



Universidad Nacional  
**Federico Villarreal**

**Vicerrectorado de  
INVESTIGACIÓN**

## **ESCUELA UNIVERSITARIA DE POSGRADO**

**“CREENCIAS IRRACIONALES Y DEPENDENCIA EMOCIONAL EN  
ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD NACIONAL Y PRIVADA DE  
LIMA METROPOLITANA”**

TESIS PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE:  
MAESTRA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA Y DE LA SALUD

**AUTORA:**

SULLCAHUAMÁN AMÉSQUITA, JÉSSICA JESÚS

**ASESOR:**

MG. VALLEJOS FLORES, MIGUEL ANGEL

**JURADOS:**

DR. MIRAVAL ROJAS, EDGAR JESUS

DR. MENDOZA LUPUCHE, ROMAN

DR. MENDOZA MURILLO, PAUL ORESTES

**LIMA – PERU**

**2020**

## **Dedicatoria**

Dedicado a mis padres por enseñarme que la educación es la mejor arma para salir adelante ante las adversidades y desigualdades sociales. A ellos, por amarme incondicionalmente.

## **Agradecimientos**

A mis buenos maestros de la vida, desde la secundaria, pregrado y posgrado. Tener personas que inspiran es gratificante.

A mi asesor de tesis Miguel Vallejos Flores, por no dejarme procrastinar.

A la vida, por permitirme vivir experiencias que me ensañen y me hacen mejor persona.

## Índice

	Pag.
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice	iv
Índice de tablas	vii
Resumen	viii
Abstract	ix
I. Introducción	10
1.1. Planteamiento del problema	12
1.2. Descripción de problema	13
1.3. Formulación de problema	15
1.3.1. Problema general	15
1.3.2. Problemas específicos	15
1.4. Antecedentes	16
1.4.1. Antecedentes Internacionales	16
1.4.2. Antecedentes nacionales	24
1.5. Justificación de la investigación	32
1.6. Limitaciones de la investigación	32
1.7. Objetivos	33
1.7.1 General	33
1.7.2 Específicos	33
1.8. Hipótesis	34
1.8.1. General	34
1.8.2. Especificas	34
II. Marco teórico	36
2.1. Bases teóricas de las creencias irracionales	36

2.1.1.	Principales teorías explicativas	36
2.1.2.	Definiciones	39
2.1.3.	Las creencias irracionales, aspectos evaluativos	42
2.1.4.	Las creencias irracionales en la vida universitaria	42
2.2.	Bases teóricas de la dependencia emocional	44
2.2.1.	Principales teorías explicativas	44
2.2.2.	Definiciones	46
2.2.3.	Dependencia emocional, aspectos evaluativos	47
2.2.4.	Dependencia emocional en la vida universitaria	49
2.2.5.	El estudiante universitario	50
2.3.	Creencias irracionales y dependencia emocional	51
III.	Método	53
3.1.	Tipo de investigación	53
3.2.	Población y muestra	53
3.3.	Operacionalización de las variables	54
3.4.	Instrumentos	55
3.4.1.	Inventario de Conducta Racional	55
3.4.2.	Cuestionario de Dependencia Emocional	56
3.5.	Procedimientos	57
3.6.	Análisis de datos	58
IV.	Resultados	59
4.1	Análisis de normalidad de las variables	59
4.2.	Análisis de relación entre dependencia emocional y las creencias irracionales en los estudiantes de psicología	60
4.3.	Prevalencia de las Creencias Irracionales en los estudiantes de psicología	61

4.4. Niveles de Dependencia emocional en estudiantes de psicología	62
4.5. Niveles de las dimensiones de la Dependencia emocional en estudiantes de psicología	63
4.6 Análisis de relación entre dependencia emocional y las creencias irracionales en los estudiantes de psicología de una universidad privada	64
4.7 Análisis de relación entre dependencia emocional y las creencias irracionales en los estudiantes de psicología de una universidad estatal	65
4.8 Análisis comparativo de las creencias irracionales de los estudiantes según universidad y sexo	66
4.9 Análisis comparativo de la dependencia emocional según universidad y sexo de los estudiantes de psicología	70
V. Discusión de resultados	73
VI. Conclusiones	78
VII. Recomendaciones	80
VIII. Referencias	81
IX. Anexos	93
Anexo 1. Matriz de Consistencia del Plan de Tesis	94
Anexo 2. Protocolos de evaluación	97
Anexo 4. Ficha sociodemográfica	100

## Índice de tablas

	Pag.
Tabla 1. Prueba de bondad de ajuste a la curva normal para las variables de estudio	59
Tabla 2. Análisis de correlación entre dependencia emocional y creencias irracionales en estudiantes de psicología	61
Tabla 3. Prevalencia de Creencias Irracionales en los estudiantes de psicología	62
Tabla 4. Niveles de Dependencia emocional en estudiantes de psicología	63
Tabla 5. Niveles de las dimensiones de la Dependencia emocional en estudiantes de Psicología	63
Tabla 6. Análisis de correlación entre dependencia emocional y creencias irracionales en estudiantes de psicología de una universidad privada	64
Tabla 7. Análisis de correlación entre dependencia emocional y creencias irracionales en estudiantes de psicología de una universidad nacional	66
Tabla 8. Comparación de rango promedio de las creencias irracionales de los estudiantes según universidad	67
Tabla 9. Comparación de rango promedio de las creencias irracionales de los estudiantes según sexo	69
Tabla 10. Comparación de rango promedio de la dependencia emocional de los estudiantes según universidad	71
Tabla 11. Comparación de rango promedio de la dependencia emocional de los estudiantes según sexo	72

# “CREENCIAS IRRACIONALES Y DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD NACIONAL Y PRIVADA DE LIMA METROPOLITANA”

Sullcahuamán Amésquita, Jéssica Jesús  
Universidad Nacional Federico Villarreal

## Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo general determinar la relación entre las creencias irracionales y dependencia emocional en estudiantes de una Universidad Nacional y Particular de Lima Metropolitana. La muestra estuvo conformada por 543 sujetos (419 mujeres y 124 varones), con edades comprendidas entre 16 y 45 años ( $M=21,6$  y  $DT=3,096$ ) todos estudiantes de psicología y como criterio inclusión tener o haber tenido una relación sentimental. Los resultados indican que existe una relación estadísticamente significativa y positiva entre la dependencia emocional y las creencias irracionales. Las creencias que se relacionan con la dependencia emocional son: frustración, exceso de culpa, perfeccionismo, necesidad de aprobación, sentimiento de culpa, inercia y evasión, grado de independencia, aprobación, ideas de infortunio y confianza en el control de las emociones. El cuarenta y nueve por ciento de la muestra se encuentra entre niveles moderados y altos de dependencia emocional y son los varones los que presentan puntajes más altos. Finalmente, los estudiantes provenientes de universidades privadas presentan elevados puntajes de dependencia emocional y creencias irracionales en comparación con de universidades públicas.

**Palabras claves:** creencias irracionales, dependencia emocional, universitarios.

**"IRRATIONAL BELIEFS AND EMOTIONAL DEPENDENCE IN STUDENTS OF A  
NATIONAL AND PRIVATE UNIVERSITY OF METROPOLITAN LIMA"**

Sullcahuamán Amésquita, Jéssica Jesús  
Universidad Nacional Federico Villarreal

**Abstract**

The general objective of this research was to determine the relationship between irrational beliefs and emotional dependence in students of a National and Private University of Metropolitan Lima. The sample consisted of 543 subjects (419 women and 124 men), aged between 16 and 45 years ( $M = 21.6$  and  $DT = 3.096$ ) all students of psychology and inclusion criterion have or have had a romantic relationship. The results indicate that there is a statistically significant and positive relationship between emotional dependence and irrational beliefs. The beliefs that are related to emotional dependence are: frustration, excessive guilt, perfectionism, need for approval, guilt, inertia and evasion, degree of independence, approval, misfortune ideas and confidence in the control of emotions. Forty-nine percent of the sample is between moderate and high levels of emotional dependence and it is males who have higher scores. Finally, students from private universities have high scores of emotional dependence and irrational beliefs compared to public universities.

**Keywords:** irrational beliefs, emotional dependence, university.

## **I. Introducción**

En la práctica profesional, los psicólogos clínicos nos encontramos con todo tipo de motivos de consultas de personas que acuden buscando consejería y terapia para salir de sus problemas, una las consultas frecuentes es el apego a las parejas y como consecuencia de ello, relaciones tóxicas en las cuales se envuelven y que les trae como consecuencia sufrimiento emocional, que muchas veces interrumpe su desarrollo y crecimiento personal. La presente investigación se inspira en estos casos y pretende dar a conocer a la sociedad y a la comunidad científica la relación entre la llamada dependencia emocional y las creencias irracionales. Se determina estudiar las creencias irracionales pues a nuestro entender y según lo refiere la literatura más relevante, se trata de esquemas o formas de entender e interpretar la vida y los sucesos que esta trae consigo. Una creencia irracional es una forma errónea de interpretar los hechos, no sustentada en la realidad, sino más bien, en nuestras distorsiones de la misma y en muchos casos basada en el aprendizaje que desde pequeños hemos entendido acerca de cómo se interpretan los hechos, en este caso es una interpretación de las relaciones de pareja. Al ser las relaciones de pareja una de las diadas más estudiadas por la psicología, resulta de suma importancia el aporte de dicha investigación, contribuyendo así de manera científica con datos estadísticos en una muestra amplia de estudiantes universitarios procedentes de una universidad pública y otra privada.

En el primer capítulo, haremos una descripción de la problemática, formulación de la pregunta de investigación, justificaremos la importancia del trabajo y sus limitaciones, terminaremos con los objetivos generales y específicos. En el segundo capítulo, describiremos el marco teórico en el que sustentan las variables de estudio, brindando antecedentes, marco conceptual y aspectos de responsabilidad social y medio ambiental. El tercer capítulo brinda toda la información acerca del método usado para la realización del estudio, especificando el tipo de investigación, las características de la población y muestra, las hipótesis, la

operacionalización de las variables, los instrumentos utilizados, el procedimiento y los análisis de datos. El cuarto capítulo está orientado a reportar los resultados, contrastándolos con las hipótesis planteadas al inicio de la investigación, así como analizando e interpretando los datos.

Finalmente, en el quinto capítulo se realiza la discusión de los hallazgos, contrastándolo con los antecedentes, el marco teórico y toda referencia que sustente y enriquezca los resultados. También se brindan las conclusiones y recomendaciones para futuras investigaciones.

## **1.1 Planteamiento del problema**

Uno de los grandes problemas del mundo y de nuestro país es la violencia, problema que se expresa y se presenta con diferentes rostros, desde la violencia social hasta la violencia intrafamiliar, esta última en sus diversas manifestaciones como la violencia infantil, familiar y violencia contra la mujer (violencia de género).

Según la Organización Mundial de Salud ([OMS], 2014) se estima que en 2012 hubo 475 000 muertes por homicidio. Sesenta por ciento eran varones de entre 15 y 44 años, lo que convierte al homicidio en la tercera causa principal de muerte para los varones de ese grupo etario. Ahora bien, a pesar de su considerable contribución a la mortalidad, las muertes son tan solo una fracción de la carga sanitaria y social que se deriva de la violencia. Según este informe las mujeres, los niños y las personas mayores son quienes soportan la mayor parte del maltrato físico y psicológico y los abusos sexuales no mortales. A pesar del elevado número de muertes resultantes de la violencia y la vasta escala en que las consecuencias no mortales de la violencia afectan a las mujeres, los niños y las personas mayores. Los datos presentan lagunas importantes que socavan las iniciativas para prevenir la violencia. Muchos casos de violencia contra las mujeres, los niños y las personas mayores, no se ponen en conocimiento de las autoridades o los prestadores de servicios, de modo que las encuestas poblacionales pasan a ser una fuente esencial de información para documentar la naturaleza y alcance de estos problemas.

Si bien la violencia atraviesa a todas y todos como sociedad, tanto a hombres como a mujeres, las variables como el género, la edad, cultura y orientación sexual llevan a que sean las mujeres, las niñas, niños y adultos mayores la población que se encuentra en mayor vulnerabilidad de vivir situaciones de violencia. (MIMDES, s/f).

Según informes del Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables ([MIMP], 2015) desde el 2002 hasta el 2015 el problema de violencia psicológica, física y sexual en el ámbito familiar ha aumentado en noventa por ciento.

Los medios de comunicación nos presentan casos extremos de violencia de pareja y feminicidio a pesar de una ardua lucha legislativa, preventiva y sanitaria el problema sigue en incremento, generando preocupaciones para los actores y promotores del cambio de cómo explicar e intervenir tempranamente a un tipo de violencia que trae grandes costos socio-sanitarios.

En ese proceso de explicar el inicio y mantenimiento de este problema hay diferentes aproximaciones como la de Matud, Gutierrez y Padilla (2004) que mencionan que generalmente, los abusos comienzan en los primeros años de la relación de pareja, aunque en algunos casos se dan ya desde el enamoramiento y su frecuencia e intensidad suele ir aumentando con el paso del tiempo, siguiendo la “escalada” de violencia. Un aspecto importante a tener en cuenta es que, generalmente o al menos en los primeros tiempos de relación, la violencia no es constante, sino que se da por ciclos o bien se alternan las fases de agresión con las de cariño, siguiendo típicamente el tratamiento positivo a la finalización del negativo entrando a lo descrito como el "ciclo de la violencia”.

Se ha postulado un conjunto de características psicológicas que mantienen el problema de la violencia de género, siendo el constructo de mayor peso para explicar el mantenimiento del ciclo de la violencia, la dependencia emocional. Varios investigadores han reportado una relación entre dependencia emocional y violencia de pareja, así mismo, que las mujeres que son víctimas de violencia de en estas circunstancias, presentan mayor dependencia emocional comparada con mujeres que no ha padecido este problema. (Espíritu, 2013; Ayquipa, 2015)

## **1.2. Descripción del problema**

Según Castello (como se citó Sánchez, 2011), refiere que la dependencia emocional es la necesidad afectiva extrema que una persona siente hacia otra a lo largo de sus diferentes relaciones de pareja. Esto podría explicar a las víctimas que no denuncian incluso aquellas que

van a ver a sus agresores a la cárcel y por otro lado a que los agresores se muevan por celos y no dejen que su pareja rompa.

A decir de Gonzales-Ortega et al (2008) es difícil entender la permanencia de las víctimas en una relación de noviazgo violenta, cuando, en principio, no hay una convivencia consolidada ni unos lazos institucionales establecidos tan sólidos como, por ejemplo, en las parejas casadas. Aun no existiendo estas circunstancias en las parejas jóvenes, la ruptura de una relación violenta puede ser más complicada de lo que parece. La permanencia en la relación en estos casos podría explicarse por la inmadurez emocional de algunas mujeres, por la convulsión pasional del noviazgo, que puede nublar la razón en algunas circunstancias, por las expectativas idealizadas del amor y de una pareja estable y por los sesgos cognitivos en relación con la pareja, así como por la presencia de creencias y actitudes conservadoras sobre los roles tradicionales y modelos sexistas para disculpar la violencia.

Para algunos jóvenes enamorarse significa haberse topado con su alma gemela. Al margen de que normalmente nos atraen aquellas personas con las que tenemos mayor afinidad en cuanto a lo deseable, también es posible descubrir en los otros rasgos que nos parecen indeseables. El problema es cuando estos atributos negativos se malinterpretan, como los celos o del control exagerado, que para muchas adolescentes son síntomas de amor y preocupación por la pareja y no los ven como el posible inicio de un problema serio. Estas interpretaciones de los adolescentes son algunas ideas disfuncionales que se presentan sobre el amor y las relaciones de pareja, así como una excesiva idealización del amor, que muchas veces es reforzada por la necesidad emocional (Gonzales-Ortega et al, 2008).

Por tanto podemos concluir que las personas dependientes emocionalmente basan sus necesidades afectivas de acuerdo a distorsiones cognitivas especialmente con los deberías de estándares ideales del amor romántico, que los lleva a exigir de su pareja una atención constante, la cual generalmente no logra ser satisfecha completamente, ocasionando en ellos

una sensación constante de fracaso así como la aceptación de múltiples comportamientos de control por parte del dependiente, para tratar de contrarrestar la sensación de vacío constante. (Londoño y Zapata, 2007).

Finalmente, frente a esta realidad nos planteamos investigar cómo se relacionan la dependencia emocional y las creencias irracionales en los estudiantes universitarios, investigación que busca identificar cuáles de las creencias irracionales justifica mejor la dependencia emocional en esta población.

Los problemas de investigación que nos planteamos para esta investigación son:

### **1.3. Formulación del problema**

#### **1.3.1. Problema General:**

¿Qué relación existe entre las creencias irracionales y la dependencia emocional en estudiantes de una universidad nacional y privada de Lima Metropolitana?

#### **1.3.2. Problemas específicos:**

- ¿Cuáles de las Creencias Irracionales que presentan mayor prevalencia en los universitarios de una universidad nacional y privada de Lima Metropolitana?
- ¿Cuál es nivel de dependencia emocional en universitarios de una universidad nacional y privada de Lima Metropolitana?
- ¿Qué relación existe entre las creencias irracionales y la dependencia emocional en los estudiantes provenientes de la universidad nacional?
- ¿Qué relación existe entre las creencias irracionales y la dependencia emocional en los estudiantes provenientes de la universidad privada?
- ¿Habrá diferencias de las creencias irracionales en los universitarios según universidad y sexo?
- ¿Habrá diferencias en la dependencia emocional de los universitarios según universidad y sexo?

## **1.4. Antecedentes**

### **1.4.1. Antecedentes Internacionales:**

Prada y Perles (2012) en su investigación Resolución de conflictos de pareja en adolescentes, sexismo y dependencia emocional, buscaron indagar algunas de las variables que influyen en el modo de resolver los conflictos de pareja por parte de los adolescentes. El estudio tiene como principal objetivo establecer una relación entre las variables sexismo y dependencia emocional y resolución de conflictos en adolescentes. La muestra estuvo integrada por 608 adolescentes de cinco institutos de la ciudad de Málaga. Los datos del estudio fueron analizados aplicando pruebas paramétricas, índices de correlación y análisis de regresión. Los resultados mostraron niveles más favorables en las chicas en el uso de la violencia en las relaciones de pareja, sin embargo, se muestran niveles superiores en los chicos en la variable sexismo. También aparecen diferencias estadísticamente significativas entre la dependencia, los conflictos propios y los de pareja. Además, se muestra también una asociación positiva entre sexismo y dependencia. Por otra parte, las variables sexismo, dependencia y estrategias de resolución de conflictos en la pareja fueron predictores significativos de las estrategias de resolución de conflictos propias. Finalmente se observa una fuerte asociación entre los conflictos propios y los conflictos de pareja.

Pérez (2011) investigó los efectos de la dependencia emocional en la autoestima de mujeres de veinticinco a cincuenta y cinco años de edad que tienen una relación de pareja. El objetivo fundamental es descubrir los efectos de la dependencia emocional en la autoestima de mujeres en relación de pareja, es correlacional cuantitativa, no experimental, se evaluó los niveles de dependencia emocional, autoestima y afectación de factores de autoestima, a un grupo de veinticuatro mujeres con aquellas características, con test, acorde a los métodos: deductivo, estadístico y clínico, después

de haberlas entrevistado y encuestado con fines diagnósticos. Se ha probado la hipótesis de forma muy significativa, que ya a menor autoestima, mayor dependencia emocional.

Medrano, Galleano, Galera y Del Valle (2010) estudiaron las creencias irracionales que denotan la existencia de pensamientos rígidos, ilógicos y dogmáticos que pueden afectar el funcionamiento psicosocial de los ingresantes. Para ello, se desarrolló para establecer la relación entre creencias irracionales, rendimiento y deserción universitaria en una muestra de ingresantes universitarios ( $n=31$ ). Aunque no se obtuvo una correlación significativa con el rendimiento académico ( $r_s = -.17$ ;  $p > .5$ ), se observó que los estudiantes que abandonaban la universidad presentaban mayores creencias irracionales ( $U=28.00$ ;  $Z=2.24$ ;  $p < .05$ ). Los resultados obtenidos fundamentan la importancia de llevar a cabo intervenciones preventivas con el fin de entrenar a los ingresantes en el control y gestión de creencias, favoreciendo así su adaptación académica y persistencia en los estudios.

Lemos, González, Díaz, De la Ossa (2012) realizaron una investigación titulada Perfil cognitivo de la dependencia emocional en estudiantes universitarios en Medellín, Colombia, cuyo objetivo fue la identificación del perfil cognitivo de los estudiantes universitarios con dependencia emocional. Ésta se plantea como un patrón orientado al otro como fuente de satisfacción y seguridad personal, donde el perfil cognitivo les llevaría a interpretar los hechos de manera diferente, basándose en cubrir sus necesidades emocionales insatisfechas. Se tomó una muestra aleatoria estratificada de 569 estudiantes universitarios. Los resultados arrojaron un modelo que explica el 89.3 % de la variabilidad, con alta capacidad predictiva (sensibilidad 91.4 %, especificidad 97.7 %), conformado por el esquema de desconfianza/abuso, creencias centrales del trastorno de la personalidad paranoide y dependiente, distorsión cognitiva de falacia de cambio y estrategia hipodesarrollada de afrontamiento de autonomía.

Hernández y Badel (2011) investigaron sobre las creencias Irracionales que poseen los estudiantes del programa de Psicología de la Corporación Universitaria del Caribe CECAR, de la ciudad de Sincelejo, Colombia. Para tal fin, participaron 149 estudiantes (12 hombres y 137 mujeres) con edades entre 16 y 34 años. Como instrumento se utilizó el Test de creencias irracionales: "I.B.T" (Jones, 1968). Los datos se sistematizaron y analizaron a través del programa estadístico SPSS. Los resultados muestran que los participantes poseen las creencias irracionales número seis: "Reacción a la Frustración" y el número nueve "Evitación de Problemas", con algunas diferencias para los hombres, quienes además presentaron un mayor número de irracionalidades en comparación con las mujeres. Las mayores puntuaciones observadas que marcan la diferencia, tienen relación con "Necesidad de Control", "Evitación de Problemas", "Necesidad de Aprobación" y "Dependencia".

Argybay (2009) en su estudio sobre las Creencias Irracionales, Nivel de Estudio y Conducta Depresiva, busco determinar la influencia de las creencias irracionales en la adquisición y mantenimiento de conductas depresivas y si tiene algún tipo de interacción con el nivel de estudios alcanzado por los sujetos. El diseño usado fue cuasi experimental y su muestra estuvo conformada por 310 sujetos de ambos sexos. A la vez, hicieron uso del Test de Creencias Irracionales de Jones, el Inventario de Depresión de Beck y el Cuestionario de Personalidad de Eysenck; obteniendo como principales resultados un nivel significativo en cuanto al nivel de interacción; dónde los sujetos con bajas creencias irracionales presentan menores conductas depresivas que aquellos que presentan altas creencias irracionales.

Lemos, Londoño, y Zapata (2007) estudiaron sobre las Distorsiones cognitivas en personas con dependencia emocional, siendo su objetivo era establecer las distorsiones cognitivas que mejor discriminan las personas que presentan dependencia emocional. La muestra estuvo conformada por 116 participantes, 59 mujeres (50.9%) y 57 hombres (49.1%), con una edad media de 30.84 años (D.S = 9.150; rango 18 - 55), personas laboralmente activas pertenecientes al área Metropolitana de la ciudad de Medellín– Colombia. Se utilizaron el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) y el Inventario de Pensamientos Automáticos (IPA). Se analizaron las diferencias significativas de las distorsiones cognitivas con pruebas no paramétricas para dos muestras independientes: Grupo 1: personas sin dependencia emocional (SDE); y Grupo 2: personas con dependencia emocional (CDE). Posteriormente se realizó un análisis discriminante con aquellas variables que fueron significativas. Resultados: Dos variables fueron significativas en la función discriminante: la distorsión cognitiva Deberías = 0,889; y la Falacia de control= 0,836. Concluye que las personas dependientes emocionalmente justifican sus necesidades afectivas de acuerdo con los deberías relacionados con el amor romántico, y generan un procesamiento de información con predominio de control, que les garantiza acceder rápidamente a su pareja.

Lemos y Londoño (2006) realizó la Construcción y Validación del Cuestionario de Dependencia Emocional en Población Colombiana. El propósito de esta investigación fué construir y validar un instrumento para evaluar la Dependencia Emocional. El diseño que usó fue cuantitativo, no experimental, el tipo de investigación fue psicométrico, de corte transversal. La muestra fueron 815 participantes del Área Metropolitana de Medellín - Colombia, siendo el 62.1% mujeres y 37.9% hombres, con edades entre 16 y 55 años. En cuanto al instrumento se aplicó el Cuestionario de

Dependencia Emocional. En los resultados obtenidos el Cuestionario Final quedó conformado por 23 ítems y seis factores; se encontraron diferencias significativas con relación al sexo en las diferentes Sub – Escalas.

Urbiola, Estevez, Irruarizaga y Jauregui (2017) realizaron una investigación titulada Dependencia emocional en jóvenes: relación con la sintomatología ansiosa y depresiva autoestima y diferencias de género; tuvo como objetivo analizar la dependencia emocional en jóvenes con y sin pareja, analizar las diferencias por género en dependencia emocional, y evaluar la relación de la dependencia emocional con la autoestima y la sintomatología ansiosa y depresiva. Participaron 535 jóvenes de 18 a 31 años de centros de enseñanza superior universitaria. Los resultados han mostrado que la dependencia emocional se relaciona negativamente con la autoestima y positivamente con la sintomatología ansiosa depresiva, y sería predictora de las mismas. No se encontraron diferencias significativas en función del género o de tener o no pareja en dependencia emocional total, aunque los chicos obtuvieron puntuaciones mayores en «necesidad de agradar» los participantes con pareja en «necesidad de exclusividad» y los participantes sin pareja en «evitar estar solo». Estos resultados proporcionan información adicional sobre la dependencia emocional y sus consecuencias en los jóvenes.

Momeñe, Jauregui y Estevez (2017) investigaron el papel predictor del abuso psicológico y la regulación emocional en la dependencia emocional. El objetivo fue analizar la relación entre la dependencia emocional, la regulación emocional y el abuso psicológico en las relaciones de pareja, así como evaluar las diferencias en las variables mencionadas en función del sexo. La muestra estuvo integrada por 303 personas (232 mujeres y 71 hombres) con edades de entre 18 y 75 años ( $M= 25,93$ ;  $DT= 8,66$ ). Los resultados indican que las mujeres muestran mayor dificultad en regulación emocional

que los hombres, mientras que no habría diferencias significativas ni en abuso psicológico ni en dependencia emocional. Se ha hallado que el abuso psicológico, la regulación emocional y la dependencia emocional correlacionarían entre sí y que el abuso psicológico y las dificultades en regulación emocional serían predictoras de la dependencia emocional. Estos resultados podrían resultar de interés para incluir aspectos como la regulación emocional y la dependencia emocional en el abordaje de la prevención e intervención en violencia psicológica.

Espinar, Zych y Rodríguez-Hidalgo (2015) estudiaron la Ciberconducta y la dependencia emocional en parejas jóvenes. La muestra estuvo conformada por 100 estudiantes de edades comprendidas entre 19 y 32 años matriculados en la Universidad de Córdoba. Los resultados han mostrado un uso elevado, tanto propio como percibido en las parejas, de WhatsApp, Facebook, Twitter y YouTube. Igualmente, se ha encontrado la existencia de correlaciones positivas entre el uso propio y percibido en la pareja de Tuenti y YouTube y la dependencia emocional. Dado que los ciber medios han cambiado la forma de relacionarse de los jóvenes, con sus iguales y con sus parejas, los datos de este trabajo contribuyen al estudio de este tema, proponiendo a su vez nuevas líneas de investigación relacionadas con la dependencia emocional expresada a través de la ciber conducta.

Urbiola y Estevez (2015) realizaron un estudio de la dependencia emocional y esquemas desadaptativos tempranos en el noviazgo de adolescentes y jóvenes cuyo objetivo fue analizar la dependencia emocional según sexo y edad y su asociación con los esquemas desadaptativos tempranos en jóvenes y adolescentes que hayan mantenido al menos una relación de noviazgo. Participaron 1092 estudiantes de centros escolares y universitarios, que fueron evaluados con el cuestionario “Dependencia emocional en el noviazgo de jóvenes y adolescentes” (Urbiola, Estévez y Iraurgi, 2014) y el

“Cuestionario de esquemas de Young-versión corta” (Young y Brown, 1994). Se encontró que los chicos puntuaban más alto en dependencia emocional que las chicas y había diferencias en función de la edad. Los esquemas disfuncionales se asociaron con la dependencia emocional. Estos resultados ayudan a profundizar en las relaciones de noviazgo en jóvenes y adolescentes y cómo la dependencia emocional afecta a las mismas.

De la Villa y Sirvent (2009) realizaron un estudio llamado Dependencia afectiva y género: perfil sintomático diferencial en dependientes afectivos españoles. Se evaluaron los factores sintomáticos diferenciales de 78 casos diagnosticados de dependencia afectiva mediante el test de Dependencias Sentimentales (TDS-100) con respecto a la población en general (N=311). Según el perfil hallado se comprueba que los dependientes afectivos experimentan una dependencia pura con posesividad y manifestación del craving y abstinencia, presentan desajustes afectivos en forma de sentimientos negativos (culpa, vacío emocional, miedo al abandono) e inescapabilidad emocional, manifiestan conflictos de identidad (pseudosimbiosis) y usan un locus de control externo. En población clínica se ha hallado que los varones son más buscadores de sensaciones y se muestran más inflexibles (Yo rígido) y las mujeres utilizan más mecanismos de negación y no afrontamiento con conciencia de problema nula o distorsionada.

De la Villa, García, Cuetos y Sirvent (2017) en su investigación titulada Violencia en el noviazgo, dependencia emocional y autoestima en adolescentes y jóvenes españoles. El objetivo de este estudio fue comprobar las relaciones existentes entre Violencia en el Noviazgo, Dependencia Emocional y Autoestima en adolescentes y adultos jóvenes, así como las diferencias existentes en función del género y el nivel educativo. Se seleccionaron 224 adolescentes y adultos jóvenes con edades

comprendidas entre los 15 y los 26 años ( $M = 18.2$ ;  $DT = 1.887$ ) a los que se les aplicaron tres cuestionarios: Escala de Autoestima de Rosenberg, Inventario de Relaciones Interpersonales y Dependencias Sentimentales (IRIDS-100) y Cuestionario de Violencia entre Novios (CUVINO). Los resultados hallaron que los jóvenes victimizados presentan mayor dependencia emocional y menor autoestima que los no victimizados. En función del género, se encontró que las adolescentes víctimas de violencia tenían menor autoestima y los varones ejercían con más frecuencia procesos de acomodación y de manipulación. Se comprueba también una tasa superior de violencia y dependencia emocional en los estudiantes de Educación Secundaria frente a los universitarios.

Llerena (2017) en su investigación titulada Creencias Irracionales y Dependencia Emocional cuyo objetivo fue determinar la relación entre las creencias irracionales y la dependencia emocional en los estudiantes de los cursos de nivelación de la carrera de Medicina de la Facultad Ciencias de la Salud de la Universidad Técnica de Ambato. Se trabajó con 120 estudiantes de los cuales 72 son mujeres y 48 hombres en edades comprendidas entre 18 y 21 años a quienes se evaluó mediante la aplicación de dos reactivos psicológicos. En primer lugar se utilizó el Test de Creencias Irracionales de Albert Ellis, el cual evaluó las 10 principales creencias irracionales. Posteriormente se aplicó el Cuestionario de Dependencia Emocional de Lemos y Londoño, el cual evaluó el nivel de dependencia emocional en los estudiantes: ausencia, leve, moderado y grave. Una vez realizada la evaluación se procesaron los datos mediante la utilización del programa estadístico SPSS a través de la prueba Chi Cuadrado ( $X^2$ ) determinado que las creencias irracionales si se relacionan con la dependencia emocional; siendo las creencias de ansiedad, perfección y castigo las que tienen mayor relación con la dependencia emocional leve.

#### **1.4.2. Antecedentes Nacionales:**

Aiquipa (2015) estudio sobre la dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja, objetivo determinar las diferencias en la dependencia emocional en grupos de mujeres víctimas de la violencia de pareja, en muestras conformada por mujeres usuarias del servicio de psicología de un establecimiento de salud nacional. Usó un enfoque cuantitativo y el tipo de investigación fue comparativo. Su muestra estuvo constituida por dos grupos de mujeres, el primer grupo mujeres víctimas de violencia de pareja (25 usuarias) y el segundo grupo por mujeres que no fueron víctimas de violencia de pareja (26 usuarias). Sus resultados sugieren que existen diferencias significativas entre los dos grupos de estudio, siendo las participantes que vivieron violencia de pareja las que obtuvieron puntuaciones mucho más elevadas de dependencia emocional respecto a aquellas mujeres que no han vivido tal experiencia.

Aiquipa (2012) diseño y validó el Inventario de dependencia emocional – IDE, su objetivo fue crear un instrumento que reúna las propiedades psicométricas adecuadas para medir la dependencia emocional en Lima Metropolitana. Su muestra total estuvo conformada por 757 participantes de Lima (398 mujeres y 359 varones), con edades entre los 18 y 55 años. Los resultados reportados señalan que total de reactivos iniciales, fueron eliminados más del 75% de ellos a través de procedimientos sistemáticos, quedando la prueba final conformada por 49 ítems. Y como resultados finales muestran que el Inventario de Dependencia Emocional (IDE), tiene indicadores de confiabilidad y evidencias de validez de constructo adecuados.

Álvarez (2014) en su investigación busco relacionar la Dependencia emocional y locus de control en mujeres víctimas de violencia conyugal en una comisaría de Lima Metropolitana, empleó un diseño no experimental-transversal. Su muestra fue de 134

mujeres denunciadas por violencia conyugal en una comisaría de Lima Metropolitana. Administró 2 instrumentos de evaluación: La escala de dependencia emocional y escalas locus de control. Los resultados demuestran que no existe relación entre Dependencia Emocional y Locus de control en mujeres víctimas de violencia conyugal. Los hallazgos descriptivos señalan que un porcentaje significativo de 45.1% presenta nivel alto de dependencia emocional, seguido por un 31% que presenta muy bajo nivel de dependencia, un 21,8% bajo nivel y tan solo un 2,1% un muy alto; y el tipo de locus de control que prevalece es el locus de control interno con un 87.3%.

Huamán (2014) en su investigación sobre la Dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia familiar de Programa Casa Amiga de Carabayllo, el objetivo de su estudio fue establecer diferencias entre las edades de las mujeres. El tipo de investigación que usó fue descriptivo-comparativo, el diseño fue no experimental. El instrumento que usó fue el cuestionario de Dependencia Emocional –CDE de Lemos y Londoño. Los resultados que reporta señalan que existen diferencias entre las mujeres, siendo las del grupo de 18 a 35 años que presentan mayor ansiedad de separación y miedo a la soledad en comparación a los mayores de 36 años

Aguinaga (2012) en su investigación titulada “Creencias irracionales y conductas parentales en madres víctimas y no víctimas de violencia infligida por la pareja” tiene como objetivo establecer las diferencias en las creencias irracionales y las conductas parentales de un grupo de madres de familia víctimas de violencia infligida por la pareja en comparación con un grupo de madres de familias que no se encuentran en esta condición. La muestra fue obtenida mediante un muestreo no probabilístico de tipo intencional y estuvo conformada por dos grupos: Un primer grupo de 100 madres que

reportan ser víctimas de violencia infligida por la pareja y que acuden a evaluación psicológica al Instituto de Medicina Legal de Lima Norte y un segundo grupo de 92 madres que no reportan serlo. La recolección de la información se hizo mediante dos inventarios: El Inventario de Conducta Racional De Shorkey & Whiteman (1977) y el Inventario de Conducta Parental de Lovejoy (1999). Entre los principales resultados se encontró que existen diferencias significativas en las creencias irracionales, siendo las madres maltratadas las que presentaron puntuación más elevada en los factores Frustración, Necesidad de aprobación, Sentimiento de culpa, Inercia y evasión, Aprobación, Ideas de infortunio y Confianza en el control de las emociones. También se encontraron diferencias significativas en las conductas parentales, reportando las madres maltratadas una menor tendencia a presentar una conducta hostil/coercitiva y mayor tendencia a presentar conductas de apoyo/compromiso hacia sus hijos.

Guzmán (2012) investigó sobre Ideas irracionales y dimensiones de la personalidad en adolescentes con intento de suicidio. El objetivo de su estudio fue determinar las ideas irracionales prevalecientes y su magnitud en los adolescentes con intento de suicidio, establecer las características de sus dimensiones de la personalidad y explorar las relaciones entre estas ideas irracionales. El diseño usado fue no experimental de tipo correlacional; su muestra fueron 57 adolescentes (38 mujeres, 19 varones) de 14 a 18 años internados en el Hospital Nacional Hipólito Unanue por intento de suicidio. Se emplearon dos grupos de control: adolescentes que fueron hospitalizados por otras causas ( $n= 57$ ), y adolescentes que no recibían asistencia en el hospital ( $n= 63$ ). El muestreo en los tres grupos fue intencional. Se aplicó el Inventario de Personalidad de Eysenck (EPI) y el Registro de Opiniones (Ellis). Los resultados señalan que los adolescentes con intento de suicidio presentan una mayor cantidad de

ideas irracionales que los que no han cometido tales intentos ( $p < 0.01$ ), y específicamente los caracterizan tres de ellas; y que no hay diferencias significativas en las dimensiones de la personalidad entre ambos grupos. Asimismo, que las ideas irracionales correlacionan en forma negativa con la Extraversión en el segundo grupo ( $r = -0.277, p < 0.01$ ) y en forma positiva con el Neuroticismo en ambos grupos ( $r = 0.517, p < 0.01$ ;  $r = 0.370, p < 0.01$ ), estando fuertemente asociadas con la presencia de desajustes personales y problemas de adaptación con el medio social, incluyendo la emergencia de conducta suicida.

Aspillaga (2011) estudió sobre Creencias irracionales y estilos atribucional en un grupo de jóvenes abusadores de marihuana” cuyo objetivo es describir la presencia de creencias irracionales y los estilos atribucionales en una muestra de 40 jóvenes entre 18 y 25 años, abusadores de marihuana de la ciudad de Lima Metropolitana que acudieron a un centro de consejería y terapia motivacional. Las pruebas aplicadas fueron El registro de opiniones de Ellis y la Escala de estilo atribucional “PASS” de Arévalo. Debido a la falta de baremos, se procedió a describir la muestra en relación a sus características sociodemográficas. Los resultados no mostraron características similares en el consumo. Así mismo no se encontraron creencias irracionales altas o bajas, sin embargo, la más próxima al punto de corte fue la relacionada al temor “se debe sentir miedo o ansiedad ante lo desconocido o potencialmente peligroso” y la que bordeó el punto corte más bajo fue la relacionada al control “los sucesos externos causan la mayoría de desgracias, los sujetos solo reaccionan, según como estos afectan sus emociones”. El estilo atribucional solo presentó una media elevada, encontrada en el grado de instrucción en relación a la estabilidad.

Gamarra (2014), realizó un estudio de los “Niveles de dependencia emocional en alumnos de cuarto y quinto de secundaria de instituciones educativas de San Martín de Porres”, fue un diseño no experimental de tipo descriptivo – comparativo, en una muestra de 280 alumnos, los cuales oscilaban entre 4 y 18 años de edad. El instrumento utilizado fue el cuestionario de dependencia emocional de Lemos y Londoño (2006). Entre los resultados encontraron diferencias en cuanto a los niveles de dependencia emocional, ya que hubo una mayor puntuación media para el género masculino (60.68) en relación al femenino (51.24), esto implicaría la existencia de un mayor grado de dependencia emocional para los varones, sin embargo, según el grado de instrucción y edad, no existen diferencias significativas. En los niveles de la dimensión Ansiedad de Separación, no se encontraron diferencias significativas en cuanto a edad y grado de instrucción, excepto en el género, ya que los varones (18.51), en relación a las mujeres (15.92), tendría una mayor puntuación; en la dimensión Expresión Afectiva de la pareja, según género, edad y grado de estudios, no se encontraron diferencias significativas.

Urbizagastegui (2014), en su investigación “Funcionamiento familiar y dependencia emocional en adolescentes de cuarto y quinto de secundaria del distrito de los Olivos”, cuyo objetivo fue determinar la relación entre funcionamiento familiar y dependencia emocional, siendo esta descriptiva, no experimental, transversal, utilizó una muestra de 335 estudiantes, utilizaron el cuestionario de Dependencia emocional de Lemos y Londoño (2006) y el Cuestionario de Evaluación del funcionamiento Familiar (EFF), concluyendo que existe una relación significativa y negativa entre funcionamiento familiar y dependencia emocional en adolescentes de cuarto y quinto de secundaria ( $Rho = -.28$ ,  $p\text{-valor} = .000 < 0.01$ ).

Vallejos (2012) realizó una investigación sobre dependencia emocional en universitarios con el objetivo de describir sus componentes en esta población. Se emplea el Cuestionario de Dependencia Emocional de Lemos y Londoño de Colombia. La muestra empleada fue de 289 sujetos, seleccionados con un muestreo no aleatorio. En primera instancia la prueba de dependencia emocional fue probada en sus bondades psicométricas demostrando su validez y confiabilidad. En la validez de constructo mediante el análisis factorial demostró que presenta 5 dimensiones (ansiedad de separación, expresión de afecto de la pareja, miedo a la soledad, modificación de planes, expresión límite). La investigación demostró que la muestra presenta 17% de nivel alto y muy alto de dependencia emocional, siendo el 6,2 de dependencia muy alta. La dependencia de acuerdo al sexo se encontró que ambos sexos presentan 6,2 de nivel muy alto de dependencia emocional, en el nivel alto los varones presentarían mayores niveles de dependencia emocional. De acuerdo a la edad, los grupos atareos de mayor dependencia se observan en las edades de 16 a 20 años. Vista la tendencia de dependencia emocional de las edades de menor a mayor edad se observa que los grupos revelan que conforme se avanza en la madurez la dependencia emocional disminuye. En relación a los niveles de la dependencia de acuerdo a las dimensiones se ha observado que la “expresión de afecto de la pareja” muestra valores más altos y también muestran valores altos de dimensión de “ansiedad de separación”. Las dimensiones que muestran valores bajos son: “expresiones límite”, “modificación de planes” y “miedo a la soledad”.

Guevara y Suarez (2018) realizaron una investigación titulada Creencias irracionales y dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia por parte de su pareja de la comunidad urbana autogestionaria de Huaycán. El objetivo fue determinar

la relación entre creencias irracionales y dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia por parte de su pareja, se contó con la participación de 90 mujeres víctimas de violencia, comprendidas en las edades de 15 a 50 años. La muestra es de tipo correlacional-transversal. Los instrumentos que se utilizaron fueron el Inventario de Creencias irracionales de Albert Ellis (1968) y el Cuestionario de Dependencia emocional de Lemos y Londoño (2006). Los resultados obtenidos muestran que existe relación significativa entre algunas dimensiones de creencias irracionales y la dependencia emocional en las mujeres violentadas. Dentro de las cuales tenemos: necesidad de aprobación, perfeccionismo y ausencia de autonomía, sin embargo, no se encontró relación en las siguientes dimensiones: condenación, catastrofismo, incontrolabilidad, ansiedad a lo desconocido, evitación al malestar, afición al pasado y facilismo. Por lo cual se llega a la conclusión de que a mayor presencia de creencias irracionales se hallará mayor población de mujeres con presencia de dependencia emocional.

Lázaro (2018) en la investigación titulada “Creencias Irracionales y Dependencia Emocional En Gestantes del CMI César López Silva Del Distrito De Villa El Salvador tuvo como objetivo principal determinar la relación entre las Creencias irracionales y la Dependencia emocional en mujeres que durante su periodo de gestantes se atendieron en un Centro Materno Infantil del distrito de Villa el Salvador. La investigación fue de tipo correlacional - Bivariado, con un diseño no experimental - transversal. Se tuvo en cuenta la aproximación de la muestra, sin embargo, la recolección de información se dio durante 2 mes por ello la muestra estuvo conformada por 150 gestantes adultas que acudían al centro a realizarse sus controles. Para ello se utilizó el Registro de Opiniones - Forma A y la Escala de Dependencia Emocional – ACCA, las cuales fueron

debidamente validadas para la población estudiada. Con los resultados se concluyó que la muestra estudiada presenta una correlación inversa significativa y muy significativa entre las variables Creencias Irracionales y Dependencia Emocional ( $p < 0,05$ ).

Kuba (2017) realizó una investigación titulada Relación entre creencias irracionales y ansiedad social en estudiantes de la facultad de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana tuvo como objetivo identificar la relación existente entre las Creencias Irracionales y la Ansiedad Social en estudiantes de la facultad de Psicología pertenecientes a una Universidad Privada de Lima Metropolitana. Los participantes fueron 124 alumnos matriculados en la facultad de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana, de ambos sexos, con edades que fluctúan entre los 18 a 28 años. Los instrumentos utilizados fueron el Inventario de Creencias Irracionales de Albert Ellis y el Cuestionario de Ansiedad Social para Adultos CASO A-30. Los resultados indican que existe una relación moderada y positiva entre las Creencias irracionales y la Ansiedad Social. Además, se identificaron los niveles de ansiedad social general en la población investigada, lo que indica que el 40 % de estudiantes presenta un nivel alto de ansiedad social. Asimismo, la primera dimensión de la ansiedad social (“Hablar en público/Interacción con personas de autoridad”) fue la dimensión que presentó mayor porcentaje de participantes en nivel alto. Otros resultados indican que las creencias irracionales más son la creencia irracional 6 (“Si algo es o puede ser peligroso o temible, la persona se debería sentir terriblemente inquieta por ello, deberá pensar constantemente en la posibilidad de que esto ocurra”) y la creencia irracional 8 (“Se debe depender de los demás y se necesita a alguien más fuerte en quien confiar”). Asimismo, de la correlación

entre las diez creencias y la ansiedad social se encontró que la correlación más alta y positiva se da con la creencia 6.

### **1.5. Justificación de la investigación**

La presente investigación se justifica porque presenta pertinencia teórica, ya que busca explicar a partir del modelo cognitivo qué creencias irracionales se relacionan significativamente con la dependencia emocional.

Así mismo, presenta pertinencia aplicativa, dado que con los resultados se podrán tomar medidas correctivas para el mejoramiento de ambas variables. Con los resultados obtenidos podrán realizarse programas preventivos para la violencia de parejas, así como, en el aspecto terapéutico conocer las ideas irracionales conllevará a mejor intervención para el manejo de la dependencia emocional.

Por otro lado, frente a las escasas investigaciones que relacionen ambas variables, los resultados podrán ser tomados como punto de partida para futuras investigaciones.

Respecto a la importancia de la investigación, en momentos que nuestro país está viviendo altos índices de violencia de parejas con sus consecuencias fatales traducido en los feminicidios en parejas en etapas de enamoramiento y casadas, cabe comprender cuales son las creencias irracionales que han construido para mantenerse en una relación patológica muchas traducida en una dependencia emocional y no poder salir del ciclo de violencia y de sufrimiento.

### **1.6. Limitaciones de la investigación**

La presente investigación al ser de tipo correlacional, establece relaciones entre las variables estudiadas, mas no da explicaciones de tipo causal, es decir no puede afirmar si la dependencia emocional es causante de las creencias irracionales y viceversa. Por otro lado, el

tipo de muestreo al ser no probabilístico de tipo intencional, no nos permite hacer generalizaciones a otras muestras que no sean las de este estudio.

## **1.7. Objetivos**

### **1.7.1. Objetivo general:**

- Determinar la relación entre las creencias irracionales y dependencia emocional en estudiantes de una universidad nacional y privada de Lima Metropolitana

### **1.7.2. Objetivos específicos:**

- Describir la prevalencia de las creencias irracionales en estudiantes de una universidad nacional y privada de Lima Metropolitana.
- Identificar los niveles de dependencia emocional en estudiantes de una universidad nacional y privada de Lima Metropolitana
- Determinar la relación entre las creencias irracionales y dependencia emocional en estudiantes procedentes de la universidad nacional.
- Determinar la relación entre las creencias irracionales y dependencia emocional en estudiantes procedentes de la universidad privada.
- Determinar las diferencias de las creencias irracionales en los estudiantes según universidad y sexo.
- Determinar las diferencias en la dependencia emocional en los estudiantes según universidad y sexo.

## **1.8. Hipótesis**

### **1.8.1. General:**

- Ha: Existe relación significativa entre las creencias irracionales y la dependencia emocional en estudiantes de una universidad nacional y privada de Lima Metropolitana
- Ho: No existe relación significativa entre las creencias irracionales y la dependencia emocional en estudiantes de una universidad nacional y privada de Lima Metropolitana

### **1.8.2. Específicas:**

- H1: Existe relación significativa entre las creencias irracionales y la dependencia emocional en estudiantes procedentes de la universidad nacional.
- Ho: No Existe relación significativa entre las creencias irracionales y la dependencia emocional en estudiantes procedentes de la universidad nacional.
- H2: Existe relación significativa entre las creencias irracionales y la dependencia emocional en estudiantes procedentes de la universidad privada.
- Ho No Existe relación significativa entre las creencias irracionales y la dependencia emocional en estudiantes procedentes de la universidad privada.
- H3: Existen diferencias significativas en las creencias irracionales en los estudiantes según universidad y sexo
- Ho: No existen diferencias significativas en las creencias irracionales en los estudiantes según universidad y sexo
- H4: Existen diferencias significativas en la dependencia emocional en los estudiantes según universidad y sexo

- Ho: No existen diferencias significativas en la dependencia emocional en los estudiantes según universidad y sexo

## **II. Marco teórico**

### **2.1. Bases teóricas de las creencias irracionales**

#### **2.1.1. Principales teorías explicativas**

##### **Terapia Racional Emotiva Conductual (TREC)**

Albert Ellis, fundador de la Terapia Racional Emotiva Conductual, construye sus concepciones teóricas en base a la escasa eficiencia terapéutica obtenida del psicoanálisis, logrando concretar desde una visión estoica que las alteraciones y/o problemas nacen desde la visión adquirida por cada persona respecto a alguna situación o cosa, concretándose dicha afirmación como el núcleo o la base de la terapia en mención. Importantes investigadores del campo de la psicología ejercieron influencia en esta terapia, tal es el caso de Adler quien hizo uso de un tratamiento cognitivo de tipo persuasivo, estudiando también los sentimientos de inferioridad. Por otro lado, si bien esta terapia inicialmente empleó el nombre de “psicoterapia racional”, desde siempre ha hecho uso de una metodología conductual, emotiva y cognitiva, ejerciendo influencia de importantes investigadores del campo conductual como; Dunlap, Jones, Watson y Reyner. Esta terapia, ha abarcado campos a nivel, individual., grupal, pareja y familia, direccionada tanto a niños, adultos y adultos mayores, aplicando también importantes aportes en la psicología de la prevención, hecho que la establece como una forma completa de terapia cognitivo conductual (Dryden y Ellis, 1989).

Respecto a los principios fundamentales de la TREC, Ellis y McLaren (2004) sostienen que tanto la conducta, las cogniciones y las emociones se ejecutan de forma conjunta, relacionándose entre sí, es decir, muchas veces los comportamientos que logramos ejecutar suelen depender de la emotividad del momento, la cual es construida en base a los pensamientos experimentados, los cuales pueden ser funcionales o disfuncionales.

Bajo este punto de vista es que Ellis, sostiene que las creencias pueden darse de forma racional o irracional entablándose claras diferencias entre ellas, siendo este uno de los más grandes aportes de la TREC a la Terapia conductual cognitiva (Rasco y Suárez, 2017).

Cabezas y Lega (2006) basándose en lo descrito por Ellis, conceptualiza la TREC, como un procedimiento terapéutico sistemático que facilita la calidad de vida de las personas, reduciendo sus dificultades emocionales y problemas conductuales, influenciando en su autorrealización.

En palabras de Ellis y Abrahms (2001) el fin fundamental de esta terapia es lograr que el paciente identifique sus ideas de tipo irracional, para luego reemplazarlas por pensamientos racionales y funcionales, siendo el modelo ABC del comportamiento abordado por Ellis, como uno de los abordajes más significativos de la TREC.

Este modelo señala que existe una situación activante (A), interpretada por la propia persona, quien a su vez ejecuta ciertas creencias sobre sí mismo (B), desarrollando consecuencias (C) que serían el resultado de lo que el sujeto interpreta ante el suceso activante, siendo así, Dryden y Ellis (1989) consideran que la sencillez del esquema ABC es una de sus principales ventajas, no obstante, los autores sostienen que pese a haber un esquema base del ABC, cada terapeuta puede emplear versiones distintas a la original

En consecuencia, la TREC trabaja directamente con las cogniciones, ideas y/o pensamientos, pues considera que las personas poseemos incalculables creencias frente a sucesos activadores, ejerciendo notable influencia en nuestras consecuencias a nivel conductual, cognitivo y emocional, pese a ello, las creencias de un individuo a otro son variantes, consolidando conductas de autoayuda si se sitúan racionales o comportamientos auto destructivos si dichas creencias se ejecutan de forma irracional (Dryden y Ellis, 1989; Meneses, 2017).

## **Teoría Cognitiva de Beck**

Esta teoría, fue desarrollada por Aarón Beck quien refería que toda persona posee esquemas cognitivos, los cuales permiten el desarrollo o ejecución de conductas y también emociones. Este modelo teórico explica que los esquemas cognitivos se desarrollan de forma genética o mediante la experiencia, adicionalmente Beck, hace una breve diferencia entre los esquemas cognitivos y las creencias, refiriendo que las creencias significaban el contenido del esquema cognitivo, es decir las creencias representaban la interacción entre la realidad y los esquemas de cada individuo (Rasco y Suárez, 2017).

Bajo esta perspectiva, investigadores como Camacho (2003) basándose en las formulaciones teóricas de Beck, estudió las creencias bajo dos formas; nucleares y periféricas. La primera de ellas explica concepciones que las personas tienen del mundo en general las cuales son complejas de cambiar, mientras que las creencias periféricas se encuentran relacionadas con aspectos de menor relevancia y son más factibles de cambiar.

En esta teoría, Beck pone mayor énfasis en los pensamientos automáticos, más que en las creencias, dicho autor sostiene que los pensamientos automáticos representan información que fluye de manera involuntaria, denominadas también como distorsiones cognitivas, las cuales pueden originarse externamente o dentro del mismo sujeto, estas bases teóricas, dieron pie a la denominada Terapia cognitiva, desarrollada inicialmente para trabajar trastornos como la depresión, más adelante se incluyó este enfoque en otras problemáticas, el esquema empleado en esta teoría, relaciona activamente los pensamientos con las emociones y el comportamiento, tal relación se presenta de forma recíproca, mas no causal. Finalmente, Beck junto con otros investigadores consideran dar mayor trascendencia a las distorsiones cognitivas, las cuales según sus afirmaciones se pueden dar en muchas personas, independientemente de que manifiesten trastornos como la depresión, a continuación, se

señalan las distorsiones cognitivas que identificaron “generalización, maximización, minimización, inferencia arbitraria, abstracción selectiva, personalización y pensamiento dicotómico” (Camacho, 2003, p. 10-11).

### **2.1.2. Definiciones**

#### **Creencias**

Según lo formulado por Ortiz (2007) las creencias representan disposiciones asumidas por cada individuo que permiten la ejecución de respuestas a nivel comportamental, de esta forma las creencias suponen destrezas facilitadoras del accionar de un individuo.

Asimismo, Pelpitone (como se citó en Rasco y Suárez, 2017) conceptualiza las creencias como concepciones previamente enraizadas por el contexto cultural de cada persona, posicionándose como estructuras invariables.

Desde otra perspectiva, Velásquez (2002) considera dicho constructo como aseveraciones mentales dadas de forma inconstante, que involucran ideas no necesariamente demostrables, este autor considera también que las creencias engloban tres áreas cognitivas; los pensamientos abstractos, pensamientos conscientes y los pensamientos de tipo inconsciente.

En síntesis, las creencias se entienden como las cogniciones presentadas en un individuo a lo largo de su vida, las cuales logran ser significativas en función a la experiencia que este desarrolle (Ortiz, 2007; Rasco y Suárez, 2017; Velásquez, 2002).

Finalmente, gracias a las contribuciones de la Terapia Racional Emotiva, las creencias logran clasificarse en dos tipos; racionales e irracionales, siendo detalladas en las próximas líneas (Dryden y Ellis, 1989).

## **Creencias racionales**

Las creencias racionales son definidas por Dryden y Ellis (1989) como reflexiones cognitivas dadas en cada persona y comúnmente expresada a través de verbalizaciones como; “me gustaría”, “quisiera”, “no me gustaría”, etc. Este tipo de creencias no representan obstáculos en la consolidación de metas.

Bajo esta perspectiva, Calvete y Cardeñoso (1999) fundamentan las creencias racionales como un aliciente para el desarrollo de conductas funcionales y de autoayuda.

Como complemento, Dryden y Ellis (1989) sostienen que este tipo de creencias aportan positivamente en la salud psicológica, no obstante, son muchos los individuos que logran desarrollar creencias tanto racionales como irracionales.

En resumen, este tipo de creencias son definidas también por Ellis y Grieger (1990) como concepciones que ayudan al individuo a delinear metas y forjar valores que influyan en su estabilidad y felicidad, tratando de evitar consecuencias contraproducentes.

## **Creencias irracionales**

Principalmente, Ellis definió las creencias irracionales como concepciones incoherentes, no demostrables, escasamente asertivas y de carácter disfuncional, relacionadas con pensamientos dogmáticos y extremistas, que afectan no solo al propio individuo sino también a su entorno (Cabezas y Lega, 2006; Calvete y Cardeñoso, 1999; Meneses, 2017).

Asimismo, Carbonero, Martín y Feijó (2010) señalaron que las creencias irracionales, dan lugar a cogniciones y acciones poco adaptativas, este tipo de creencias se instauran en personas de diferente edad, sexo y nivel de estudios.

Bajo dicha perspectiva, Velásquez (2002) las considera como indicador de un elevado nivel de afectación emocional que dificulta el desarrollo de la persona e influye en actitudes de desvalorización y bajo nivel de tolerancia a la frustración.

En síntesis, Dryden y Ellis (1989) las postulan como aseveraciones no efectivas e imperiosas, muy presentes en la totalidad de personas, los autores en mención basan dichas creencias en cuatro tipos de irracionalidades; el no soportar algo, la perturbación, el sentirse horrible y la irracionalidad de auto-condena, además, estas creencias abarcan términos como “tengo que, estoy obligado a, debo, debería” entre otros, y se relacionan con el desarrollo de conductas desadaptativas como la ansiedad, dependencia, depresión, etc. (p.17).

En relación a lo descrito anteriormente, Ellis importante investigador en el campo de las creencias irracionales formula un total de once, las cuales posteriormente son reducidas a diez creencias que representan cogniciones cotidianas de irracionalidad, las cuales serán detalladas a continuación (Navas, 1981; Velásquez, 2002):

Para un adulto es definitivamente necesario obtener cariño y aprobación de los demás (...) Debo ser altamente competente, y casi perfecto en todo lo que promuevo (...) Cierta clase de gente es vil, malvada e infame y deberían ser sancionadas (...) Es horrible el hecho de que las cosas no vayan por el camino que uno quiere (...) Los acontecimientos humanos representan la causa de la mayoría de desgracias de la humanidad, las personas reaccionan en función a como los acontecimientos inciden sobre sus emociones (...) Se debe sentir miedo y ansiedad ante cualquier cosa desconocida, incierta o potencialmente peligrosa (...) Es más fácil evitar los problemas y responsabilidades de la vida que enfrentarlas (...) Es necesario contar con alguien más grande y fuerte que uno mismo (...) El pasado influye determinantemente en nuestro

presente (...) La felicidad aumenta con la inactividad, pasividad y el ocio indefinido; Ellis (citado en Velásquez, 2002, p.64-65).

Para concluir, Chaves y Quiceno (2010) afirman que las creencias irracionales se basan en hipótesis erróneas de los sucesos, conduciendo a representaciones de sobre generalización que describen mandatos, obligaciones y necesidades influyentes en el desarrollo de algún malestar psicológico.

### **2.1.3. Las creencias irracionales, aspectos evaluativos**

En la práctica clínica, es sumamente positivo que se cuente con herramientas de apoyo evaluativo, pues facilitarían un mayor acercamiento hacia aspectos significativos para el abordaje terapéutico. A continuación, se lograrán señalar algunas herramientas psicológicas que poseen por finalidad evaluar las creencias irracionales, dentro de este marco, destaca el “Inventario de creencias irracionales de Ellis”, traducido al español por Mc. Kay y Navas (2008) este importante instrumento se basa en la teoría propuesta por Ellis, detallando así diez 10 creencias irracionales, las cuales son evaluadas a través de 100 ítems, logrando ser administrado en personas mayores de 12 años.

Finalmente, es importante mencionar que existen otras herramientas que poseen por finalidad evaluar las creencias irracionales, destacando la Escala Abreviada de Pensamientos Irracionales de Albert Ellis (EAPI), la Escala de Actitudes y Creencias de Basurto, Lega y García, el Cuestionario de Creencias Irracionales de Guzmán, el Inventario de Actitudes y Creencias (ABI), entre otras (Calvete y Cardeñoso, 1999; Huerta y Alcázar, 2014).

### **2.1.4. Las creencias irracionales en la vida universitaria**

La vida universitaria implica una etapa de cambios y reajustes dinámicos, que demandan notable exigencia, asumiéndose como un periodo crítico, muy diferente a la etapa escolar,

según referencia de Rasco y Suarez (2017) las demandas de la vida universitaria, muchas veces provocan un desbalance en el estilo de vida del universitario.

Bajo dicha perspectiva, la vida universitaria involucra la adaptación de la persona a los cambios, tanto académicos como de rutina personal, por ende, en esta etapa el sentido de responsabilidad se ve incrementado, junto con las presiones (Dryden y Ellis, 1989).

En función a todo lo señalado, el periodo de formación universitaria se sitúa como altamente influenciado al desarrollo potente de creencias irracionales, pues los universitarios se encuentran constantemente expuestos a presiones debido a las exigencias y la naturaleza de lo que implica formarse en una carrera profesional, siendo así, importantes investigadores como; Hernández y Badel (2011) tras una exploración de las creencias irracionales en universitarios, hallaron que tanto la “reacción a la frustración” como la “evitación de problemas”, eran concepciones irracionales altamente presentes en el sector universitario.

Del mismo modo, Coppari *et al.* (2010) hallaron como predominante la creencia irracional “debemos sentirnos temerosos o ansiosos acerca de cualquier cosa que sea desconocida, incierta o potencialmente peligrosa”, es decir suelen presentarse frecuentemente concepciones relacionadas con ansiedad en estudiantes universitarios, esto debido a las exigencias novedosas que se efectúan en el entorno estudiantil de pregrado.

Finalmente, lo reportado por Kuba (2017) en nuestro contexto, acentúa que la creencia irracional “se debe depender de los demás y se necesita a alguien más fuerte en quien confiar” presentó elevada presencia en el sector universitario, evidenciando juicios irracionales relacionados con conductas dependientes en este sector estudiantil.

## **2.2. Bases teóricas de la dependencia emocional**

### **2.2.1. Principales teorías explicativas**

#### **Teoría de la Vinculación Afectiva**

Esta teoría, fue formulada por Castello, quien engloba la dependencia emocional en comportamientos de sumisión, pensamientos obsesivos, temor a ser abandonado por la pareja, entre otros. Castello (2005) sostiene que en las relaciones de pareja es normal mostrar sentimientos positivos respecto a pasar tiempo con la pareja, no obstante, cuando estos anhelos se tornan más intensos se puede hablar de dependencia emocional.

Esta teoría, manifiesta que la dependencia emocional puede ser de tipo; estándar, de oscilación vinculatoria y la de tipo dominante, no obstante, Castello (2005) pone mayor énfasis en la dependencia emocional de tipo estándar, y realiza diferenciaciones entre las características que presenta un individuo dependiente frente a personas que sostienen una relación de pareja sana.

Las características que señala Castello pueden ser agrupadas en relación a diversas áreas, tales como; relaciones de pareja, relaciones interpersonales y área de autoestima/ estado del ánimo (Alalú, 2016) detalladas a continuación:

- **Relaciones de Pareja:** El individuo muestra una necesidad de afecto constante de pasar tiempo con su pareja, por lo que progresivamente se aísla de su entorno social considerando al otro como una única persona importante dentro de su vida, minimiza todos sus defectos y sobrevalora sus cualidades físicas e intelectuales, como resultado de su baja autoestima acepta las condiciones de su pareja, haciendo siempre lo que la otra persona desea.

- Relaciones Interpersonales: Una persona dependiente no sólo muestra deseos de exclusividad hacia su pareja, sino también a aquellas personas que considera significativas o importantes. Por otro lado, intenta agradar al resto con sus conductas, preocupándose constantemente por su apariencia física y así evitar críticas; esto entorpece sus relaciones interpersonales mostrando dificultades en sus comportamientos asertivos dado que no hace valer sus derechos por temor a ser excluido, carece de empatía al contar sus problemas a terceras personas y rehusarse a escuchar las dificultades de los demás.
- Autoestima y estado anímico: La baja autoestima es la causa principal de las personas dependientes, suelen minimizar sus aspectos positivos otorgando mayor importancia a sus defectos manteniendo sentimientos negativos de auto-desprecio, auto-rechazo e incluso odio hacia sí mismo. Estas conductas de desvaloración generan en el dependiente miedo por quedarse solo, es decir, el estar con otra persona es la solución a sus problemas y aceptan todo con el fin de evitar que su pareja termine la relación. En esta área, el temor a la soledad es el factor influyente para evitar terminar una relación amorosa caracterizada por violencia.

### **Dependencia emocional desde la perspectiva de Sánchez**

Sánchez (2010) manifiesta que la dependencia emocional puede ser considerada un trastorno de personalidad, caracterizado por la falta de confianza en las capacidades personales, búsqueda constante de seguridad en el otro. Según el autor, esta teoría tiene su origen en la niñez, cuando el menor no ha recibido el afecto necesario por parte de sus progenitores, hecho que puede perdurar durante la etapa escolar y adolescencia. Considera que las expectativas otorgadas por la sociedad influyen de manera importante en las personas dependientes, tiene en conocimiento que respetarse es correcto, sin embargo, por temor a perder la relación no lo

hacen, convirtiéndose en una persona vulnerable para la violencia y abuso. Una ruptura en su relación amorosa, supone un desequilibrio emocional grave y tras ello pueden reaccionar mediante dos formas; buscan otra pareja que llene su vacío emocional o se aíslan para evitar otro daño (Mallma, 2014).

### **Teoría Conductual Cognitiva de la dependencia emocional**

Anicama (2015) postula que es una respuesta inadaptada que realiza el individuo a nivel autonómico, emocional, social, motor y cognitivo.

En relación al nivel autonómico, este se expresa mediante la ansiedad por terminar la relación amorosa. En cuanto al nivel emocional; el sujeto no expresa sus sentimientos, tampoco sus derechos por temor al abandono, así como también apego a la seguridad que la otra persona puede ofrecerle. A nivel social, el dependiente busca la aceptación y aprobación para ello maximiza las cualidades de su pareja y minimiza aspectos positivos propios. A nivel motor, la dependencia emocional se representa por expresiones límites y abandono de sus propios planes para complacer el de su pareja o cuando la relación amorosa acaba, ocasionando que el dependiente siente que su vida ya no tiene sentido. Finalmente, en cuanto a lo cognitivo se percibe a sí mismo con sentimientos de inferioridad, desvalorización e idealiza a su pareja otorgándole cualidades positivas que carece de defectos, como si fuera la pareja ideal (Anicama, 2015; Mallma, 2014).

#### **2.2.2. Definiciones**

Hernández (2016) define la dependencia emocional, como toda relación con terceras personas, en donde los vínculos que se establecen de amistad y amor se ven afectados. A su vez, menciona que es toda necesidad de afecto, protección y apoyo en donde la confianza que

existe es imprescindible para cada uno de los protagonistas dentro de la relación, puesto que refuerza la autoestima, identidad y funcionamiento.

Por su parte, Castello (2005) conceptualiza la dependencia emocional como aquella necesidad de afecto que presenta la persona a lo largo de sus relaciones amorosas. Esta necesidad es la causa principal del problema para el dependiente, dado que el deseo de querer estar con la otra persona es exagerado. Por defecto, se entiende que tal necesidad extrema es de tipo emocional e involucra sentimientos.

Por otro lado, Patton (citado en Hernández, 2016) sostiene que la dependencia emocional se origina cuando la necesidad de tener consigo mismo a otra persona llega a ser tan indispensable como vivir, generándose un patrón de comportamientos y cogniciones.

También, Alalú (2016) expone como toda actitud de carácter obsesivo y compulsivo de tener el control sobre la otra persona y su entorno, comportamiento causado por su propia inseguridad. Este tipo de enfermedad puede llegar a ser crónica necesitando el apoyo de especialistas sin embargo si es tratada a tiempo se puede mejorar las condiciones.

Finalmente, esta variable es descrita como todo patrón crónico y caótico de necesidades afectivas que busca satisfacer de manera impulsiva en las relaciones interpersonales patológicas (De La Villa y Sirvent, 2009).

### **2.2.3. Dependencia emocional, aspectos evaluativos**

La dependencia emocional definida como un estado psicológico, puede ser evaluada a través de diversos cuestionarios que permitan conocer cómo este tipo de comportamiento afecta las relaciones de pareja y la propia vida personal.

Para tales fines, se puede hacerse uso de indicadores como; el deseo que presenta tener consigo a su pareja de la cual experimenta un enganche emocional fuerte a pesar de mantener

una relación frustrante. Otro de los indicadores representaría el deseo de agradar a la persona de la cual depende, preocupándose demasiado por su comportamiento de manera que los demás aprueben su conducta. También se considera la inestabilidad emocional como indicador, al igual que las diferencias en el intercambio de afecto en la cual se desprende un vacío emocional, así como las fantasías que se presentan durante el inicio de una relación sumado a un estado de euforia e idealización excesiva (De La Villa y Sirvent, 2009).

Entre algunas pruebas y cuestionarios que permiten evaluar la dependencia emocional se encuentra la Escala de Dependencia Específica, la cual está compuesta por 159 ítems agrupados en 15 componentes. Esta escala fue diseñada con el único objetivo de conocer la violencia conyugal, así como evaluar la dependencia a través de rasgos del trastorno de personalidad por dependencia. Por otro lado, tenemos el Inventario de Dependencia Interpersonal creado por Hirschfeld y colaboradores, presenta 48 ítems y tres sub escalas: Dependencia emocional en otra persona, falta de auto confianza social en sí mismo y aserción de autonomía, dicho instrumento permite evaluar la dependencia de manera general haciendo así un contraste con el instrumento que plantea Castelló (Lemos y Londoño, 2006).

Otra prueba importante es la Escala de Dependencia Emocional ACCA cuyos autores son Anicama, Caballero, Cirilo y Aguirre (2013) creando dicho instrumento para medir la dependencia emocional como una respuesta inadaptada en relación a las 10 áreas que evalúa: Miedo a la soledad, Buscar la aceptación y aprobación, Ansiedad debido a la separación, Cómo percibe su autoestima, autoeficacia entre otros.

Finalmente, se encuentra el instrumento denominado Entrevista Clínica para la Dependencia Emocional creada por Jorge Castelló en el año 2005, consta de 16 preguntas elaboradas que permite obtener un diagnóstico y conocer si la persona evaluada presenta indicadores de dependencia emocional. Las preguntas que se realizan durante la entrevista

responden a cómo ha sido la relación con la familia y con el entorno dentro del cual el individuo se ha desenvuelto, qué papel ha asumido la persona dentro de sus relaciones de pareja y cuál ha sido el tipo de relación presente en ella; si han aportado de forma equilibrada y con un adecuado soporte emocional. La entrevista clínica propuesta por Castelló permite delimitar el motivo de consulta, así como también tener en conocimiento a través de las interrogantes la predisposición que tiene el individuo de presentar dependencia emocional y evitar desencadenar un trastorno de personalidad, del mismo modo propone el plan de tratamiento más idóneo para la dependencia emocional, planteando sesiones de trabajo en función a la intensidad, frecuencia y duración el problema (Alalú, 2016; Anguita, s.f).

#### **2.2.4. La dependencia emocional en la vida universitaria**

La manera cómo nos enamoramos; cómo damos y recibimos amor se encuentra en relación a nuestras emociones y la capacidad con la que contamos para establecer vínculos de afecto con terceras personas. En ocasiones, debido a diversos motivos las relaciones de pareja pueden convertirse en relaciones de dependencia emocional, impidiendo que actuemos objetivamente y afectando nuestra salud psicológica, es decir, cuando una persona ha creado una dependencia siente la necesidad desmesurada por pasar tiempo con la pareja, se aferra a ella coaccionando su libertad en un camino lleno de penas y torturas originando consecuencias desagradables para sí mismo (Gamero y Salinas, 2014).

La vida universitaria se encuentra conformada generalmente por adolescentes y adultos jóvenes, quienes viven una etapa importante, ya que la experiencia de ser universitarios no sólo se encuentra ligada al plano profesional, sino también al ámbito personal, puesto que conocen nuevos amigos, así como vivencian nuevos amores. Los jóvenes durante esta etapa de vida suelen pasar la mayor parte del día en la universidad por lo que sus interacciones sociales con personas del sexo opuesto se ven incrementadas, ante esto se presenta una mayor probabilidad

de iniciar relaciones amorosas en esta etapa, la cual de no contar con ciertos parámetros, se englobaría ampliamente vulnerable a desarrollar una dependencia emocional, es decir, aquí el universitario muestra patrones como la idealización de su pareja, creencias de que todo es mágico en la relación, conductas que pueden llegar a convertirse en desadaptativas. Las cuales a su vez pueden convertir la necesidad de afecto en algo mucho más patológico; dando pase a la posesividad, la persistencia en la vinculación y preferencia por relaciones asimétricas (Velasco, 2003).

Finalmente, es importante precisar que la dependencia emocional no se presenta exclusivamente en un grupo de individuos, sino que abarca diferentes rangos de edad. Ante lo expuesto, Rodríguez *et al.* (citados en Gamero y Salinas, 2014) manifiestan que esta problemática se da principalmente y con frecuencia durante la adolescencia tardía y juventud temprana, pues en estas etapas del ciclo vital las personas consideran importante y necesario estar incondicionalmente con la pareja, tanto en situaciones placenteras como dolorosas.

#### **2.2.5. El estudiante universitario**

La vida universitaria conlleva un camino bastante amplio y complejo que implica aspectos individuales y contextuales, los cuales son abordados mediante cinco componentes en función a lo formulado por Aquino (2016) el primer componente es el personal, que implica la percepción del estudiante en cuanto a su bienestar físico y psicológico, el interpersonal; que abarca la forma cómo se relaciona con sus nuevos compañeros y el establecimiento de relaciones significativas de intimidad. El tercer componente, hace referencia a la carrera; dicha área guarda relación con la satisfacción y el agrado por los cursos propios de la profesión seleccionada. Respecto al componente estudio-aprendizaje; este se entiende como las competencias, manejo de horarios, estrategias de aprendizaje, por último, se sitúa el

componente institucional y el aprecio y reconocimiento por el ambiente donde se aprende, su infraestructura y servicios que brinda.

El camino hacia una vida universitaria es una transición compleja que requiere en el estudiante cambios significativos que permitan adaptarse a una vida nueva con mayores exigencias. Durante esta nueva etapa, el estudiante universitario no solo debe generar cambios a nivel cognitivo, también comienza un nuevo periodo en cuanto a sus relaciones sociales, conoce nuevas personas aquellas con las que comparte la mayor parte del tiempo, como parte de su nueva red de apoyo social (Velasco, 2003).

Por último, Sologuren y Linares (2014) manifiesta que entre las nuevas relaciones interpersonales que forma el individuo, las relaciones de pareja puede traer consigo mayores conflictos puesto que conocer a una nueva persona en el ámbito sentimental supone tensiones y desilusiones. Las relaciones de pareja sanas se caracterizan por construir objetivos en común, a través de un compromiso que permita percibir estabilidad emocional en donde las reglas se sobreentienden y cada uno de los protagonistas respeta su espacio. Sin embargo, en la actualidad los jóvenes universitarios centran sus relaciones amorosas en las interacciones que cada miembro tiene, otorgando gran importancia al uso de las redes sociales como medio de comunicación entre ambos, y desarrollando una gran dependencia hacia su pareja confundiendo el significado del amor con el apego.

### **2.3. Creencias irracionales y dependencia emocional**

La dependencia emocional es comprendida como la necesidad de afecto que presenta un individuo hacia su pareja, generando así un apego desadaptativo, el cual puede reforzarse si el individuo mantiene pensamientos e ideas irracionales, aquellas que van a causar una perturbación en su desarrollo emocional, en su manera de pensar, sentir y actuar, como por ejemplo, mantener la idea irracional de que se debe realizar las cosas sin equivocaciones por

miedo a ser rechazado por su pareja, explicaría de forma disfuncional la fuerte necesidad de que la pareja apruebe las acciones que el individuo realiza (Llerena, 2017).

Del mismo modo, por ser los dependientes personas inestables emocionalmente y enganchar fuertemente con su pareja con esa necesidad de estar junto a él o a ella, evitarán defender sus propios derechos, así como evadir los problemas en vez de enfrentarlos, por miedo a ocasionar discusiones en la relación, haciéndose presente otra creencia irracional de evitación. De manera que, las personas en cuanto mayores pensamientos irracionales presenten, tienen mayor probabilidad de desarrollar una conducta dependiente hacia su pareja, tal y como lo afirmó Kuba (2017) los estudiantes universitarios suelen desarrollar con mayor frecuencia la creencia irracional “se debe depender de los demás y se necesita a alguien más fuerte en quien confiar”, explicando así la elevada relación que se asume entre las ideas irracionales y el desarrollo de comportamientos desadaptativos como la dependencia emocional.

### **III. Método**

#### **3.1. Tipo de investigación**

El diseño de investigación correspondiente de acuerdo con Hernández, Fernández y Baptista (2010) es ex post- facto o no experimental. Por la naturaleza del problema y los objetivos de estudio, el tipo de investigación es descriptivo, comparativo y correlacional

#### **3.2. Población y muestra**

La población objetivo está conformada por los estudiantes de psicología de una universidad nacional y privada, de ambos sexos, cuyas edades fluctúan entre los 16 años hasta los 45 años, residentes en Lima Metropolitana, que hayan mantenido una relación de pareja mínimo seis meses.

La muestra está conformada por 543 estudiantes de psicología de una universidad nacional y privada, siendo 419 mujeres (77.2%) y 124 varones (22.8%). Las edades de los participantes estaban comprendidas entre 16 y 45 años, con una media de 21,6 (DT= 3,096). Entre los participantes 286 tenían pareja al momento de la evaluación (49,4%) y 275 no tenían pareja (50,6%). En cuanto a la universidad de procedencia 334 eran de universidad pública (63,4%) y 199 de universidad privada (36,6%).

### 3.3. Operacionalización de las variables

<b>VARIABLES</b>	<b>Definición conceptual</b>	<b>Definición operacional</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Escala de medición</b>
<b>Dependencia Emocional</b>	La dependencia emocional puede ser definida, de forma amplia, como la forma característica con la que una persona se relaciona con los demás, e incluiría pensamientos, creencias, sentimientos y comportamientos que giran alrededor de la necesidad de interactuar y confiar en la valoración de otras personas	Puntajes obtenidos a través del Cuestionario de Dependencia Emocional - CDE	Factor 1: Ansiedad de separación Factor 2: Expresión afectiva de la pareja Factor 3: Modificación de planes Factor 4: Miedo a la soledad Factor 5: Expresión límite Factor 6: Búsqueda de atención	Intervalo
<b>Creencias Irracionales</b>	Son ideas o conceptos o juicios a los cuales se les otorga validez indiscutible. Carece de criterio lógico o real y es incongruente con estos. Son de carácter demandantes y rígidos constantemente se encuentran es búsqueda de inferencias ni lógicas, ni reales que fundamenten o convaliden más su validez indiscutible. Generan y mantienen malestar a través de conductas disfuncionales.	Puntajes obtenidos a través del Inventario de conducta racional	Factor 1: Frustración Factor 2: Exceso de culpa Factor 3: Perfeccionismo Factor 4: Necesidad de aprobación Factor 5: Necesidad de ayuda y cuidados Factor 6: Sentimiento de culpa Factor 7: Inercia y evasión Factor 8: Grado de independencia Factor 9: Aprobación Factor 10: Ideas de infortunio Factor 11: Confianza en el control de las emociones	Intervalo

### **3.4. Instrumentos**

#### **3.4.1. Inventario de Conducta Racional**

El Inventario e Conducta Racional fue elaborado por Shorkey y Whiteman (1997), quienes en base a los postulados de Ellis y de su Terapia Racional Emotiva (TRE), desarrollaron una serie de ítems para medir sus conceptos básicos.

En un primer momento este instrumento contaba con 119 ítems, los cuales fueron aplicados a 225 estudiantes de Pre- grado de la Universidad de Michigan, con el propósito de obtener la validez y confiabilidad inicial.

El Inventario de Conducta Racional de Shorkey & Whiteman consta de 37 ítems, divididos en 11 factores: Frustración (I), exceso de culpa (II), perfeccionismo (II), necesidad de aprobación (IV), necesidad de ayuda y cuidados (V), sentimiento de culpa (VI), inercia y evasión (VII), grado de independencia (VIII), aprobación (IX), ideas de infortunio (X) y confianza en el control de las emociones (XI). Cada ítem cuenta con 5 posibilidades de respuesta con un puntaje respectivo para cada una: Muy de acuerdo (1), De acuerdo (2), Indiferente (3), En desacuerdo (4), Muy en desacuerdo (5). En el factor VII el puntaje es inverso, es decir, Muy de acuerdo puntúa 5; De acuerdo 4; Indiferente 3; En desacuerdo 2 y Muy en desacuerdo 1.

La calificación de este instrumento, brinda una información sobre los 11 factores, así como un puntaje completo sobre racionalidad. Para obtener el factor score para los factores I, II, III, IV, V, VI, VII, VIII, IX, X y XI, se debe sumar el número total de puntos de cada ítem para cada factor. Es necesario tomar en cuenta que para el factor VIII, primero se debe invertir los puntos asignados a los ítems 24 y 36, para luego sumar el número total de puntos de los ítems 24, 36 y 37.

Para la validez del instrumento se contó con la colaboración de profesionales con experiencia en la Terapia Racional Emotiva, quienes establecieron su validez, ya que el instrumento medía lo que quería medir.

En cuanto a la confiabilidad obtuvieron un coeficiente de escalabilidad de 0.60 y un coeficiente de reproductividad de 0.90 siendo la confiabilidad de toda la escala 0.73, evaluada mediante el método Split half.

La validez y confiabilidad de la versión adaptada al Perú por León y Lihana (citados por Aguinaga, 2012) quienes utilizaron una muestra de 180 adolescentes de los cuales 84 eran varones y 96 mujeres, alumnos del quinto año de secundaria de colegios de los distritos de San Martín de Porres y Villa María del Triunfo.

#### **3.4.2. Cuestionario de Dependencia Emocional**

Lemos y Londoño (2006), elaboraron dicho instrumento en base al Modelo de la Terapia Cognitiva de Beck, desde la conceptualización del Perfil Cognitivo, estableciendo cuatro subescalas: Concepto de sí mismo, concepto de otros, amenazas y estrategias interpersonales; las cuales no se reprodujeron en el análisis factorial, el cual reagrupó los ítems en seis subescalas, compatibles con la Teoría planteada por Castelló, de ahí que finalmente el presente test quedó establecido con seis factores, siendo éstos: Ansiedad de separación, expresión afectiva, modificación de planes, miedo a la soledad, expresión límite y búsqueda de atención

Este instrumento está conformado por 23 ítems, agrupados en los seis factores mencionados anteriormente. El primer factor consta de 7 ítems; el segundo y el tercer factor están conformados por 4 ítems; el cuarto y el quinto factor tienen 3 ítems y el último factor consta de 2 ítems. Se construyó en base a una escala tipo Likert, con seis opciones para valorar cada reactivo: Completamente falso de mí, el mayor parte falso

de mí, ligeramente más verdadero que falso, moderadamente verdadero de mí, el mayor parte verdadero de mí y me describe perfectamente.

Construido y validado por Lemos y Londoño (2006) en población colombiana, consta de 23 ítems, presentó alto índice de fiabilidad (alfa de Cronbach de 0.927) y una explicación de la varianza de 64.7 %. El instrumento evalúa 6 factores de la dependencia emocional, con alfas de Cronbach entre 0.62 y 0.87.

La validez y confiabilidad en el Perú fue realizada por Urbizagastegui (2014), en su investigación “Funcionamiento familiar y dependencia emocional en adolescentes de cuarto y quinto de secundaria del distrito de los Olivos”, para lo cual utilizó una muestra de 335 estudiantes de cuarto y quinto de secundaria. El índice de consistencia interna mediante el Alfa de Cronbach de .889, el cual revela una consistencia aceptable en los reactivos de la prueba. Así mismo en cuanto a la validez, se realizó el análisis de la correlación de los puntajes de cada ítem con el puntaje total de la prueba, encontrando en el análisis ítem,-test, un ítem con una correlación menor a .020 por lo que resultó no significativo, este fue el ítem 9, quedando 22 ítems con una correlación aceptable. Sin embargo, al tomar en cuenta la consistencia total de la escala (0.889), al eliminar este ítem no hay una ganancia sustancial en la consistencia interna, por lo que se decidió conservarlo para mantener la estructura original de la escala.

### **3.5. Procedimientos**

Se solicitarán los permisos respectivos para el acceso a la toma de pruebas psicológicas en las instituciones correspondientes. Se procederá a la aplicación de los instrumentos entregando el consentimiento informado a los evaluados, para luego proceder con el llenado de la base de datos en formato Excel y posteriormente analizarlos estadísticamente.

### **3.6. Análisis de Datos**

Los resultados analizados se presentarán en tablas o figuras según corresponden a los análisis pertinentes, se especificarán los datos en frecuencia, porcentajes, medias, desviación estándar, según los objetivos. La base de datos obtenidos de esta investigación será sometida a análisis estadísticos, haciendo uso de la estadística descriptiva para el objetivo descriptivo del estudio.

Primero se analizarán los datos estadísticos descriptivos de la muestra en cuanto a las variables sociodemográficos. Asimismo, se usará estadística inferencial para comprobar las hipótesis planteadas, la decisión de usar los estadísticos para la contrastación de las hipótesis se hará de acuerdo al análisis de la distribución normal de los datos analizados con la prueba no paramétrica de Kolmogorov – Smirnov por ser una muestra mayor a 50 sujetos. Se usará los estadísticos paramétricos cuando la distribución de los datos se presente de forma normal caso contrario se hará uso de los estadísticos no paramétricos.

## IV. Resultados

Los resultados obtenidos en la presente investigación se describen y muestran en tablas, las cuales registran los datos correspondientes tanto a la descripción como a las correlaciones y las comparaciones según los objetivos e hipótesis planteadas.

### 4.1. Análisis de normalidad de las variables:

Para llevar a cabo los análisis inferenciales y decidir el uso de estadística paramétrica o no paramétrica, se llevó a cabo la prueba de bondad de ajuste para verificar si las variables de estudio satisfacen el supuesto de distribución normal. Como se observó en la Tabla 1, las variables de estudio no mostraron distribución normal ( $p < 0.05$ ), decidiéndose el uso de estadística no paramétrica para los análisis de correlación y de comparación según los objetivos planteados.

**Tabla 1**

*Prueba de bondad de ajuste a la curva normal para las variables de estudio*

<b>Variab</b> les	<b>Media</b>	<b>D.E.</b>	<b>K-S</b>	<b>p</b>
Frustración	11,18	3,046	2,463	,000
Exceso de culpa	8,48	2,140	2,163	,000
Perfeccionismo	10,96	2,139	2,404	,000
Necesidad de aprobación	8,73	2,208	2,550	,000
Necesidad de ayuda y cuidados	7,91	2,064	3,418	,000
Sentimiento de culpa	13,64	3,290	2,136	,000
Inercia y evasión	9,43	2,345	2,377	,000
Grado de independencia	7,71	1,623	3,964	,000
Aprobación	7,26	1,848	3,983	,000

Ideas de infortunio	8,88	2,796	2,572	,000
Confianza en el control de las emociones	11,34	2,484	2,079	,000
<b>Dependencia Emocional</b>	45,30	18,084	2,535	,000
Separación	13,56	6,427	3,580	,000
Afecto	9,34	4,170	2,458	,000
Planes	7,56	3,803	4,072	,000
Miedo	5,51	3,028	4,744	,000
Límite	4,11	2,205	7,725	,000
Atención	5,22	2,349	3,038	,000

\*  $p < 0.05$

---

#### **4.2. Análisis de relación entre dependencia emocional y las creencias irracionales en los estudiantes de psicología**

Para contrastar la hipótesis y establecer si existía alguna relación entre creencias irracionales y la dependencia emocional en estudiantes de una universidad pública y privada de Lima Metropolitana nos planteamos las siguientes hipótesis:

Ha: Existe relación significativa entre las creencias irracionales y la dependencia emocional en estudiantes de una universidad nacional y particular de Lima Metropolitana

Ho: No existe relación significativa entre las creencias irracionales y la dependencia emocional en estudiantes de una universidad nacional y particular de Lima Metropolitana

Si  $p \leq 0.05$ , entonces se rechaza la hipótesis nula

En la Tabla 2 los resultados de la prueba de correlación de Spearman nos indica que existen relaciones positivas y altamente significativas entre las creencias irracionales y la

dependencia emocional, esto nos indica que a mayor prevalencia de las creencias irracionales mayor dependencia emocional. Cabe resaltar que la única creencia irracional que no correlaciona es la creencia irracional 5 (Necesidad de ayuda y cuidados).

**Tabla 2**

*Análisis de correlación entre dependencia emocional y creencias irracionales en estudiantes de psicología*

Creencias Irracionales	Dependencia emocional (n = 543)	
	$r_{ho}$	p
Frustración	,253**	,000
Exceso de culpa	,137**	,000
Perfeccionismo	,135**	,000
Necesidad de aprobación	,321**	,000
Necesidad de ayuda y cuidados	-0,003	,945
Sentimiento de culpa	,246**	,000
Inercia y evasión	,348**	,000
Grado de independencia	,175**	,001
Aprobación	,311**	,000
Ideas de infortunio	,182**	,000
Confianza en el control de las emociones	,241**	,000

\*\* . La correlación es significativa al nivel 0,01

### 4.3 Prevalencia de las Creencias Irracionales en los estudiantes de psicología

En la Tabla 3, se aprecia que las creencias irracionales más prevalentes en los estudiantes de psicología son las relacionadas a la necesidad de ayuda, la confianza en el control de las emociones, perfeccionismo, frustración e Inercia-Evasión, creencias irracionales que se presenta por encima del veinte por ciento respectivamente.

**Tabla 3***Prevalencia de Creencias Irracionales en los estudiantes de psicología*

<b>Creencias Irracionales</b>		<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje</b>
Frustración	NO	426	78,5
	SI	117	21,5
Exceso de culpa	NO	457	82.3
	SI	96	17.7
Perfeccionismo	NO	413	76.1
	SI	130	23.9
Necesidad de aprobación	NO	460	84.7
	SI	83	15.3
Necesidad de ayuda y cuidados	NO	409	75.3
	SI	134	24.7
Sentimiento de culpa	NO	450	82.9
	SI	93	17.1
Inercia y evasión	NO	428	78,8
	SI	115	21,2
Grado de independencia	NO	493	90.8
	SI	50	9.2
Aprobación	NO	443	81.6
	SI	100	18.4
Ideas de infortunio	NO	501	92.3
	SI	42	7.7
Confianza en el control de las emociones	NO	412	75.9
	SI	131	24.1
	Total	543	100,0

**4.4 Niveles de Dependencia emocional en estudiantes de psicología**

En la Tabla 4, podemos observar que el 26,3 % de los estudiantes de psicología presentan moderada dependencia emocional, seguida por un 25,2% una baja dependencia emocional y con un 23,2% con una alta dependencia emocional, contrariamente se observa que tan sólo un 25,2% no presenta dependencia emocional.

**Tabla 4***Niveles de Dependencia emocional en estudiantes de psicología*

Niveles	Dependencia emocional	
	Fc	%
Normal	137	25,2
Bajo	137	25,2
Moderado	143	26,3
Alta	126	23,2
<b>Total</b>	<b>543</b>	<b>100,0</b>

#### 4.5 Niveles de las dimensiones de la Dependencia emocional en estudiantes de psicología

En la Tabla 5, al observar las frecuencias más altas de las dimensiones se puede apreciar que la dimensión Modificación de planes es la que presentan mayor porcentaje con un 23,8%, seguido por con un 23,4% de Ansiedad de Separación, expresión afectiva de la pareja con un 21,2%, miedo a la soledad con un 19,9%, búsqueda de atención con un 17,9% y expresión de límites con un 15,7% respectivamente.

**Tabla 5***Niveles de las dimensiones de la Dependencia emocional en estudiantes de psicología*

Niveles	Ansiedad de Separación		Expresión Afectiva de la Pareja		Modificación de Planes		Miedo a la Soledad		Expresión de Limite		Búsqueda de Atención	
	Fc	%	Fc	%	Fc	%	Fc	%	Fc	%	Fc	%
Normal	141	26,0	166	30,6	145	26,7	187	34,4	347	63,9	143	26,3
Bajo	148	27,3	145	26,7	130	23,9	150	27,6	76	14,0	157	28,9
Moderado	127	23,4	117	21,5	139	25,6	98	18,0	35	6,4	146	26,9
Alta	127	23,4	115	21,2	129	23,8	108	19,9	85	15,7	97	17,9
Total	543	100,0	543	100,0	543	100,0	543	100,0	543	100,0	543	100,0

#### 4.6 Análisis de relación entre dependencia emocional y las creencias irracionales en los estudiantes de psicología de una universidad privada

Para contrastar la hipótesis y establecer si existía alguna relación entre creencias irracionales y la dependencia emocional en estudiantes de una universidad nacional y particular de Lima Metropolitana nos planteamos las siguientes hipótesis:

Ha: Existe relación significativa entre las creencias irracionales y la dependencia emocional en estudiantes de una universidad particular de Lima Metropolitana

Ho: No existe relación significativa entre las creencias irracionales y la dependencia emocional en estudiantes de una universidad particular de Lima Metropolitana

Si  $p \leq 0.05$ , entonces se rechaza la hipótesis nula

En la Tabla 6, los resultados de la prueba de correlación de Spearman nos indica que existen relaciones positivas y altamente significativas entre las creencias irracionales y la dependencia emocional en los estudiantes de una universidad particular, esto nos indica que a mayor prevalencia de las creencias irracionales mayor dependencia emocional. Igualmente cabe resaltar que la única creencia irracional que no correlaciona es la creencia irracional 5 (Necesidad de ayuda y cuidados) con la dependencia emocional en esta población.

**Tabla 6**

*Análisis de correlación entre dependencia emocional y creencias irracionales en estudiantes de psicología de una universidad privada.*

Creencias Irracionales	Dependencia emocional (n = 344)	
	$r_{ho}$	p
Frustración	,178**	,001
Exceso de culpa	,121*	,025
Perfeccionismo	,139**	,010

Necesidad de aprobación	,341**	,000
Necesidad de ayuda y cuidados	-0,028	,608
Sentimiento de culpa	,246**	,000
Inercia y evasión	,309**	,000
Grado de independencia	,156**	,004
Aprobación	,293**	,000
Ideas de infortunio	,148**	,006
Confianza en el control de las emociones	,231**	,000

---

\*\* . La correlación es significativa al nivel 0,01

---

#### **4.7 Análisis de relación entre dependencia emocional y las creencias irracionales en los estudiantes de psicología de una universidad estatal**

Para contrastar la hipótesis y establecer si existía alguna relación entre creencias irracionales y la dependencia emocional en estudiantes de una universidad nacional y particular de Lima Metropolitana nos planteamos las siguientes hipótesis:

Ha: Existe relación significativa entre las creencias irracionales y la dependencia emocional en estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana

Ho: No existe relación significativa entre las creencias irracionales y la dependencia emocional en estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana

Si  $p \leq 0.05$ , entonces se rechaza la hipótesis nula

En la Tabla 7, los resultados de la prueba de correlación de Spearman nos indica que existen relaciones positivas y altamente significativas entre las creencias irracionales y la dependencia emocional en los estudiantes de una universidad estatal, esto nos indica que a mayor prevalencia de las creencias irracionales mayor dependencia emocional. Igualmente cabe resaltar que las únicas creencias irracionales que no correlaciona son la creencia irracional

3 (Perfeccionismo) y creencia irracional 5 (Necesidad de ayuda y cuidados) con la dependencia emocional en esta población.

**Tabla 7**

*Análisis de correlación entre dependencia emocional y creencias irracionales en estudiantes de psicología de una universidad nacional*

Creencias Irracionales	Dependencia emocional (n = 199)	
	$r_{ho}$	p
Frustración	,368**	,000
Exceso de culpa	,201**	,004
Perfeccionismo	,100	,161
Necesidad de aprobación	,264**	,000
Necesidad de ayuda y cuidados	,061	,395
Sentimiento de culpa	,267**	,000
Inercia y evasión	,407**	,000
Grado de independencia	,183**	,010
Aprobación	,313**	,000
Ideas de infortunio	,250**	,000
Confianza en el control de las emociones	,254**	,000

\*\* . La correlación es significativa al nivel 0,01

#### **4.8. Análisis comparativo de las creencias irracionales de los estudiantes según universidad y sexo.**

##### **4.8.1. Análisis comparativo de las creencias irracionales de los estudiantes según universidad**

Para contrastar la hipótesis y establecer si había diferencias significativas en las creencias irracionales según universidad de los estudiantes, nos planteamos las siguientes hipótesis:

Ha: Existen diferencias significativas en las creencias irracionales en los universitarios según universidad

H0: No Existen diferencias significativas en las creencias irracionales en los universitarios según universidad

Si  $p \leq 0.05$ : Entonces, rechazamos la hipótesis nula.

Se observa en la Tabla 8, que el contraste de rango promedio con la prueba U de Mann Whitney nos permite apreciar que existen diferencias altamente significativas en las creencias relacionadas al perfeccionismo, necesidad de aprobación, inercia y evasión, grado de independencia y aprobación al comparar a los estudiantes según la universidad. La Tabla también permite apreciar que los estudiantes de la universidad privada presentan mayores puntajes en estas creencias irracionales en contraste a los estudiantes de universidad nacional. Por tanto, se rechaza la hipótesis nula.

**Tabla 8**

*Comparación de rango promedio de las creencias irracionales de los estudiantes según Universidad*

Creencias Irracionales	Universidad	N	Medi a	DE	Rango promedi o	Suma de rangos	U de Mann- Whitney	<i>p</i>
Frustración	Privada	344	11,18	3,05	279,77	96240,50	31555,500	,127
	Nacional	199			258,57	51455,50		
Exceso de culpa	Privada	419	8,48	2,140	263,70	90712,50	31372,500	,101
	Nacional	124			286,35	56983,50		
Perfeccionismo	Privada	419	10,96	2,139	285,26	98130,00	29666,000	,009
	Nacional	124			249,08	49566,00		
Necesidad de aprobación	Privada	419	8,73	2,208	286,65	98607,00	29189,000	,004
	Nacional	124			246,68	49089,00		
Necesidad de ayuda y cuidados	Privada	419	7,91	2,064	270,43	93029,50	33689,500	,757
	Nacional	124			274,71	54666,50		
Sentimiento de culpa	Privada	419	13,64	3,290	269,66	92764,50	33424,500	,647

	Nacional	124			276,04	54931,50		
Inercia y evasión	Privada	419	9,43	2,345	285,02	98047,00	29749,000	,010
	Nacional	124			249,49	49649,00		
Grado de independencia	Privada	419	8,38	1,532	282,01	97013,00	30783,000	,045
	Nacional	124			254,69	50683,00		
Aprobación	Privada	419	7,26	1,848	290,52	99937,50	27858,500	,000
	Nacional	124			239,99	47758,50		
Ideas de infortunio	Privada	419	8,88	2,796	270,43	93026,50	33686,500	,757
	Nacional	124			274,72	54669,50		
Confianza en el control de las emociones	Privada	419	11,34	2,484	280,02	96327,00	31469,000	,115
	Nacional	124			258,14	51369,00		

#### 4.8.2. Análisis comparativo de las creencias irracionales de los estudiantes según sexo

Ha: Existen diferencias significativas en las creencias irracionales en los universitarios según sexo

H0: No Existen diferencias significativas en las creencias irracionales en los universitarios según sexo

Si  $p \leq 0.05$ : Entonces, rechazamos la hipótesis nula.

Se observa en la Tabla 9, que el contraste de rango promedio con la prueba U de Mann Whitney nos permite apreciar que existen diferencias altamente significativas en las creencias relacionadas a la frustración, sentimiento de culpa, grado de independencia y confianza en el control de las emociones al comparar a los estudiantes según sexo. La Tabla también permite apreciar que los estudiantes del sexo femenino presentan mayores puntajes en estas creencias

irracionalidades relacionadas a la frustración y confianza en el control de las emociones en comparación a los estudiantes del sexo masculino. Contrariamente los estudiantes del sexo masculino presentan mayores puntajes en las creencias irracionales relacionadas al sentimiento de culpa y grado independencia en contraste al sexo femenino. Por tanto, se rechaza la hipótesis nula.

**Tabla 9**

*Comparación de rango promedio de las creencias irracionales de los estudiantes según sexo*

<b>Creencia Irracionales</b>	<b>Sexo</b>	<b>N</b>	<b>Media</b>	<b>DE</b>	<b>Rango promedio</b>	<b>Suma de rangos</b>	<b>U de Mann-Whitney</b>	<b>p</b>
Frustración	Femenino	419	11,18	3,05	285,97	119819,50	20126,500	,000
	Masculino	124			224,81	27876,50		
Exceso de culpa	Femenino	419	8,48	2,14	273,54	114613,50	25332,500	,671
	Masculino	124			266,79	33082,50		
Perfeccionismo	Femenino	419	10,96	2,139	272,08	114002,50	25943,500	,982
	Masculino	124			271,72	33693,50		
Necesidad de aprobación	Femenino	419	8,73	2,208	270,22	113221,50	25231,500	,623
	Masculino	124			278,02	34474,50		
Necesidad de ayuda y cuidados	Femenino	419	7,91	2,064	275,72	115527,50	24418,500	,303
	Masculino	124			259,42	32168,50		
Sentimiento de culpa	Femenino	419	13,64	3,29	261,79	109688,50	21698,500	,005
	Masculino	124			306,51	38007,50		
Inercia y evasión	Femenino	419	9,43	2,345	271,76	113868,00	25878,000	,948
	Masculino	124			272,81	33828,00		
Grado de independencia	Femenino	419	8,38	1,532	263,66	110473,50	22483,500	,020
	Masculino	124			300,18	37222,50		
Aprobación	Femenino	419	7,26	1,848	269,14	112768,00	24778,000	,428
	Masculino	124			281,68	34928,00		

Ideas de infortunio	Femenino	419	8,88	2,796	272,20	114053,50	25892,500	,955
	Masculino	124			271,31	33642,50		
Confianza en el control de las emociones	Femenino	419	11,34	2,484	280,01	117322,50	22623,500	,028
	Masculino	124			244,95	30373,50		

---

#### **4.9. Análisis comparativo de la dependencia emocional según universidad y sexo de los estudiantes de psicología**

##### **4.9.1. Análisis comparativo de la dependencia emocional según universidad de los estudiantes de psicología**

Para contrastar la hipótesis y establecer si había diferencias significativas en la dependencia emocional según la condición universidad, nos planteamos las siguientes hipótesis:

Ha: Existen diferencias significativas en la dependencia emocional en los universitarios según universidad

H0: No Existen diferencias significativas en la dependencia emocional en los universitarios según universidad

Si  $p \leq 0.05$ : Entonces, rechazamos la hipótesis nula.

Se observa en la Tabla 10 que el contraste de rango promedio con la prueba U de Mann Whitney nos permite apreciar que existen diferencias altamente significativas en la dependencia emocional al comparar a los estudiantes según la universidad. La Tabla también permite apreciar que los estudiantes de la universidad privada presentan mayores puntajes en la dependencia emocional en contraste a los estudiantes de universidad nacional. Por tanto, se rechaza la hipótesis nula.

**Tabla 10**

*Comparación de rango promedio de la dependencia emocional de los estudiantes según Universidad*

	<b>Universidad</b>	<b>N</b>	<b>Media</b>	<b>DE</b>	<b>Rango promedio</b>	<b>Suma de rangos</b>	<b>U de Mann-Whitney</b>	<b>p</b>
Dependencia Emocional	Privada	344	45,30	18,084	286,41	98524,50	29271,500	,005
	Nacional	199			247,09	49171,50		
	Total	543						

#### **4.9.2. Análisis comparativo de la dependencia emocional según sexo de los estudiantes de psicología**

Para contrastar la hipótesis y establecer si había diferencias significativas en la dependencia emocional según la condición sexo, nos planteamos las siguientes hipótesis:

Ha: Existen diferencias significativas en la dependencia emocional en los universitarios según sexo

H0: No Existen diferencias significativas en la dependencia emocional en los universitarios según sexo

Si  $p \leq 0.05$ : Entonces, rechazamos la hipótesis nula.

Se observa en la Tabla 11 que el contraste de rango promedio con la prueba U de Mann Whitney nos permite apreciar que existen diferencias altamente significativas en la dependencia emocional al comparar a los estudiantes según sexo. La Tabla también permite apreciar que los estudiantes del sexo masculino presentan mayores puntajes en la dependencia emocional en contraste a los estudiantes del sexo femenino. Por tanto, se rechaza la hipótesis nula.

**Tabla 11**

*Comparación de rango promedio de la dependencia emocional de los estudiantes según sexo*

	<b>Sexo</b>	<b>N</b>	<b>Media</b>	<b>DE</b>	<b>Rango promedio</b>	<b>Suma de rangos</b>	<b>U de Mann-Whitney</b>	<b>p</b>
Dependencia Emocional	Femenino	419	45,30	18,084	258,28	108220,00	20230,000	,000
	Masculino	124			318,35	39476,00		
	Total	543						

## V. Discusión de resultados

El objetivo general de la presente investigación fue determinar la relación entre las creencias irracionales y dependencia emocional en universitarios de una Universidad Nacional y Particular de Lima Metropolitana. De acuerdo a los resultados apreciados anteriormente podemos afirmar que, si existe una relación significativa y positiva entre la dependencia emocional y las creencias irracionales, logrando así corroborar la hipótesis planteada inicialmente, que afirmaba la relación entre dependencia emocional y creencias irracionales. Las creencias irracionales que se relacionan con la dependencia emocional en los estudiantes universitarios de la presente investigación, son: *frustración, exceso de culpa, perfeccionismo, necesidad de aprobación, sentimiento de culpa, inercia y evasión, grado de independencia, aprobación, ideas de infortunio y confianza en el control de las emociones*. Estos hallazgos son similares a los obtenidos por Lemos et al (2007), quienes realizaron un estudio de relación entre las distorsiones cognitivas en personas con dependencia emocional. Si bien, dichos autores no utilizaron el mismo instrumento para medir creencias irracionales, pues de modo distinto, ellos lo denominaron “distorsiones cognitivas”, son teóricamente los mismos constructos con otras denominaciones. Ellos hallaron correlaciones significativas entre la dependencia emocional y las referentes a la distorsión cognitiva *Deberías*; y la *Falacia de control*, que en su equivalente en la presente investigación son: perfeccionismo, necesidad de aprobación y grado de independencia. Todas estas denotan predominio del control que, según Lemos (2007), reflejan la garantía de acceder rápidamente a la pareja. Así también, Llerena (2017), encontró resultados similares al de la presente investigación, pues halló correlaciones significativas y positivas, siendo las creencias de ansiedad, perfección y castigo las que tienen mayor relación con la dependencia emocional. A su vez, Guevara y Suarez (2018), con su investigación sobre Creencias irracionales y dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia por parte de su pareja, encontraron correlaciones significativas y positivas entre

ambas variables, predominando las creencias de necesidad de aprobación, perfeccionismo y ausencia de autonomía. Si bien las características de las muestras de ambos estudios son diferentes, encontramos que la correlación entre dependencia emocional y creencias irracionales se mantiene significativa y positiva, es decir a mayor dependencia emocional, mayor presencia de creencias irracionales. Destacan en ambas investigaciones la creencia de perfeccionismo, al igual que en la presente investigación.

De acuerdo los objetivos específicos, las creencias irracionales que prevalecen en los estudiantes universitarios, son las relacionadas a *la necesidad de ayuda, la confianza en el control de las emociones, perfeccionismo, frustración e inercia- evasión*, las cuales están por encima del veinte por ciento. Esto probablemente se sustente en que la vida universitaria involucra la adaptación de la persona a los cambios, tanto académicos como de rutina personal, por ende, en esta etapa el sentido de responsabilidad se ve incrementado, junto con las presiones (Dryden y Ellis, 1989). Los universitarios se enfrentan a los retos de una vida académica con mucha exigencia, lo que los obliga a establecer hábitos de estudio, estrategias de aprendizaje, organización del tiempo, etc, lo que les demanda, no solo a poner en práctica sus habilidades cognitivas, sino también el control y manejo de sus emociones, lo cual es un reto para ellos.

Respecto al análisis de la dependencia emocional, se observa que un cuarenta y nueve por ciento de la muestra, se encuentra entre niveles moderados y altos de dependencia emocional, representando un porcentaje significativo. Cabe resaltar que en esta etapa los jóvenes suelen pasar la mayor parte de su tiempo en la universidad, entablando quizás, sus primeras relaciones amorosas significativas y aprendiendo a desenvolverse en ellas; produciendo probablemente relaciones poco saludables las cuales a su vez pueden convertir la necesidad de afecto en algo mucho más patológico; dando pase a la posesividad, la persistencia en la vinculación y preferencia por relaciones asimétricas (Velasco, 2003). Entre las

dimensiones que se encuentran por encima del veinte por ciento en los niveles altos, están las de *Ansiedad de separación, expresión afectiva de la pareja y modificación de planes*. Estos resultados son parecidos a los encontrados por De la Villa y Sirvent (2009), quienes hallaron en una muestra clínica, indicadores de dependencia afectiva con síntomas como posesividad y manifestación del craving y abstinencia, desajustes afectivos en forma de sentimientos negativos (culpa, vacío emocional, miedo al abandono) e inescapabilidad emocional, conflictos de identidad (pseudosimbiosis) y uso de un locus de control externo.

Los análisis específicos de la relación entre las creencias irracionales y dependencia emocional en cuanto al tipo de universidad de procedencia (pública y privada), hallaron relaciones significativas y positivas de ambas variables, es decir en las dos muestras, las personas con dependencia emocional presentan más creencias irracionales dentro de su repertorio de pensamientos, resaltando las creencias *de frustración, exceso de culpa, necesidad de aprobación, sentimientos de culpa, inercia y evasión, grado de independencia, aprobación, ideas de infortunio y confianza en el control de las emociones*. Estos resultados son similares a los de Kuba (2017), quien, en una muestra de estudiantes de psicología de una universidad privada, encontró que la creencia irracional que más se destaca es la “se debe depender de los demás y se necesita a alguien más fuerte en quien confiar”, evidenciando juicios irracionales relacionados con conductas dependientes en este sector estudiantil.

Las diferencias en cuanto a las creencias irracionales entre universidad privada y pública, nos arrojan que las diferencias son significativas y se hallan en las creencias relacionadas al *perfeccionismo, necesidad de aprobación, inercia y evasión, grado de independencia y aprobación*, siendo los alumnos de universidad privada, los que presentan puntajes más elevados en estas creencias irracionales. Del mismo modo, los estudiantes provenientes de la universidad privada, presentan puntajes más altos y significativos en cuanto a dependencia emocional. Al respecto, Seclen (2013) analiza la situación del país respecto al surgimiento de

nuevas universidades, llamadas las universidades de segunda generación, cuya oferta de carreras se convierte en una suerte de formación mecánica, casi técnica, pero con título universitario, donde el ingreso es accesible en comparación con las universidades públicas. El joven postulante a universidad pública debe prepararse y competir con muchos otros jóvenes para alcanzar una vacante. El hecho de que un estudiante de universidad pública, haya tenido que prepararse para postular, implica trabajar ciertas habilidades como tolerancia a la frustración, control de las emociones (estrés, ansiedad), trabajo en equipo, asertividad, etc., es probable que estas habilidades sean factores protectores para la dependencia emocional y el refuerzo de creencias irracionales.

Las comparaciones según sexo de las creencias irracionales, reflejan diferencias significativas en las creencias relacionadas a la *frustración*, *sentimiento de culpa*, *grado de independencia* y *confianza en el control de emociones*. Podemos apreciar que las mujeres presentan puntajes más elevados en control de la *frustración* y poca *confianza en el control de emociones*, que los varones. Así mismo, son los varones quienes puntúan más en creencias como *sentimiento de culpa* y *grado de independencia*. Estos resultados se asemejan a los de Hernández y Badel (2010), quienes hallaron puntajes más elevados en varones, en las creencias *Necesidad de Control*, *Evitación de Problemas*, *Necesidad de Aprobación* y *Dependencia*, estas características interesantes pueden ser consecuencia, tal y como lo mencionan los mismos autores, de las exigencias derivadas de los papeles que desempeñan hombres y mujeres; y del aprendizaje cultural de los roles sociales a través del tiempo.

En cuanto a las diferencias de la dependencia emocional según sexo, este estudio evidencia diferencias significativas entre hombres y mujeres; y quienes presentaron indicadores más elevados fueron los varones, al igual que Urbiola y Estevez (2015), que coinciden con nuestros resultados pues se encontró que los chicos puntuaban más alto en dependencia emocional que las chicas en una muestra de estudiantes de centros escolares y

universitarios. A diferencia de Urbiola, Estevez, Irruarizaga y Jauregui (2017), quienes no hallaron diferencias significativas en dependencia emocional según género en su investigación a jóvenes de centros de enseñanza superior universitaria. Estos hallazgos contradictorios, se pueden explicar quizás por lo mencionado por Moral y Sirvent (2009, citado por Momeñe, Jauregui y Estevez, 2017), quienes mencionan que no hay un claro perfil diferencial entre los dependientes afectivos en función del sexo.

Estos resultados ponen de manifiesto la necesidad de abordar los temas concernientes al manejo de las relaciones de pareja de los jóvenes universitarios, pues evidencia que presentan de moderados a altos indicadores de dependencia emocional, es decir los jóvenes entablan relaciones conflictivas con sus parejas, donde probablemente hay sufrimiento emocional, una relación de dominio, necesidad extrema de afecto, pérdida de autoestima y sometimiento de una de las partes. (Castello, 2005).

## VI. Conclusiones

- Existe una relación significativa y positiva entre las creencias irracionales y la dependencia emocional en universitarios de una Universidad Nacional y Particular de Lima Metropolitana.
- Las creencias irracionales en los estudiantes universitarios de una universidad pública y privada que predominan son las relacionadas a *la necesidad de ayuda, la confianza en el control de las emociones, perfeccionismo, frustración e inercia- evasión*.
- El cuarenta y nueve por ciento de los estudiantes de una universidad pública y privada se encuentra en niveles moderados y altos de dependencia emocional.
- Las dimensiones de la dependencia emocional de estudiantes de una universidad pública y privada que más destacan son las de *ansiedad de separación, modificación de planes y miedo a la soledad*.
- En los estudiantes procedentes de universidades privadas y públicas, existe una correlación positiva y significativa entre dependencia emocional y creencias irracionales, excepto en las creencias relacionadas a *Necesidad de ayuda y cuidados y perfeccionismo*.
- Existen diferencias significativas en cinco creencias irracionales, según tipo de universidad (pública y privada) y son las universidades privadas las que presentan puntajes más elevados. Estas creencias son las de *perfeccionismo, necesidad de aprobación, inercia y evasión, grado de independencia y aprobación*.
- Las mujeres presentan puntajes más elevados y significativos que los varones, en las creencias de *frustración y confianza en el control de emociones*. Al mismo tiempo, los varones presentan más creencias relacionadas a *sentimiento de culpa y grado de independencia*.
- La comparación de dependencia emocional según universidad de procedencia, los

alumnos de universidades privadas presentan puntajes más elevados.

- Por último, en cuanto a las diferencias de la dependencia emocional según sexo, son los varones quienes presentan indicadores más altos que las mujeres. Por lo tanto, no hay un perfil único en cuanto a género que predisponga a sufrir de dependencia emocional.

## VII. Recomendaciones

- Realizar estudios con análisis multivariados, es decir en donde no solo se vean relaciones entre las variables de estudio, sino también se pueda hablar de factores predictores y donde se puedan incluir más de dos variables y determinar algún efecto de algunas variables sobre otras.
- Promover el uso de instrumentos de detección temprana tanto de creencias irracionales como de dependencia emocional en las instituciones educativas. En el ámbito universitario y tratándose específicamente de estudiantes de psicología, es de suma importancia realizar ello y hacer una pronta intervención, pues los jóvenes estudiantes de hoy, serán los profesionales del mañana que trabajarán en temas de salud mental.
- Implementar programas de promoción y prevención de relaciones saludables de pareja no solo en el ámbito universitario, sino también desde la educación secundaria, pues los jóvenes inician sus primeras relaciones en estas etapas. A esto se le debe sumar, talleres de autoestima y control de las emociones, que se complementan el abordaje de este tema.
- Se requieren más estudios al respecto y en distintas poblaciones, por ejemplo, en población LGTBI, estudiantes de educación secundaria con otros rangos de edad, en otros ámbitos culturales (interior del país), etc. para así ampliar los resultados y entender mejor las relaciones de pareja desde todas las perspectivas y realidades.

## VIII. Referencias

- Aguinaga, A. (2012). *Creencias irracionales y conductas parentales en madres víctimas y no víctimas de violencia infligida por la pareja*. (Tesis de maestría). Universidad Peruana Cayetano Heredia, Lima, Perú.
- Aiquipa, J. (2012) *Diseño y Validación del Inventario de Dependencia Emocional – IDE*. *Revista IIPSI* 15(1). Recuperado de [http://sisbib.unmsm.edu.pe/bvrevistas/investigacion\\_psicologia/v15\\_n1/pdf/a8v15n1.pdf](http://sisbib.unmsm.edu.pe/bvrevistas/investigacion_psicologia/v15_n1/pdf/a8v15n1.pdf).
- Aiquipa, J. (2015) Dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja. *Revista de Psicología*. 33(2), 412 -437.
- Alvarez, S. (2014) *Dependencia emocional y locus de control en mujeres víctimas de violencia conyugal en una comisaria de Lima Metropolitana*. (Tesis de licenciatura). Universidad Cesar Vallejo, Lima, Perú.
- Alalú, D. (2016). *Dependencia emocional según la teoría de Jorge Castelló. Un estudio de caso* (Tesis de licenciatura). Universidad de Lima, Lima, Perú. Recuperado de [http://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/ulima/1881/Alalu\\_De\\_Los\\_Rios\\_Deborah.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/ulima/1881/Alalu_De_Los_Rios_Deborah.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Anguita, A. (s.f). *Propuesta de intervención para la dependencia emocional. Superación de la dependencia tras la ruptura de la pareja* (Tesis de maestría). Universidad Autónoma de Madrid, Madrid, España. Recuperado de [https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/680162/anguita\\_corbo\\_alba\\_tfm.pdf?sequence=1](https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/680162/anguita_corbo_alba_tfm.pdf?sequence=1)
- Anicama, J., Caballero, G., Cirilo, I. y Aguirre, M. (2013). *Escala de dependencia emocional: ACCA*. Universidad Nacional Federico Villarreal.

- Anicama, J. (2015). *Fortaleciendo el Bienestar y la Salud Psicológica*. Recuperado de <http://www.autonoma.pe/uploads/libro-memoria-vi-congreso-internacional-de-psicologia-final.pdf>
- Aquino, J. (2016). *Adaptación a la vida universitaria y resiliencia en becarios* (Tesis de Licenciatura). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima, Perú. Recuperado de <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/123456789/7706/>
- Argybay, J. (2009) *Las Creencias Irracionales, Neuroticismo, Nivel de Estudio y Conducta Depresiva*. (Tesis de bachiller). Universidad de Ciencias Empresariales y Sociales, Buenos Aires, Argentina.
- Aspillaga, M (2011) *Creencias irracional y estilo atribucional en un grupo de jóvenes abusadores de marihuana*. (Tesis de Licenciatura). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima, Perú.
- Beck, A., Rush, J., Shaw, B., y Emery, G. (2005). *Terapia Cognitiva de la Depresión*. (16va ed.). Madrid, España: Desclée de Brower.
- Cabezas, H. y Lega, L. (2006). Relación empírica entre la Terapia Racional Emotivo-Conductual (TREC) de Ellis y la Terapia Cognitiva (TC) de Beck en una muestra costarricense. *Educación*, 30(2), 101-109. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44030207>
- Calvete, E. y Cardeñoso, R. (2001). Creencias, Resolución de Problemas Sociales y Correlatos Psicológicos. *Psicothema*, 13(1), 95-100. Recuperado de <http://www.redalyc.org/html/727/72713114/>
- Camacho, J. (2003). *El ABC de la terapia cognitiva*. Recuperado de <https://www.fundacionforo.com/pdfs/archivo23.pdf>

- Carbonero, M., Martín, L., Feijó, M. (2010). Las creencias irracionales en relación con ciertas conductas de consumo en adolescentes. *European Journal of Education and Psychology*, 3 (2). Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=129315468011>
- Castelló, J. (2005). *Dependencia Emocional. Características y tratamiento*. Madrid: Alianza Editorial.
- Castelló, J. (2012) *Superación de la dependencia emocional: Como impedir que el amor se convierta en suplicio*. España: Corona Borealis
- Chaves, L. y Quiceno, N. (2010). Validación del Cuestionario de Creencias Irracionales (TCI) en población colombiana. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 2(1). Recuperado de [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S214548922010000100004](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S214548922010000100004)
- Coppari, N., Benítez, S., Benítez-Ramírez, S., Calvo, S., Concolino, C., Galeano, S., Gamarra, L. y Garcete, L. (2010). Relación entre Creencias Irracionales e Indicadores Depresivos en Estudiantes Universitarios. *Eureka*, 7(2), 32-52. Recuperado de <http://psicoeureka.com.py/sites/default/files/articulos/eureka-7-2-10-10.pdf>
- De la Villa, M., García, A., Cuetos, G., y Sirvent, C. (2017). Violencia en el noviazgo, dependencia emocional y autoestima en adolescentes y jóvenes españoles. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 8 (2), 96-107. Doi:10.23923/j.rips.2017.08.009.

- De La Villa, M. y Sirvent, C. (2009). Dependencia afectiva y género: Perfil sintomático diferencial en dependientes afectivos españoles. *Revista Interamericana de Psicología*, 43(2), 230-240. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/284/28412891004.pdf>
- Dryden, W. y Ellis, A. (1989). *Práctica para la terapia racional emotiva*. Bilbao: Desclee de Brouwer.
- Ellis, A. (1980). *Razón y Emoción en Psicoterapia*. Madrid, España: Desclee de Brouwer.
- Ellis, A. y Abrahms, E. (2001). *Terapia racional-emotiva (TRE). Mejor salud y superación personal afrontando nuestra realidad*. México: Pax México.
- Ellis, A. y Grieger, R. (1990). *Manual de Terapia Racional Emotiva vol 2*. Bilbao: Desclee de Brouwer.
- Ellis, A. y MacLaren, C. (2004). *Las relaciones con los demás: terapia del comportamiento emotivo racional: Manual del terapeuta*. España: Océano Ámbar.
- En Morgan, D. (2011). *Estudio de Caso en la Terapia Cognitiva Conductual*. (Tesis de licenciatura). Universidad San Francisco de Quito, Quito, Ecuador. Recuperado de <http://repositorio.usfq.edu.ec/handle/23000/1226>
- Espinar, E., Zych, I., y Rodriguez-Hidalgo, A. (2015). *Ciberconducta y la dependencia emocional en parejas jóvenes*. *Psychology, Society, & Education*, 7, 41-55. Recuperado de <http://web.b.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=6&sid=05d66b2e-2f46-4dd6-aec0-4853144db62d%40sessionmgr102>.

- Espíritu, C. (2013) Dependencia emocional en mujeres violentadas y no violentadas de Nuevo Chimbote. *Revista de Investigación de Estudiantes de Psicología-JANG 2* (2), 108 – 123.
- Gamero, S., y Salinas, Y. (2014). *Personalidad y Dependencia Emocional de la pareja, en universitarios* (Tesis de Licenciatura). Universidad Católica de Santa María, Arequipa, Perú. Recuperado de <https://core.ac.uk/download/pdf/54222223.pdf>
- Gonzales-Ortega, I., Echeburua, E. y De Corral, P (2008) Variables significativas en las relaciones violentas en parejas jóvenes. Una revisión. *Psicología Conductual* 16(2), 207-225. Recuperado de <http://www.ehu.eus/echeburua/pdfs/04GONZALEZ.pdf>
- Guevara, P. y Suarez Y. (2018) *Creencias irracionales y dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia por parte de su pareja de la comunidad urbana autogestionaria de Huaycán*. (Tesis de licenciatura). Universidad Peruana Unión. Lima, Perú.
- Guzmán, P (2012) *Ideas irracionales y dimensiones de la personalidad en adolescentes con intento de suicidio*. (Tesis de maestría). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú.
- Huamán, A (2014) *Dependencia Emocional en las mujeres víctimas de violencia familiar del Programa Casa Amiga del distrito de Carabayllo según variables sociodemográficas 2014*. (Tesis de licenciatura). Universidad Cesar Vallejo, Lima, Perú.
- Hernández S., Fernández C. y Baptista L. (2010). *Metodología de la Investigación*. México: McGraw-Will.

- Hernández, E. (2016). *Dependencia Emocional de las Relaciones de Pareja de los/las adolescentes del Puerto de la Cruz* (Tesis de licenciatura). Universidad de la Laguna, Santa Cruz de Tenerife, España. Recuperado de <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/3582>
- Hernández, G. y Badel, M. (2011). Creencias irracionales que poseen los estudiantes del programa de psicología de la Corporación Universitaria del Caribe CECAR, de la ciudad de Sincelejo. *Escenarios*, 11(1), 49-70. Recuperado de file:///C:/Users/User/Downloads/252-484-1-SM.pdf
- Huerta, J. y Alcázar, R. (2014). La inteligencia y su relación con las ideas irracionales en estudiantes universitarios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 19(2). Recuperado de [http://www.redalyc.org/pdf/292/292\\_38007003.pdf](http://www.redalyc.org/pdf/292/292_38007003.pdf)
- Kerlinger, F. & Lee, H. (2002). *Investigación del Comportamiento: Métodos de investigación en Ciencias Sociales*. México: Mc Graw Hill.
- Kuba, C. (2017). *Relación entre creencias irracionales y ansiedad social en estudiantes de la facultad de psicología de una universidad privada de Lima Metropolitana* (Tesis de licenciatura). Universidad Peruana Cayetano Heredia, Lima, Perú. Recuperado de <http://repositorio.upch.edu.pe/handle/upch/659>
- Labrador, F., Cruzado, J. (2006). *Manual de técnicas de modificación y terapia de conducta*. Madrid, España: Pirámide.
- Lázaro, D. (2018). *Creencias Irracionales y Dependencia Emocional En Gestantes del CMI César López Silva Del Distrito De Villa El Salvador* (Tesis de licenciatura). Universidad Autónoma del Perú, Lima, Perú.

- Lega, L., Ellis, A., y Caballo, V. (1997). *Teoría y Práctica de la terapia Racional Emotivo – Conductual*. Madrid, España: Siglo XXI de España Editores.
- 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. Recuperado de <http://www.redalyc.org/html/798/79890212/>
- Lemos, M., Londoño, N., y Zapata, J. (2007) Distorsiones cognitivas en personas con dependencia emocional. *Informes Psicológicos*. 9, 55-69. Recuperado de <file:///C:/Users/USER/Downloads/Dialnet-DistorsionesCognitivasEnPersonasConDependenciaEmoc-5229797.pdf>
- Lemos, M.; Jaller C., González, A., Díaz, Z. De la Ossa, D. (2012). Perfil Cognitivo de la Dependencia Emocional en Estudiantes Universitarios en Medellín, Colombia. *Universitas Psicológica*, 11(2), 395-404. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=64723241004>.
- Llerena, S. (2017). *Creencias irracionales y dependencia emocional* (Tesis de licenciatura). Universidad Técnica de Ambato, Ambato, Ecuador. Recuperado de <http://repositorio.uta.edu.ec/jspui/bitstream/123456789>
- Madewell, J. y Shaughnessy, M. (2009). *An Interview Judith Beck About Cognitive Therapy*. Recuperado de <https://www.questia.com/library/journal/1G1-195427675/an-interview-with-judith-beck-about-cognitive-therapy>.
- Mallma, N. (2014). *Relaciones Intrafamiliares y Dependencia Emocional en Estudiantes de Psicología de un Centro de Formación Superior de Lima Sur* (Tesis de licenciatura).

Universidad Autónoma del Perú, Lima, Perú. Recuperado de <http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/96/1/MALLMA%20FER NANDEZ.pdf>

Matud, Gutierrez y Padilla (2004) *Intervención psicológica con mujeres maltratadas por su pareja*. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77808801>.

Mc.Kay, E. y Navas, R. (2008). *Inventario de creencias irracionales*. Psychometric.

Meneses, N. (2017). *Las creencias irracionales en los docentes de la institución educativa Jack Goldfarb, Comas, 2017* (Tesis de licenciatura). Universidad Cesar Vallejo, Lima, Perú. Recuperado de <http://repositorio.ucv.edu.pe/handle/UCV/7698>

Medrano, L., Galleano, C., Galera, M. y del Valle, R. (2010) *Creencias irracionales, rendimiento y deserción académica en ingresantes universitarios*. Recuperado de [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S172948272010000200008&script=sci\\_art\\_text](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S172948272010000200008&script=sci_art_text)

Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables (s/f) Programa Nacional contra la violencia familiar y sexual: Guía de Atención Integral de los Centros Emergencia Mujer. Recuperado de [https://www.mimp.gob.pe/files/programas\\_nacionales/pncvfs/stapas/GUIA-DE-ATENCION-DE-LOS-CEM.pdf](https://www.mimp.gob.pe/files/programas_nacionales/pncvfs/stapas/GUIA-DE-ATENCION-DE-LOS-CEM.pdf)

Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables (2015) Plan Nacional contra la violencia hacia la mujer. Recuperado de [http://www.mimp.gob.pe/portalmimp2014/index.php?option=com\\_content&view=article&id=1401&Itemid=431](http://www.mimp.gob.pe/portalmimp2014/index.php?option=com_content&view=article&id=1401&Itemid=431)

Momeñe, J., Jauregui, P., y Estevez, A. (2017). El papel predictor del abuso psicológico y la regulación emocional en la dependencia emocional. *Psicología Conductual*, 25 (1), 65-78. Recuperado de <http://web.b.ebscohost.com/ehost/detail/detail?vid=14&sid=05d66b2e-2f46-4dd6-aec04853144db62d%40sessionmgr102&bdata=Jmxhbmc9ZXMmc2l0ZT1laG9zdC1saXZl#AN=122725855&db=a9h>.

Navas, J. (1981). Terapia racional emotiva. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 13(1), 75 - 83. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80513105>

Organización Mundial de la Salud (2014) Informe sobre la situación mundial de la prevención de la violencia 2014. OMS-ONUDD-PNUD. *Liberabit*, 16(2).

Ortega, J. et. al. (2008). Las relaciones sentimentales en la adolescencia: satisfacción, conflictos y violencia. *Escritos de Psicología*, 2(1). Recuperado de <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2878095>.

Ortiz, G. (2007). Una definición muy general. Un comentario a la definición de creencia de Villoro. *Signos Filosóficos*, 8(18), 181-189. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/343/34311873007.pdf>

Prada, E. y Perles, F. (2012) Resolución de conflictos de pareja en adolescentes, sexismo y dependencia emocional. *Quaderns de Psicologia*, 14 (1), 45-60. Recuperado de <http://www.quadernsdepsicologia.cat/article/view/1041>.

Perez, K (2011) *Efectos de la dependencia emocional en la autoestima de mujeres de veinte y*

- cinco a cincuenta y cinco años de edad que tienen una relación de pareja.* (Tesis de licenciatura). Universidad Central del Ecuador, Quito, Ecuador. Recuperado de <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/472>
- Rasco, L. y Suárez, V. (2017). *Creencias irracionales y ansiedad en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una Universidad Privada de Lima Este, 2016* (Tesis de licenciatura). Universidad Peruana Unión, Lima, Peru. Recuperado de [http://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/417/Lucy\\_Tesis\\_bachiller\\_2017.pdf?sequence=4&isAllowed=y](http://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/417/Lucy_Tesis_bachiller_2017.pdf?sequence=4&isAllowed=y)
- Sánchez, G. (2010). *La dependencia emocional. Causas, trastorno, tratamiento.* Recuperado de <https://escuelatranspersonal.com/wp-content/uploads/2013/12/dependenciaemocional-gemma.pdf>
- Sánchez, M (2011) *Violencia de género: Atrapados en las emociones.* (Tesis maestría). Instituto de Estudios Psicológicos ISEP, Madrid, España.
- Seclén, E. (2013) *¿A dónde van los que quieren salir adelante? El perfil de los estudiantes de las nuevas universidades privadas en Lima. El caso de la Universidad César Vallejo.* . (Tesis de maestría). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima, Perú. Recuperado de [http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/5133/SECLEN\\_NEYRA\\_ELOY\\_DONDE.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/5133/SECLEN_NEYRA_ELOY_DONDE.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Sologuren, G. y Linares, C. (2014). Relaciones de pareja en las/os estudiantes universitarios/as y sus implicancias en sus interacciones sociales, Tacna, 2011. *Revista peruana de obstetricia y enfermería*, 10(1). Recuperado de <https://www.aulavirtualusmp.pe/ojs/index.php/rpoe/article/viewFile/707/553>

- Torres, B., Hernández, G., y Badel, M. (2010) *Creencias irracionales que poseen los estudiantes del programa de psicología de la Corporación Universitaria del Caribe*. (Tesis de maestría). Corporación Universitaria del Caribe, Sincelejo, Colombia.
- Urbiola, I., y Estevez, A. (2015). Dependencia emocional y esquemas desadaptativos tempranos en el noviazgo de adolescentes y jóvenes. *Psicología Conductual*, 23(3), 571-587. Recuperado de <http://web.b.ebscohost.com/ehost/detail/detail?vid=16&sid=05d66b2e-2f46-4dd6-aec04853144db62d%40sessionmgr102&bdata=Jmxhbmc9ZXMmc2l0ZT1laG9zdC1saXZl#AN=111483157&db=a9h>.
- Urbiola, I., Estevez, A., Irruarizaga, I. y Jauregui, P. (2017). Dependencia emocional en jóvenes: relación con la sintomatología ansiosa y depresiva autoestima y diferencias de género. *Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés*, 23, 6-11. Doi:10.1016/j.anyes.2016.11.003
- Urbizagastegui, C. (2014) *Funcionamiento familiar y dependencia emocional en adolescentes de cuarto y quinto de secundaria del distrito de los Olivos*. (Tesis de licenciatura inédita). Universidad Cesar Vallejo, Lima, Perú.
- Vallejos, J. (2012- Octubre) *Dependencia emocional en estudiante universitarios*. Ponencia en el Congreso Internacional de Psicología- Universidad Autónoma del Perú.
- Velasco, C. (2003). *La transición a la vida universitaria: Éxito, fracaso, cambio y abandono*. Recuperado de [http://www.alfaguia.org/alfaguia/files/1319733023\\_12.pdf](http://www.alfaguia.org/alfaguia/files/1319733023_12.pdf)

Velásquez, J. (2002). *Creencias irracionales y ansiedad en ingresantes de la Universidad Nacional de Ingeniería* (Tesis de Licenciatura). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú. Recuperado de <http://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/cybertesis/3394>

## **IX. Anexos**

### Anexo 1. MATRIZ DE CONSISTENCIA

TITULO	PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPOTESIS	DISEÑOS y VARIABLES
<p>Creencias irracionales y Dependencia emocional en universitarios de una universidad nacional y privada de Lima Metropolitana</p>	<p><b>Principal:</b> ¿Qué relación existe entre las creencias irracionales y la dependencia emocional en estudiantes de una Universidad Nacional y Privada de Lima Metropolitana?</p> <p><b>Secundarios:</b> ¿Cuáles de la Creencias Irracionales presentan mayor prevalencia en los universitarios de una Universidad Nacional y privada de Lima Metropolitana?</p> <p>¿Cuál es nivel de dependencia emocional en universitarios de una Universidad Nacional y</p>	<p><b>Objetivo general:</b></p> <p>Determinar la relación entre las creencias irracionales y dependencia emocional en estudiantes de una universidad nacional y privada de Lima Metropolitana</p> <p><b>Objetivos específicos:</b></p> <p>Describir la prevalencia de las creencias irracionales en estudiantes de una Universidad Nacional y privada de Lima Metropolitana.</p> <p>Identificar los niveles de dependencia emocional en estudiantes de una</p>	<p><b>Hipótesis General:</b></p> <p>Ha Existe relación significativa entre las creencias irracionales y la dependencia emocional en estudiantes universitarios de una universidad nacional y particular de Lima Metropolitana</p> <p>Ho No existe relación significativa entre las creencias irracionales y la dependencia emocional en estudiantes universitarios de una universidad nacional y particular de Lima Metropolitana</p> <p><b>Hipótesis Específica:</b></p> <p>H1: Existe relación significativa entre las creencias irracionales y la dependencia emocional en estudiantes provenientes de la universidad nacional.</p>	<p><b>Diseño:</b></p> <p>No Experimental</p> <p>Descriptivo-Comparativo Correlacional</p> <p><b>Variables:</b></p> <p>Variables en estudio:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Creencias irracionales</li> <li>- Dependencia emocional</li> </ul> <p>Variables de control:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sexo</li> <li>- Edad</li> </ul>

	<p>Particular de Lima Metropolitana?</p> <p>¿Qué relación existe entre las creencias irracionales y la dependencia emocional en los estudiantes provenientes de la universidad nacional?</p> <p>¿Qué relación existe entre las creencias irracionales y la dependencia emocional en los estudiantes provenientes de la universidad privada?</p> <p>¿Habrá diferencias de las creencias irracionales en los universitarios según universidad y sexo?</p> <p>¿Habrá diferencias en la dependencia emocional de los universitarios según universidad y sexo?</p>	<p>Universidad Nacional y Particular de Lima Metropolitana</p> <p>Determinar la relación entre las creencias irracionales y dependencia emocional en estudiantes procedentes de la universidad nacional.</p> <p>Determinar la relación entre las creencias irracionales y dependencia emocional en estudiantes procedentes de la universidad privada.</p> <p>Determinar las diferencias de las creencias irracionales en los estudiantes según universidad y sexo.</p> <p>Determinar las diferencias en de dependencia emocional en los estudiantes según universidad y sexo.</p>	<p>Ho No Existe relación significativa entre las creencias irracionales y la dependencia emocional en estudiantes provenientes de la universidad nacional.</p> <p>H2 Existe relación significativa entre las creencias irracionales y la dependencia emocional en estudiantes provenientes de la universidad privada.</p> <p>Ho No Existe relación significativa entre las creencias irracionales y la dependencia emocional en estudiantes provenientes de la universidad privada.</p> <p>H3 Existen diferencias significativas en las creencias irracionales en los universitarios según universidad y sexo</p> <p>Ho No existen diferencias significativas en las creencias irracionales en los universitarios según universidad y sexo</p> <p>H4 Existen diferencias significativas en las creencias irracionales de los</p>	<p>- Situación sentimental</p>
--	---	---	--	--------------------------------

			<p>universitarios según universidad y sexo</p> <p>Ho No existen diferencias significativas en la dependencia emocional de los universitarios según universidad y sexo</p>	
--	--	--	---	--

## Anexo 2

### Inventario de Conducta Racional

Marque con un aspa una de las cinco alternativas, aquella que esté de acuerdo con su forma de pensar y sentir y no la que cree que debería ser. Lea con mucha atención cada una de las oraciones y conteste lo más sinceramente posible. Recuerde que no hay respuestas buenas o malas. No se demore en cada respuesta. Las opciones son:

MA	DA	IN	ED	MD
Muy de Acuerdo	De Acuerdo	Indiferente	En Desacuerdo	Muy en Desacuerdo

	MA	DA	IN	ED	MD
1. Ayudar a otras personas es uno de los aspectos más fundamentales de mi vida					
2. Es necesario ser especialmente amable con los nuevos compañeros y vecinos.					
3. Las personas deberían seguir las normas, principios o reglas morales (ejem. No mentir) de un modo más estricto y exigente que de lo común.					
4. Se me hace difícil aceptar las críticas sin sentirme lastimada.					
5. Cuando tengo que hacer algo, paso más tiempo pensando como evitarlo, que pensar en el tiempo que me tomará hacerlo.					
6. Cuando las cosas no son como quisiera que fueran tiendo a sentirme muy desanimada y triste.					
7. Es imposible cambiar lo que siento en algún momento.					
8. Es un pecado dudar de la Biblia.					
9. El interés por los demás es la emoción o sentimiento humano más hermoso					
10. Siento temor de enfrentar un momento de crisis o una fuerte dificultad.					
11. Muchas veces me siento desesperada o confundida cuando las cosas van por mal camino.					
12. Debo apurarme a realizar las cosas desagradables, aunque sean necesarias.					
13. Me molesta ver cuando los vecinos son muy severos con sus hijos					
14. Es lógico pensar que no debería haber problemas por la apariencia física.					
15. Con frecuencia me siento insatisfecha por mi apariencia física.					
16. Una persona debería ser totalmente competente, adecuada, talentosa e inteligente en todos los aspectos posibles.					
17. Lo que otros piensan de mí es sumamente importante.					
18. Las personas deberían hacernos las cosas más fáciles y ayudarnos					

con las dificultades de la vida.					
19. Tiendo a mirar a algunas personas para conocer la clase de conducta que ellos aprueben como correcto o incorrecto, “buena o mala”.					
20. Creo que mi situación actual y la relación con los que me conocen, me hacen sentirme mal o infeliz.					
21. Generalmente trato de evitar el hacer tareas o trabajos que me disgustan hacer.					
22. Algunas de las personas que conozco tienen hábitos o costumbres que me molestan y enojan.					
23. Tiendo a preocuparme por posibles accidentes y desastres.					
24. Me gusta enfrentar las responsabilidades por mí misma.					
25. Me siento muy molesta o triste cuando las cosas no son del modo que me gustan.					
26. Me preocupo un poco más de lo común por posibles desgracias.					
27. Castigarme por todos los errores cometidos, evitaré futuros errores.					
28. La mejor manera de ayudar a los demás es criticándoles y señalándoles duramente sus errores.					
29. El preocuparse por posibles peligros ayudará a evitarlos o disminuir sus efectos.					
30. Me preocupo por pequeñeces o detalles sin importancia.					
31. Algunas personas son “malas”, “perversas”, “villanas” y por ello tienen que ser severamente castigadas por sus malas acciones.					
32. Un gran número de personas son culpables por su conducta inmoral.					
33. Debo reprenderme duramente o severamente por todos los errores y equivocaciones cometidas.					
34. Se me hace incomodo ser indiferente.					
35. Me preocupo bastante por posibles problemas o desgracias que me pudieran suceder.					
36. Prefiero que los demás no influyan en mí para tomar decisiones.					
37. Si he sido muy afectada por un hecho o acontecimiento, este debe influir para siempre en mi vida					

## Cuestionario de dependencia emocional

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.

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

	1	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 tengo una relación de pareja						
23. Me divierto solo cuando estoy con mi pareja						

### Anexo 3.

#### Ficha de Sociodemográfica

Sexo: M ( ) F ( )	Ciclo de estudios:	Universidad: privada ( ) pública ( )
Si trabaja ( ) no trabaja ( )	Edad: .....	Con pareja ( ) sin pareja ( )
¿Cuántas relaciones de pareja con promedio de 6 meses ha tenido?.....		Si tiene pareja actualmente ¿cuánto tiempo de relación tiene?.....