto es grande.

Tabla 8

Correlación entre el apego y las dimensiones de la dependencia emocional

	Apego		
	<i>Rho</i>	<i>R</i> ²	<i>p</i>
Ansiedad por separación	.939	.881	.000
Expresión afectiva	.902	.813	.000
Modificación de planes	.939	.881	.000
Miedo a la soledad	.954	.910	.000
Expresión límite	.917	.840	.000
Búsqueda de atención	.942	.888	.000

V. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

En relación con el objetivo general la evidencia empírica demostró que coexiste correlación entre el apego y la dependencia emocional, dicha relación es directa y positiva en cuanto a la dirección y alta de acuerdo con la magnitud ($p = .000$ y $rho = .941$), en base a lo hallado, y en relación con los antecedentes citados en el estudio, se evidencia que el apego guarda relación en cuanto a dirección, pero no en magnitud con la dependencia emocional, dentro de los estudios de; Maguiña y Palma (2021) pues en dicho antecedente menciona un grado de magnitud bajo ($p = .000$ y $rho = .255$); así como también, es similar a lo reportado en Salazar y Sotelo (2021), Achina (2021), Deluque et al. (2021) y Valle y De la Villa (2018), el cual muestra, en el primer estudio, una relación mucho más cercana ($p = .000$ y $r = .641$), mientras que los otros tres estudios reportaron asociación entre los niveles de dependencia y apego estadísticamente significativa ($p < .001$). Estos resultados implican que los estudiantes universitarios que presentan un apego más fuerte, tienden a experimentar una mayor dependencia emocional hacia sus parejas o figuras de apego, por lo que pueden mostrar una necesidad constante de la aprobación y afecto de los demás, así como una falta de autonomía e independencia emocional, dicha situación se convierte en una dependencia emocional la que puede estar relacionada con experiencias pasadas de abandono o negligencia, así como con factores culturales y sociales que valoran la unión y la dependencia en las relaciones interpersonales, por lo que, a mayor apego de modo disfuncional este puede generar una mayor dependencia emocional en el ámbito académico (Kaplan y Main, 1986; Lemos y Londoño, 2006).

De igual manera, en referencia al primer objetivo específico, la evidencia empírica demuestra que coexiste correlación entre el estilo seguro y la dependencia emocional, dicha relación es directa en cuanto a la dirección y muy alta de acuerdo a su magnitud ($p = .000$ y $rho = .933$), en base a lo hallado y en relación a los antecedentes citados en el estudio, por ejemplo,

Hernández y Cáceda (2021) reportan que el estilo seguro guarda una relación inversa en cuanto a su dirección alta en cuanto a su magnitud ($p = .000$ y $rho = - .836$), de igual manera, Barreto y Rodríguez (2019) reportan que el estilo seguro no guarda una relación con la dependencia emocional ($p = .62$ y $rho = - .079$), teóricamente los resultados infieren que el apego seguro proporciona una base segura desde la cual los estudiantes universitarios pueden enfrentar los desafíos académicos, pues al tener una percepción positiva de sí mismos y de los demás, teniendo así sus necesidades emocionales satisfechas, por lo que la dependencia emocional implica que las personas con un estilo de apego seguro pueden experimentar un mayor grado de dependencia emocional en sus relaciones, a razón de que confiarse en que sus necesidades emocionales serán satisfechas por su pareja o figura de apego, lo que, puede llevar a una mayor necesidad de cercanía y aprobación, por lo que a mayores niveles de apego seguro en universitarios también se evidencian niveles promedio de dependencia (Kaplan y Main, 1986; Lemos y Londoño, 2006).

Asimismo, en referencia al segundo objetivo específico, la evidencia empírica demuestra que coexiste correlación entre el estilo precavido y la dependencia emocional, dicha relación es directa en cuanto a la dirección y se caracteriza por tener una magnitud alta ($p = .000$ y $rho = .840$), en base a lo hallado y, en relación a los antecedentes citados en el estudio, se evidencia que el estilo guarda relación en cuanto a dirección, así como también, en magnitud con la dependencia emocional, dentro de los estudios de Hernández y Cáceda (2021) pues en dicho antecedente menciona un grado de magnitud alto ($p = .000$ y $rho = .854$); no obstante, los resultados de Barreto y Rodríguez (2019) mencionaron que el estilo precavido no guarda relación con la dependencia emocional ($p = .204$ y $rho = .047$). Teóricamente los resultados infieren que el estilo de apego precavido el cual se caracteriza por la minimización de la importancia de las relaciones interpersonales y la evitación de la intimidad emocional, que en la persona puede implicar dificultades para expresar sus emociones de manera equilibrada,

llevándolos a buscar constantemente la aprobación y el afecto de los demás, en este contexto, las personas con este estilo de apego son especialmente propensas a depender emocionalmente de sus parejas o figuras de apego. Su miedo a que sus necesidades emocionales no sean satisfechas los lleva a buscar constantemente la aprobación y el afecto de los demás, lo que puede resultar en una falta de autonomía e independencia emocional, por lo que, a más altos niveles de apego precavido, serán también más altos los niveles presentes en los estudiantes de dependencia emocional (Kaplan y Main, 1986; Lemos y Londoño, 2006).

De igual manera, en referencia al tercer objetivo específico, las evidencias empíricas demuestran que coexiste correlación entre el estilo evitativo y la dependencia emocional, dicha relación es directa en cuanto a la dirección y muy alta de acuerdo a su magnitud ($p = .000$ y $rho = .833$), en base a lo hallado y en relación a los antecedentes citados en el estudio, se evidencia que el estilo guarda relación en cuanto a dirección, pero no en magnitud con la dependencia emocional, dentro de los estudios de; Hernández y Cáceda (2021) pues en dicho antecedente menciona un grado de magnitud bajo ($p = .000$ y $rho = .384$); de igual manera, los resultados de Barreto y Rodríguez (2019) mencionaron que el estilo precavido guarda relación directa en cuanto a su dirección y de nivel muy bajo en cuanto a su magnitud con la dependencia emocional ($p = .000$ y $rho = .171$). Estos los resultados sugieren que el estilo de apego evitativo, el cual se caracteriza por minimizar la importancia de las relaciones interpersonales y evitar la intimidad emocional, donde la persona presenta una visión positiva de sí mismas pero una visión negativa de los demás, evitando así el contacto emocional que puede traer dificultades para expresar y enfrentar sus propias emociones, por lo que, las personas con estilo de apego evitativo pueden manifestar una necesidad constante de atención y afecto, a pesar de su tendencia a evitar la intimidad emocional, llevándolos a una dinámica poco saludable en la cual buscan la aprobación y el afecto de los demás, pero al mismo tiempo tienen dificultades para establecer vínculos emocionales profundos, características que influyen en la respuesta al

apego evitativo, puesto que pueden presentar una tendencia a evitar buscar apoyo emocional para enfrentar los desafíos académicos de manera independiente, es justamente esa falta de búsqueda ayuda o recursos externos, aumentando así sus niveles de dependencia emocional en medida que también el apego sea mayor en los estudiantes universitarios (Kaplan y Main, 1986; Lemos y Londoño, 2006).

Prosiguiendo, con respecto al último objetivo específico donde se exploró las relaciones entre las dimensiones de la dependencia emocional y el apego, los resultados fueron congruentes y similares a los reportados en Maguiña y Palma (2021) y Barreto y Rodríguez (2019), los cuales, refieren correlaciones positivas, aunque se difiere en la intensidad del coeficiente. Esto se podría entender de la mano de la teoría, dado que aquellas personas que muestran niveles de apego hacia una persona o una relación tienen altas probabilidades de experimentar reacciones de ansiedad o angustia, así como también, experimentan miedo al abandono, llevándolos a modificar patrones conductuales, estilos de vida y de planes para mantener a la persona mediante formas de conducta que sugieran la llamada de atención, cambios en la expresión de afectos, pudiendo ser excesivas y provocando, posiblemente, mucho más rechazo de la pareja (Martínez et al., 2015; Cantón y Cortés; 2019).

Asimismo, es importante recalcar que se encontró indicadores de presencia de niveles altos y medios en lo que respecta a la dependencia emocional, siendo esto del 81.2% de los participantes, tales resultados son compatibles con los reportado por Barreto y Rodríguez (2019), así como también, en Hernández y Cáceda (2021), dado que, aunque en distintas proporciones, tales niveles de presencia del fenómeno están y se muestran en la mayoría de participantes, sugiriendo, la presencia de las posibles consecuencias problemáticas de la dependencia emocional en los estudiantes universitarios, esto es, problemas a nivel de

relaciones sociales e íntimas, problemas con la regulación emocional e impulsividad, etc (Momeñe et al., 2021).

En los estudios de Maguiña y Palma (2021) y Barreto y Rodríguez (2019) se reportaron la presencia mayoritaria de participantes que presentaban apegos del tipo precavido y evitativo, ello también, va en congruencia con lo hallado, dado que, los resultados muestran que la mayoría de los participantes se encuentran entre los niveles medio y alto de apego evitativo y precavido. Por lo que se refuerza mucho más la relación ya estimada en los párrafos anteriores donde las experiencias emocionales infantiles con los primeros congéneres con quienes se socializa tienen un efecto en cómo interactuará el sujeto afectivamente en su presente y, por lo tanto, si es vulnerable a los riesgos psicosociales o psicopatologías ya mencionadas.

Finalmente, las limitaciones presentes en el estudio fueron de índole burocrático pues no se contó con el acceso a una base de datos oficial que permita conocer el número oficial de estudiantes para trabajar bajo un índice de confianza y así poder extrapolar los resultados obtenidos en la muestra a la población de estudio por lo que no se pueden generalizar los datos. Asimismo, las implicancias del estudio consisten en que teóricamente se validó las teorías que explican dichas variables, permitiendo así explicar los resultados del estudio, asimismo, los resultados implica que se debe tomar acción para mejorar la salud de los estudiantes universitarios a vista de los resultados que muestran una tendencia a mayores niveles de dependencia emocional, de igual manera, metodológicamente los instrumentos cumplieron eficazmente en la medición de las variables por lo que futuros investigadores podrán también utilizarlos en la misma población de estudio.

VI. CONCLUSIONES

- 6.1 Se encontró correlación directa estadísticamente significativa entre el Apego y la Dependencia Emocional en jóvenes universitarios de Lima Metropolitana.
- 6.2 Se identificó que a nivel general la dependencia emocional es de nivel medio, la ansiedad por separación es de nivel medio, la expresión afectiva es de nivel medio, la modificación de planes es de nivel medio, el miedo a la soledad es de nivel medio, la expresión límite es de nivel medio y la búsqueda de atención es de nivel medio.
- 6.3 Se identificó que a nivel general el apego es de nivel alto, el estilo seguro es de nivel medio, el estilo precavido es de nivel medio y el estilo evitativo es de nivel medio.
- 6.4 Se encontró correlaciones estadísticamente significativas entre las dimensiones del apego, es decir, seguro, evitativo y precavido, y la dependencia emocional en jóvenes universitarios de Lima Metropolitana.
- 6.5 Se encontró correlaciones estadísticamente significativas entre las dimensiones de la dependencia emocional, es decir, ansiedad por separación, expresión afectiva, modificación de planes, miedo a la soledad, expresión límite, búsqueda de la atención, y el apego en jóvenes universitarios de Lima Metropolitana.

VII. RECOMENDACIONES

- 7.1 Implementar intervenciones y programas que promuevan estrategias de afrontamiento saludables, el apoyo emocional y social, el desarrollo de la autonomía emocional y la sensibilización sobre la dependencia emocional de cómo el mismo puede perjudicar no solo a su rendimiento académico, sino, a sus relaciones interpersonales dentro del contexto académico, puesto que estas acciones de sensibilización podrían ayudar a los estudiantes a ser conscientes de los diversos problemas que puede acarrear la dependencia emocional, incentivándolos así a manejar de manera más efectiva las demandas y presiones del entorno académico y mejorar su bienestar emocional en general.
- 7.2 Promover y fortalecer el desarrollo de los diferentes estilos de apego en los estudiantes universitarios como una estrategia para mejorar su capacidad para enfrentar la dependencia emocional y reducir la dependencia emocional, la misma que puede lograrse a través de programas de apoyo emocional, talleres de habilidades socioemocionales y la educación sobre los beneficios del apego seguro en el ámbito académico, así como, diseñar e implementar intervenciones dirigidas a estudiantes universitarios con un estilo de apego específico, con el objetivo de fortalecer la autoestima, promover habilidades de expresión emocional equilibrada y fomentar relaciones interpersonales saludables, las mismas que pueden incluir estrategias para mejorar la autoestima, regulación emocional, habilidades de comunicación y programas de entrenamiento en afrontamiento y gestión de la dependencia emocional.
- 7.3 Fomentar la participación de talleres e intereses en la formación socioemocional dentro de la formación académica, puesto que la misma tendrá repercusión en las relaciones interpersonales de futuros trabajos que no solo le permitan establecer relaciones favorables, sino, también manejar el estrés en contextos de trabajo e incluso personal.

Referencias

- Achina, J. (2021). *Dependencia emocional y estilos de apego durante las relaciones de noviazgo en jóvenes universitarios, 2021* [Trabajo de licenciatura, Universidad Central del Ecuador]. <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/25568>
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.)*. DSM-V.
- Amor, P., Echeburúa, E. Camarillo, L., Ferre, B. y Zubizarreta, I. (2022). Dependencia emocional y maltrato en mujeres víctimas de violencia contra la pareja. *Psicología Conductual*. 30(1) 291-307 <https://doi.org/10.51668/bp.8322115s>
- Barreto, M. y Rodríguez, F. (2019). *Apego y dependencia emocional en estudiantes universitarios de la provincia de Santa* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/40301>
- Bartholomew, K. y Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of personality and social psychology*, 61(2), 226–244.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Attachment (Vol. 1)*. Hogarth Press.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Clinical applications of attachment theory*. Routledge.
- Brennan, K., Clark, C. y Shaver, P. (1998). *Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview*. In J. A. Simpson y W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 46-76). Guilford Press.
- Cantón, D. y Cortés, A. (2019). Dependencia emocional en la relación de pareja: una revisión sistemática. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 10(1), 68-81.

- Casaretto, A. (2016). *Adaptación del cuestionario de dependencia emocional en estudiantes de 12 a 18 años del distrito de Comas, Lima 2016* [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/1119>
- Colegio de Psicólogos del Perú. (2018). *Código de ética y deontología del Colegio de Psicólogos del Perú*. <https://www.cpp.org.pe/sobre-nosotros/codigo-de-etica>
- Cortés, A. (2018). Dependencia emocional y calidad de las relaciones de pareja: Un estudio empírico. *Universitas Psychologica*, 17(5), 1-13.
- Del Castillo Arreola, A., Díaz, M. E. H., Palencia, A. R., y Hoyos, S. I. (2015). Violencia en el noviazgo y su relación con la dependencia emocional pasiva en estudiantes universitarios. *Psicumex*, 5(1), 8-18. <https://doi.org/10.36793/psicumex.v5i1.248>
- Deluque, C., Hurtado, R. y Loaiza, G. (2021). *Apego y dependencia emocional en población joven* [Tesis de licenciatura, Universidad Cooperativa de Colombia]. <http://hdl.handle.net/20.500.12494/43538>
- Díaz, R., Rivera, S. y Reyes, I. (2020). Estilos de apego en estudiantes universitarios mexicanos: Un estudio exploratorio. *Salud Mental*, 43(3), 95-102. <https://doi.org/10.17711/SM.0185-3325.2020.012>
- Espichán, C. y Dorival, V. (2021). Propiedades psicométricas del cuestionario de apego CaMir-R, en una comunidad adventista del distrito de Chorrillos - Lima, 2021 [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/76705>

- Estévez, A., Chávez, M., Momeñe, J., Olave, L., Vásquez, D. y Iruarrizaga, I. (2018). El papel de la dependencia emocional en la relación entre el apego y la conducta impulsiva. *Anales de Psicología*, 34(3). <https://doi.org/10.6018/analesps.34.3.313681>
- Gobierno del Perú. (2019). *Minedu y el Minsa trabajan con 21 universidades públicas en el cuidado de la salud mental*. Nota de prensa. <https://www.gob.pe/institucion/minedu/noticias/52741-minedu-y-el-minsa%20trabajan-con-21-universidades-publicas-en-el-cuidado-de-la-salud-mental>
- Gobierno Nacional del Perú. (2022). *Dependencia emocional en parejas, familiares y amigos*. Nota de prensa. <https://www.gob.pe/institucion/hospitalloayza/noticias/583478-salud-mental-cuidado-con-la-dependencia-emocional-en-parejas-familiares-y-amigos>
- Guamán, M. y Maldonado, P. (2021). *Violencia y Dependencia Emocional en relaciones de pareja de adultos jóvenes en dos ciudades de Ecuador* [Tesis de licenciatura, Universidad Central del Ecuador]. <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/22700>
- Hazan, C. y Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of personality and social psychology*, 52(3), 511–524.
- Hazan, C., y Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of personality and social psychology*, 52(3), 511-524.
- Hernández, A., Díaz, J., Fernández, L., Pérez, A. y Buena, G. (2021). Attachment styles and psychopathological symptoms in a sample of Spanish adults during COVID-19 confinement. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(4), 1684. <https://doi.org/10.3390/ijerph18041684>

- Hernández, R., y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación, Las rutas Cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw Hill.
- Hernández, S. y Cáceda, J. (2021). *Estilos de apego y dependencia emocional en jóvenes estudiantes de una Universidad de Cajamarca, 2021* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo].
<http://repositorio.upagu.edu.pe/handle/UPAGU/1992>
- Islas, A., Romero, A., Rivera, S., y del Castillo, A. (2017). Depresión, estilos de apego y elección de pareja en adolescentes y jóvenes de Pachuca, Hidalgo. *Psicología Iberoamericana*, 25(1), 41–48.
- Johnson, S. (2018). *Attachment theory in practice: Emotionally focused therapy (EFT) with individuals, couples, and families*. Guilford Press.
- Kaplan, N. y Main, M. (1986). *Adult Attachment Interview. Unpublished manuscript*, University of California, Berkeley.
- Lemos, M. y Londoño, N. (2014). Dependencia emocional: ¿trastorno de personalidad o patrón de comportamiento? *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 43(4), 252-258.
- 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.
- Lemos, V. y Londoño, N. H. (2009). Dependencia emocional en la relación de pareja: desarrollo de un cuestionario. *Psychologia: Avances de la Disciplina*, 3(1), 47-61.
- López, J., Inmaculada, C. y Fernández, C. (2006). Dependencia emocional: Concepto, evaluación e implicaciones terapéuticas. *Clínica y Salud*, 17(2), 109-128.

- Maguiña, Y. y Palma, A. (2021). *Estilos de apego y dependencia emocional en estudiantes universitarios de Huaraz* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/60470>
- Main, M., Goldwyn, R., y Hesse, E. (2002). Adult attachment scoring and classification system. Unpublished manuscript, University of California, Berkeley.
- Martínez-Álvarez, J. L., Fuertes-Martín, A., Orgaz-Baz, B., Vicario-Molina, I., y González-Ortega, E. (2015). Vínculos afectivos en la infancia y calidad en las relaciones de pareja de jóvenes adultos: el efecto mediador del apego actual. *Psicología Evolutiva y de La Educación*, 30(1), 211–220. <https://doi.org/10.6018/ANALES.30.1.135051>
- Martínez, M., Granados, G. y Pérez, M. (2015). La dependencia emocional en estudiantes universitarios: un estudio exploratorio. *Revista Internacional de Investigación en Adicciones*, 1(1), 10-22.
- Mikulincer, M. y Shaver, P. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. Guilford Press.
- Mikulincer, M., Shaver, P. y Pereg, D. (2019). Attachment theory and emotions in close relationships: Exploring the attachment-related dynamics of emotional reactions to relational events. *Frontiers in Psychology*, 10, 2468. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02468>
- Moeti, M., Gao, G. F., y Herrman, H. (2022). Global Pandemic Perspectives: public health, mental health, and lessons for the future. *The Lancet*, 400(10353), e3-e7. [https://doi.org/10.1016/s0140-6736\(22\)01328-9](https://doi.org/10.1016/s0140-6736(22)01328-9)

- Momeñe, J., Estévez, A., Pérez-García, A. M., Jiménez, J., Chávez-Vera, M. D., Olave, L., y Iruarrizaga, I. (2021). El consumo de sustancias y su relación con la dependencia emocional, el apego y la regulación emocional en adolescentes. *Revista de Investigación En Psicología*, 37(1), 121–132. <https://doi.org/10.6018/ANALESPS.404671>
- Nóblega, M. y Traverso, P. (2013). Confiabilidad y validez de constructo del autocuestionario de modelos internos de relaciones de apego adulto, CaMir. *Pensamiento, Accionar e Investigación de lo Psicológico*, 11(1), pp. 7-25. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80127000008>
- OMS. (2020). *Los servicios de salud mental se están viendo perturbados por la COVID-19 en la mayoría de los países*. <https://www.who.int/es/news/item/05-10-2020-covid-19-disrupting-mental-health-services-in-most-countries-who-survey>
- Oyarzún, K. y Rojas, G. (2020). Apego adulto en estudiantes universitarios chilenos: Estudio descriptivo de su distribución y correlatos. *Revista de Psicología*, 29(1), 29-48. <https://doi.org/10.5354/0719-0581.2020.57825>
- Paiva, T. T., Da Silva, K., y Cavalcanti, J. G. (2022). Abuso psicológico, autoestima e dependência emocional de mulheres durante a pandemia de COVID-19. *Ciencias Psicológicas*. <https://doi.org/10.22235/cp.v16i2.2257>
- Price, J. y Murnan, J. (2004). Research Limitations and the Necessity of Reporting Them. *American Journal of Health Education*, 35, 66-67.
- Rocha, B., Umbarila, J., Meza, M. y Riveros, F. (2019). Estilos de apego parental y dependencia emocional en las relaciones románticas de una muestra de jóvenes y

- adultos universitarios en Colombia. *Diversitas*, 15(2), 285–299.
<https://doi.org/10.15332/22563067.5065>
- Salazar, S. y Sotelo, A. (2021). *Influencia del apego adulto sobre la dependencia emocional en las relaciones de pareja de estudiantes universitarios* [Tesis de licenciatura, Universidad San Ignacio de Loyola]. <https://repositorio.usil.edu.pe/handle/usil/11737>
- Valle, L. y Moral, 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://doi.org/10.23923/j.rips.2018.01.013>
- Vargas, N., Guerra, R., y Moreno, M. (2020). Propiedades psicométricas del cuestionario de dependencia emocional (CDE) en estudiantes universitarios. *UCV Hacer*, 9(3), 108–116. <https://doi.org/10.18050/RevUCVHACER.v9n3a11>
- Yoplac, V. (2021). *Dependencia emocional y apego adulto en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana* [Tesis de Bachiller, Pontificia Universidad Católica del Perú]. <http://hdl.handle.net/20.500.12404/17850>
- YouGov. (2020). Attachment style in America. <https://today.yougov.com/topics/lifestyle/articles-reports/2020/03/10/attachment-style-america>.
- Zamalloa, S., Huamán, L., Guevara, S. y Sánchez, J. (2018). Estilos de apego y satisfacción con la vida en estudiantes universitarios peruanos. *Revista de Investigación en Psicología*, 21(2), 33-43. <https://doi.org/10.15381/rinvp.v21i2.14021>
- Zárate, N. E., Flores, P. F., Aguirre, E. G. M., Alvarado-Félix, E., y Jimenez-Ramirez, C. R. (2022). Dependencia emocional en estudiantes de medicina. *Revista Médica Herediana*, 33(2), 128-132. <https://doi.org/10.20453/rmh.v33i2.4246>

Zimmerman, K., Adams, E. y Eisenberg, M. (2019). Attachment style and alcohol use among college students: The mediating role of coping motives. *Journal of American College Health*, 67(1), 1-7. <https://doi.org/10.1080/07448481.2018.1489288>

VIII. Anexos

Anexo 1: Matriz de consistencia

Problema de investigación	Objetivos	Hipótesis	Método
¿Cuál es la relación entre el apego y la dependencia emocional en jóvenes universitarios de Lima Metropolitana?	Objetivo General	General	Tipo de investigación
	Determinar la relación que existe entre el Apego y la Dependencia Emocional en jóvenes universitarios de Lima	Existe una relación significativa entre el Apego y la Dependencia Emocional en jóvenes universitarios de Lima Metropolitana.	Correlacional - transversal Diseño de investigación No experimental Población Estudiantes universitarios (indeterminado o infinito)
	Objetivos específicos	Específicos	Muestreo
	Identificar los niveles de Apego y sus dimensiones en jóvenes universitarios de Lima Metropolitana.	H1: Existe una relación significativa entre el apego seguro y la dependencia emocional en jóvenes universitarios de Lima Metropolitana.	No probabilístico y de tipo elegido a conveniencia Muestra
	Identificar los niveles de dependencia emocional y sus dimensiones en jóvenes universitarios de Lima Metropolitana.	H2: Existe una relación significativa entre el apego precavido y la dependencia emocional en jóvenes universitarios de Lima Metropolitana.	250 estudiantes universitarios de pregrado de universidades públicas y privadas de Lima Metropolitana matriculadas en el año académico 2023
Establecer la relación entre las dimensiones de apego y	H3: Existe una relación significativa entre apego evitativo y la dependencia		

dependencia emocional en jóvenes universitarios de Lima Metropolitana.

Establecer la relación entre Apego y las dimensiones de Dependencia emocional en jóvenes universitarios de Lima Metropolitana.

emocional en jóvenes universitarios de Lima Metropolitana.

H4: Existe una relación significativa entre la ansiedad por separación y el apego en jóvenes universitarios de Lima Metropolitana.

H5: Existe una relación significativa entre la expresión afectiva y el apego en jóvenes universitarios de Lima Metropolitana.

H6: Existe una relación significativa entre la modificación de planes y el apego en jóvenes universitarios de Lima Metropolitana.

H7: Existe una relación significativa entre el miedo a la soledad y el apego en jóvenes universitarios de Lima Metropolitana.

H8: Existe una relación significativa entre la expresión límite y el apego en jóvenes universitarios de Lima Metropolitana.

Anexo 2: instrumentos

Cuestionario de apego CaMir-R

Nombre:

Fecha de Nacimiento: Fecha de hoy:

Este cuestionario trata sobre las ideas y sentimientos que tienes de tus relaciones personales y familiares. Tanto del presente, como de tu infancia. Lee cada frase y rodea el número de la opción que mejor describa tus ideas y sentimientos.

Los resultados de este cuestionario son confidenciales

Opciones de respuesta:

5.- Muy de acuerdo

2.- En desacuerdo

4.- De acuerdo

1.- Muy en desacuerdo

3.- Ni de acuerdo, ni en desacuerdo

1	Las amenazas de separación, de traslado a otro lugar, o de ruptura de los lazos familiares son parte de mis recuerdos infantiles	1	2	3	4	5
2	Mis padres eran incapaces de tener autoridad cuando era necesario	1	2	3	4	5
3	En caso de necesidad, estoy seguro(a) de que puedo contar con mis seres queridos para encontrar consuelo	1	2	3	4	5
4	Desearía que mis hijos fueran más autónomos de lo que yo lo he sido	1	2	3	4	5
5	En la vida de familia, el respeto a los padres es muy importante	1	2	3	4	5
6	Cuando yo era niño(a), sabía que siempre encontraría consuelo en mis seres queridos	1	2	3	4	5
7	Las relaciones con mis seres queridos durante mi niñez, me parecen, en general, positivas	1	2	3	4	5
8	Detesto el sentimiento de depender de los demás	1	2	3	4	5
9	Sólo cuento conmigo mismo para resolver mis problemas	1	2	3	4	5
10	Cuando yo era niño(a), a menudo, mis seres queridos se mostraban impacientes e irritables	1	2	3	4	5
11	Mis seres queridos siempre me han dado lo mejor de sí mismos	1	2	3	4	5
12	No puedo concentrarme sobre otra cosa, sabiendo que alguno de mis seres queridos tiene problemas	1	2	3	4	5
13	Cuando yo era niño(a), encontré suficiente cariño en mis seres queridos como para no buscarlo en otra parte	1	2	3	4	5
14	Siempre estoy preocupado(a) por la pena que puedo causar a mis seres queridos al dejarlos	1	2	3	4	5
15	Cuando era niño(a), tenían una actitud de dejarme hacer	1	2	3	4	5
16	De adolescente, nadie de mi entorno entendía del todo mis preocupaciones	1	2	3	4	5

17	Cuando yo era niño(a), teníamos mucha dificultad para tomar decisiones en familia	1	2	3	4	5
18	Tengo la sensación de que nunca superaría la muerte de uno de mis seres queridos	1	2	3	4	5
19	Los niños deben sentir que existe una autoridad respetada dentro de la familia	1	2	3	4	5
20	Mis padres no se han dado cuenta que un niño(a) cuando crece tiene necesidad de tener vida propia	1	2	3	4	5
21	Siento confianza en mis seres queridos	1	2	3	4	5
22	Mis padres me han dado demasiada libertad para hacer todo lo que yo quería	1	2	3	4	5
23	Cuando yo era niño(a), tuve que enfrentarme a la violencia de uno de mis seres queridos	1	2	3	4	5
24	A partir de mi experiencia de niño(a), he comprendido que nunca somos suficientemente buenos para los padres	1	2	3	4	5
25	Cuando yo era niño(a), se preocuparon tanto por mi salud y mi seguridad, que me sentía aprisionado(a)	1	2	3	4	5
26	Cuando me alejo de mis seres queridos, no me siento bien conmigo mismo	1	2	3	4	5
27	Mis padres no podían evitar controlarlo todo: mi apariencia, mis resultados escolares e incluso mis amigos	1	2	3	4	5
28	Cuando era niño(a), había peleas insoportables en casa	1	2	3	4	5
29	Es importante que el niño aprenda a obedecer	1	2	3	4	5
30	Cuando yo era niño(a), mis seres queridos me hacían sentir que les gustaba compartir su tiempo conmigo	1	2	3	4	5
31	La idea de una separación momentánea con uno de mis seres queridos, me deja una sensación de inquietud	1	2	3	4	5
32	A menudo, me siento preocupado(a), sin razón, por la salud de mis seres queridos	1	2	3	4	5

Cuestionario de Dependencia Emocional (Lemos y Londoño, 2006)

CUESTIONARIO DE DEPENDENCIA EMOCIONAL Lemos M. & Londoño, N. H. (2006)

Instrucciones:

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

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

1	2	3	4	5	6
Completamente falso de 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

NUMERO	ITEMS	1	2	3	4	5	6
1	Me siento desamparado cuando estoy solo						
2	Me preocupa la idea de ser abandonado por mi pareja						
3	Para atraer a mi pareja busco deslumbrarla o divertirla						
4	Hago todo lo posible por ser el centro de atención en la vida de mi pareja						
5	Necesito constantemente expresiones de afecto de mi pareja						
6	Si mi pareja no llama o no aparece a la hora acordada me angustia pensar que está enojada conmigo						
7	Cuando mi pareja debe ausentarse por algunos días me siento angustiado						

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