

**Relación entre pensamientos automáticos y dependencia emocional en
mujeres de 18 a 24 años del programa de Psicología de la Universidad
CESMAG**

Ana Marcela Burbano Palacios

Eilyn Brigitte Carlozama Velásquez

Anghely Mabel Ortiz Tatalcha

Daissy Zuleima Zambrano López

Universidad Cesmag

Facultad de Ciencias Sociales y Humanas

Programa de Psicología

Pasto-Nariño

202

**Relación entre pensamientos automáticos y dependencia emocional en mujeres de 18
a 24 años del programa de Psicología de la Universidad CESMAG**

Ana Marcela Burbano Palacios

Eilyn Brigitte Carlozama Velázquez

Anghely Mabel Ortiz Tutalcha

Daissy Zuleima Zambrano López

PhD. Janio Caldas Luzeiro

Jurados de trabajo de grado

Hugo Campaña

Susana Flórez

Universidad Cesmag

Facultad de Ciencias Sociales y Humanas

Programa de Psicología

Pasto - Nariño

2023

NOTA DE ACEPTACIÓN

Esteban Ruiz Pardo

Firma Presidente del Jurado

[Handwritten signature]

Firma del Jurado

[Handwritten signature]

Firma del Jurado

San Juan de Pasto, 26 de junio de 2023.

NOTA DE EXCLUSIÓN DE RESPONSABILIDAD INTELECTUAL

El pensamiento que se expresa en esta obra es de exclusiva responsabilidad de sus autores y no compromete la ideología de la Universidad CESMAG.

Tabla de contenido

| | |
|------------------------------|----|
| Introducción | 9 |
| Objeto tema de investigación | 12 |
| Campo de aplicación | 12 |
| Línea de investigación | 13 |
| Planteamiento del problema | 14 |
| Descripción del problema | 14 |
| Formulación del problema | 15 |
| Hipótesis | 15 |
| Justificación | 15 |
| Objetivos | 18 |
| General | 18 |
| Específicos | 18 |
| | 2 |

| | |
|--|----|
| Marco de referencia | 19 |
| Marco de antecedentes | 19 |
| Marco contextual | 29 |
| Macro contexto | 29 |
| Micro contexto | 31 |
| Marco Teórico – Conceptual | 32 |
| Pensamientos automáticos | 32 |
| Tipos de pensamientos automáticos | 34 |
| Dependencia emocional. | 36 |
| Teoría de los rasgos de personalidad. | 37 |
| Relaciones de pareja y amor romántico. | 40 |
| Dependencias interpersonales o relacionales. | 41 |
| Teoría de la vinculación afectiva. | 42 |
| Características de dependencia emocional. | 44 |
| Área de las relaciones de pareja. | 44 |
| Área de las relaciones interpersonales. | 46 |
| Área de autoestima y estado de ánimo. | 47 |
| Marco legal | 48 |
| Metodología | 49 |
| Enfoque | 49 |

| | |
|--|----|
| Método | 50 |
| Tipo de estudio | 51 |
| Diseño | 51 |
| Población y muestra | 51 |
| Población de estudio | 51 |
| Muestreo | 52 |
| Diseño muestral | 52 |
| Probabilístico | 52 |
| Criterios de exclusión | 53 |
| Criterios de inclusión | 54 |
| Técnicas e instrumentos de recolección de información | 59 |
| Inventario de pensamientos automáticos | 59 |
| Consistencia interna de los ítems | 59 |
| Inventario de Dependencia Emocional | 60 |
| Confiabilidad | 60 |
| Evidencias de validez factorial | 61 |
| Puntuación | 61 |
| Componentes de la prueba | 62 |
| Escala de medición sobre adicción al amor en estudiantes | 63 |
| Cronograma | 65 |
| Presupuesto | 73 |
| Plan de análisis de datos | 73 |

| | |
|--|-----|
| Descripción general del método de análisis | 74 |
| Análisis de normalidad | 81 |
| Estadísticos descriptivos | 84 |
| Resultados por objetivos | 89 |
| Discusión | 119 |
| Conclusiones | 129 |
| Recomendaciones | 131 |
| Referencias | 135 |

Lista de tablas

| | |
|--|----|
| Tabla 1. Matriz de operacionalización de variables | 56 |
| Tabla 2. Cronograma | 66 |
| Tabla 3. Presupuesto | 74 |
| Tabla 4. Nivel alto , medio y bajo de dependencia emocional por rangos de edad | 76 |
| Tabla 5. Media de los niveles de dependencia emocional por rangos de edad | 78 |
| Tabla 6. Media del nivel total de dependencia emocional en la EAAM | 79 |
| Tabla 7. Estadísticos de normalidad- Shapiro Wilk | 82 |
| Tabla 8. Estadísticos descriptivos, (1) | 86 |
| Tabla 9. Estadísticos descriptivos (2) | 87 |

| | |
|---|-----|
| Tabla 10. Estadísticos descriptivos (3) | 88 |
| Tabla 11. Estadísticos descriptivos (4) | 89 |
| Tabla 12. Estadísticos descriptivos (5) | 90 |
| Tabla 13. Calificación en percentiles del Inventario de Dependencia Emocional (IDE) | 91 |
| Tabla 14. Niveles de dependencia emocional | 91 |
| Tabla 15. Media de dependencia emocional | 94 |
| Tabla 16. Media de las subcategorías obtenidas por el total de población | 95 |
| Tabla 17. Falacia de recompensa divina (frecuencia) | 98 |
| Tabla 18. Falacia de justicia (frecuencia) | 100 |
| Tabla 19. Filtraje de pensamiento (frecuencia) | 101 |
| Tabla 20. Etiquetas globales (frecuencia) | 103 |
| Tabla 21. Interpretación del pensamiento | 104 |
| Tabla 22. Sobregeneralización | 105 |
| Tabla 23. Visión catastrófica (frecuencia) | 107 |
| Tabla 24. Culpabilidad (frecuencia) | 108 |
| Tabla 25. Deberías (frecuencia) | 109 |
| Tabla 26. Falacia de cambio (frecuencia) | 111 |
| Tabla 27. Falacia de control (frecuencia) | 112 |
| Tabla 28. Falacia de razón (frecuencia) | 113 |
| Tabla 29. Razonamiento emocional (frecuencia) | 114 |
| Tabla 30. Personalización (frecuencia) | 115 |

| | |
|---|-----|
| Tabla 31. Pensamiento polarizado (frecuencia) | 116 |
| Tabla 32. Correlación de Pearson | 118 |

Lista de gráficas

| | |
|--|----|
| Gráfica 1. Barra del nivel de dependencia emocional por rangos de edad | 77 |
| Gráfica 2. Nivel de dependencia emocional en percentiles | 93 |
| Gráfica 3. Media de las subcategorías del IDE | 97 |

Lista de anexos

| | |
|--|-----|
| Anexo A. Escala de adicción al amor | 146 |
| Anexo B. Consentimiento informado | 148 |
| Anexo C. Diagnostico previo para criterios de inclusión y exclusión-tamizaje | 149 |
| Anexo D. Inventario de Pensamiento Automáticos (IPA) | 150 |
| Anexo E. Carta de aval para desarrollo de la investigación | 151 |
| Anexo F. Carta de aval por parte del asesor | 152 |
| Anexo G. Consentimiento informado IPA E IDE (1) | 153 |
| Anexo H. Consentimiento informado IPA E IDE (2) | 154 |

Introducción

Las relaciones afectivas saludables que se establecen con una pareja son una fuente inagotable de bienestar para los miembros que la conforman. Por lo tanto, son una expresión más de salud mental que un individuo goza en una época determinada de su vida. Es normal que, en una relación de pareja, en particular durante la fase del enamoramiento, se experimente una necesidad afectiva, un deseo de "fundirse" con el otro. Pero a medida que la relación de pareja se estabiliza, este deseo tiende a disminuir para conformar una relación madura, donde el amor y sus componentes están en un equilibrio que propicia el desarrollo personal de los miembros de la pareja (Lemaire, 1995). En cambio, cuando el deseo de fusión permanece alterado con el paso del tiempo, e incluso aumenta, cuando hay una necesidad afectiva intensa de estar con la pareja y para ello se recurre a cualquier acto, lo que en muchos casos se torna perjudicial, en especial para uno de los miembros, la dependencia emocional se convierte en la principal y tal vez única razón de ser de esa relación disfuncional. Este problema es poco conocido; no obstante, es frecuente en la actividad clínica y en muchos casos constituye la base de algunos trastornos afectivos (Riso, 2003; Castelló, 2005; Sirvent y Moral, 2007). La mitad de la consulta psicológica se debe a problemas ocasionados o relacionados con una dependencia patológica interpersonal, principalmente con la pareja. Incluso, en un gran número de casos, pese a lo nocivo de la relación las personas son incapaces de ponerle fin a la misma (Riso, 2003).

Con respecto al género, Lazo (1998) manifiesta que el mayor porcentaje de personas con este problema son mujeres de diferentes clases sociales, atractivas, inteligentes, con ocupaciones diversas, trabajadoras, dependientes y también amas de casa. Sin embargo, todas ellas son dependientes o están necesitadas de "amor" de parte de su pareja. De hecho, Castelló (2005) concuerda con esta observación y manifiesta que en lo que se refiere al género, la confluencia de factores biológicos y socioculturales otorga a la mujer una mayor probabilidad de que padezca dependencia emocional.

Los pensamientos automáticos al igual que la dependencia emocional son problemáticas producto de múltiples factores asociados, que tienen consecuencias importantes en el desarrollo de los sujetos; las cuales generan en las personas un desequilibrio e inestabilidad emocional y a su vez un estilo de afrontamiento disfuncional que conlleva a percibir las situaciones erróneamente. Por otra parte, los pensamientos automáticos realmente son un problema para aquellas personas que empiezan a sentirse mal en las diferentes áreas de su vida: personal, laboral o familiar y comienzan a presentar síntomas de tristeza, ansiedad, preocupaciones o cualquier otro factor causante de desequilibrio físico, social o emocional, dichos pensamientos se repiten varias veces y tiene gran influencia sobre las emociones, causando así, lo que se denomina rumiación cognitiva y por lo general su contenido está cargado de una percepción negativa del individuo. Un ejemplo de ellos es el pensamiento de "no sirvo" este pensamiento es suficiente para ir desarrollando conductas de evitación de cualquier actividad que se considere útil, porque ya se ha creado una creencia irracional y la memoria la ha registrado tantas veces que muchas vivencias harán que se active (Universidad de Guadalajara, s.f).

Por otra parte, la dependencia emocional es una necesidad afectiva extrema y continua, que obliga a las personas que la padecen a satisfacerla en el ámbito de las relaciones de pareja; en consecuencia, gran parte de la vida de estas personas gira en torno al amor. Aunque este fenómeno puede aparecer puntualmente en la vida de un individuo (es decir, sólo en una de sus relaciones), lo más normal es que sea una constante en él; por lo tanto, la mayor parte de sus relaciones de pareja presentarán un patrón característico regido por la mencionada necesidad afectiva extrema. Es importante destacar que esta dependencia o necesidad no debe ser de tipo material, económico o fundamentada en una minusvalía o indefensión personal del sujeto, sino que tiene que ser específicamente emocional para que podamos hablar de este fenómeno psicopatológico (Castelló, 2005, p.1).

De esta manera el presente trabajo buscó determinar la relación que existe entre los pensamientos automáticos y la dependencia emocional en mujeres de 18 a 24 años del Programa de Psicología de la Universidad CESMAG mediante la identificación, determinación y evaluación de las variables estudiadas (pensamientos automáticos y dependencia emocional) en la población muestra mencionada anteriormente.

La investigación se enmarcó desde el enfoque cuantitativo, ya que estableció un orden riguroso que parte de una idea y está una vez delimitada, se convirtió en tema de investigación de donde se deriva el objeto a estudiar; es decir, se establecieron hipótesis y se determinó las variables antes mencionadas, partiendo del planteamiento del problema que a su vez se fue la problemática a investigar, permitiendo así una inmersión inicial en el campo de estudio.

Por último, para el desarrollo de la presente investigación se tuvo en cuenta un diseño no experimental transversal, cuyo propósito fue validar las hipótesis planteadas; permitiendo la recolección de datos en un único momento; además, fue de tipo correlacional causal debido a que relacionarán las variables (pensamientos automáticos y dependencia emocional), para determinar el grado de asociación que existe entre estas; además, se vio pertinente que las hipótesis formuladas sean sometidas a pruebas mediante mediciones, a través de la aplicación de pruebas psicométricas válidas y confiables (Hernández, Fernández y Baptista, 2017).

Objeto tema de investigación

Relación entre pensamientos automáticos y dependencia emocional en mujeres de 18 a 24 años del Programa de Psicología de la Universidad CESMAG.

Campo de aplicación

Clínico

El tema referente a la relación entre los pensamientos automáticos y la dependencia emocional en mujeres de 18 a 24 años del programa de psicología de la universidad CESMAG, se enmarca en el campo de la Psicología Clínica que se encarga del estudio de los comportamientos anómalos del ser humano, además se interesa por identificar los trastornos presentes y analizar las conductas de los individuos, como lo menciona el Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos (2003).

La Psicología Clínica dispone de sus propios métodos, modelos y procedimientos, en particular, métodos psicodiagnósticos, modelos psicopatológicos y procedimientos psicoterapéuticos. En todo caso, ello ha llegado a ser así en virtud de un proceso histórico de acumulación de saber científico y técnico y de institucionalización y reconocimiento social. (p.3)

A partir de lo anterior, se puede decir que el campo clínico aportó a la presente investigación de manera significativa, ya que se pretende dar respuesta al planteamiento del problema expuesto en el trabajo de grado; esto se llevó a cabo bajo el enfoque cognitivo

conductual el cual pretende dar a conocer los efectos y la incidencia de los pensamientos automáticos y la dependencia emocional en el comportamiento de los individuos.

Línea de investigación

La presente investigación se inscribió a la línea denominada Psicología Clínica y de la Salud, cuyo objetivo es investigar y abordar aspectos cognitivos y en el caso particular del proyecto, se pretende profundizar los pensamientos automáticos y la dependencia emocional, las cuales se encuentran directamente relacionadas con riesgos frente a la salud mental, vista esta como parte del bienestar integral y la calidad de vida de la población escogida.

Por este motivo se abordó desde una problemática en salud mental que afecta directamente a los individuos participantes, de ahí la importancia de llevar a cabo dicho estudio ya que permitió brindar una amplia concepción acerca de las afecciones que pueden desencadenar la relación de la dependencia emocional y los pensamientos automáticos. Para ello, se tuvo en cuenta lo establecido por la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022) un estado de bienestar en el cual cada individuo desarrolla su potencial, puede afrontar las tensiones de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera, y puede aportar algo a su comunidad”; en lo específico, se puede mencionar que este estado se puede ver afectado cuando existe una interpretación errónea de la realidad, la cual puede generar, estados de ánimo alterados que afectan la calidad de vida de las personas. Por tal motivo, para lograr este estado de homeostasis es imprescindible conocer en primer lugar diversas maneras en que las personas expresan la

subjetividad, tratando de identificar los pensamientos desadaptativos o erróneos para que a partir de esta evaluación previa sea recomendable trabajar a través de entrenamiento cognitivo en intervenciones posteriores buscando pensamientos más adaptativos (alternativos), los cuales repercuten en un esquema cognitivo mucho más estructurado en función de mejorar de manera significativa el bienestar y calidad de vida de las personas participantes de la investigación.

Planteamiento del problema

Descripción del problema

Uno de los problemas de la sociedad es la vinculación afectiva inadecuada cuando se entablan relaciones de pareja, si bien el amor es un sentimiento que todas las personas experimentan a lo largo de su vida, en cierto modo en las relaciones de pareja el abuso de este puede generar en la persona una dependencia emocional y a su vez reacciones obsesivas con tendencia a la oposición de terminar la relación. Es normal que, en una relación de pareja, en particular durante la fase del enamoramiento, se sienta una necesidad afectiva intensa con el otro. Pero este deseo, a medida que la relación de pareja se estabiliza, tiende a disminuir para conformar una relación madura, donde el amor y sus componentes están en un equilibrio que propicia el desarrollo personal de la pareja (Avendaño y Sánchez, 2002), sin embargo, cuando el deseo de fusión permanece alterado con el pasar del tiempo y aumenta la necesidad afectiva de estar con la pareja, los sujetos tienden a realizar cualquier acto que en algunos casos puede ser perjudicial para uno de los miembros, desarrollando patrones de comportamiento tendientes a la dependencia emocional, convirtiéndose así en la principal y tal vez única razón de ser la relación.

Es considerable inferir que las personas que se vuelven “dependientes emocionales” pasen por varias etapas de sufrimiento emocional, esto atribuido a la falta de afecto de las relaciones familiares o sociales de su entorno llenando esos vacíos afectivos con su pareja la cual genera una necesidad y un alivio a dichas carencias. Como lo dicen Retana y Sánchez (2005), los dependientes emocionales son aquellas personas para quienes el afecto desempeña el mismo papel que los sedantes o los estimulantes. Son incapaces de retribuir amor y sólo experimentan una apremiante necesidad de ser amados. El dependiente emocional sufre la absorción por su pareja la mayor parte de su vida; se distancia de sus amigos y familiares y hasta puede descuidar sus responsabilidades laborales y/o académicas por intentar permanecer junto al otro, a quien idealiza, disculpándose y justificándose pese a que atente reiteradamente contra su dignidad.

Es así como la dependencia emocional va ligada a aquellas cogniciones que repercuten significativamente en la relación de pareja, debido a que la automatización de los pensamientos hace que el sujeto mantenga conductas de autorreproche, autolesión y sumisión generando así una vulnerabilidad emocional e incrementando patrones de dependencia.

Formulación del problema

¿Cuál es la relación que existe entre pensamientos automáticos y dependencia emocional en mujeres de 18 a 24 años del programa de psicología de la Universidad CESMAG?

Hipótesis

Hipótesis de trabajo

Existe correlación positiva entre los pensamientos automáticos y la dependencia emocional.

Hipótesis nula

No existe ninguna correlación entre los pensamientos automáticos y la dependencia emocional.

Justificación

El estudio de problemáticas cognitivas y emocionales en los sujetos es un tema de gran relevancia en la investigación comportamental, puesto que a partir de ello se permite el análisis de las conductas que desarrollan los sujetos en un contexto determinado. Por tal motivo la presente investigación tuvo como propósito analizar la relación entre pensamientos automáticos y dependencia emocional en mujeres de 18 a 24 años del programa de psicología de la Universidad CESMAG; dado que, respecto al género, Lazo (1998) manifiesta que el mayor porcentaje de personas con este problema son mujeres de diferentes clases sociales, atractivas, inteligentes, con ocupaciones diversas, trabajadoras, estudiantes y/o amas de casa. Castelló (2005) concuerda con esta observación y manifiesta que en lo que se refiere al género, la confluencia de factores biológicos y socioculturales otorga a la mujer una mayor probabilidad de que padezca

dependencia emocional. De este modo se conoció y analizó desde una perspectiva cognitivo - conductual como dichas variables repercuten en la calidad de vida de los sujetos y la relación que entablan con su contexto. Aunado a ellos es importante reconocer que en las diversas etapas de los seres humanos cuando entablan una relación de pareja sostiene vínculos, de este modo algunos pueden resignificar condiciones patológicas como la dependencia emocional la cual genera una gran afección a la vida del sujeto, puesto que, posiblemente esta puede desencadenar consecuencias a corto, mediano y/o largo plazo en las relaciones familiares, sociales, vínculos afectivos y su vida diaria.

Según Hirschfeld, Klerman, Gough, Barrett, Korchin y Chodoff (como se citó en Londoño y Zapata, 2007) refieren que la excesiva confianza emocional hacia otra persona, es desencadenada por la falta de seguridad en sí mismo y la falta de autonomía, estas variables han sido analizadas por diferentes investigadores bajo el constructo de dependencia emocional que a su vez pueden desencadenar síntomas ansiosos a causa de la separación y el miedo a la soledad, los sujetos desarrollan conductas de control para mantener a la pareja a su lado, como por ejemplo: modificación de planes, búsqueda de atención y expresiones emocionales impulsivas.

De hecho, Reyes (como se citó en zapata, 2020) refiere que la dependencia es una condición que da paso a un proceso adictivo y que la mayoría de las personas la desconocen y la han culturalizado debido a que es un esquema de conductas aprendidas que generan, afectaciones en la tranquilidad y el bienestar del individuo. Es por esto por lo que desde el área de la Psicología es clave el estudio del comportamiento y las conductas a causa de esta problemática,

dado que alteran la funcionalidad de los individuos y, por ende, se ocasiona sufrimiento como respuesta a una relación de tipo enfermizo.

Teniendo en cuenta lo mencionado anteriormente, se abordó la problemática de tal forma que se realizó el debido análisis para de esta manera corroborar las hipótesis planteadas, con el fin de realizar un aporte a nivel académico e investigativo, de tal manera que esto contribuya a la Psicología Clínica, en cuanto a procesos de evaluación, intervención o aplicación de programas encaminados a la promoción y prevención de problemáticas de origen cognitivo; se pretende realizar a través de la psicoeducación con la cual se buscó abordar la dependencia emocional y los pensamientos automáticos, que afectan la calidad de vida de las participantes, que se vuelven complejas por el desconocimiento que se tiene de dicha problemática. De esta forma, se conceptualiza este modelo como una herramienta de cambio, en la cual se tendrá en cuenta que cada persona experimenta su vivencia de forma individual, lo que debe ser considerado para elaborar una estrategia personal de afrontamiento.

Por último, es importante destacar que existe escasa información en cuanto a la correlación de las dos variables de estudio, por lo que resulta pertinente llevar a cabo la investigación para que sirva como aporte al programa de psicología, y desde el mismo se comprenda y visualice el estado cognitivo de quienes participan en esta, con el fin de realizar una intervención en pro de mitigar la problemática y brindar acompañamiento mejorando así la calidad de vida y el bienestar integral.

Objetivos

General

Determinar la relación entre pensamientos automáticos y dependencia emocional en mujeres de 18 a 24 años del Programa de Psicología de la Universidad CESMAG.

Específicos

Caracterizar los niveles de dependencia emocional de las mujeres de 18 a 24 años del programa de psicología de la universidad CESMAG, con el pre test (Escala de adicción al amor).

Identificar el nivel de dependencia emocional en mujeres de 18 a 24 años del Programa de Psicología la Universidad CESMAG.

Determinar la frecuencia de cada tipo de pensamientos automáticos en mujeres de 18 a 24 años del Programa de Psicología de la Universidad CESMAG.

Analizar la correlación entre pensamientos automáticos y dependencia emocional en mujeres de 18 a 24 años del Programa de Psicología de la Universidad CESMAG.

Marco de referencia

Marco de antecedentes

Después de haber realizado una revisión extensa de la literatura, se encontraron escasas investigaciones relacionadas con las dos variables en conjunto; por lo tanto, a continuación, se presentarán los estudios de dichas variables de forma individual.

Internacionales.

A nivel internacional se encuentra el estudio de Villa, Sirvent, Ovejero y Cuetos en el año 2018 quienes desarrollaron una investigación denominada “Dependencia emocional en las relaciones de pareja como Síndrome de Artemisa: modelo explicativo”, la investigación en mención fue llevado a cabo en España, el objetivo general fue establecer un análisis comparativo de su perfil clínico y psicosocial, se contó con una población de 880 participantes, de los cuales 277 están filiados como muestra clínica, 311 corresponden a población general y el resto representan muestras de comparación (adictos y familiares no codependientes); esta investigación estuvo enmarcada en un enfoque cuantitativo, para ello se aplicó el inventario de relaciones interpersonales y dependencias sentimentales, dicha investigación arrojó como resultados que el perfil del dependiente emocional experimenta desajustes afectivos en forma de sentimientos negativos (soledad, tristeza, desánimo, culpa, etc.) y vacío emocional junto a deseos de autodestrucción e inescapabilidad emocional, además presentan dependencia pura (manera de depender de una persona de forma subordinada), con un anhelo irresistible de estar con la persona de la que se depende. El aporte de dicho trabajo al presente estudio es de tipo metodológico ya

que permite ampliar las bases teóricas en cuanto a la variable de dependencia emocional. Dado que permite corroborar una de las hipótesis.

Laca y Mejía en el año 2017 llevaron a cabo un trabajo investigativo llamado “Dependencia emocional, consciencia del presente y estilos de comunicación en situaciones de conflicto con la pareja”, se desarrolló en la universidad de Colima México, para ello se implementó un análisis descriptivo comparativo por género y otro correlacional de los factores que componen los constructos de dependencia emocional, mindfulness y estilos de mensajes en el manejo del conflicto, para ello se contó con una muestra de 220 participantes, distribuidos entre 107 hombres y 93 mujeres de la ciudad de Colima, México; se aplicó el cuestionario de Dependencia Emocional CDE de Lemos y Londoño, (2006); el Inventario Friburgo de Mindfulness -FMI de Walach, Buchheld, Bottenmuller, Kleinknecht y Schmidt, (2006). En la versión unifactorial en español (cf. Laca y Mejía, en revisión) y el de Estilos de Mensajes en el Manejo del Conflicto -CMMS de Ross y DeWine, (1988) (cf. Mejía y Laca, 2006). A partir de ello los resultados establecen que los hombres manifiestan significativamente más ansiedad de separación y búsqueda de atención y las mujeres utilizan más expresiones límite con su pareja. La mayoría de los factores componentes de la dependencia emocional se relacionan con los estilos de comunicación centrado en la otra parte y centrado en uno mismo. El aporte de esta investigación es desde lo conceptual y teórico, dado que al incluir una de las variables de estudio se comprende de manera amplia las definiciones del constructo y a su vez tomar relación de estos para incluir en el presente trabajo.

Aiquipa (2015) desarrolló un trabajo investigativo en la universidad nacional mayor de san Marcos, en Perú, trabajo titulado “Dependencia emocional, en mujeres víctimas de violencia de pareja”, se establece como objetivo identificar la relación entre la dependencia emocional y la violencia de pareja, para el desarrollo se contó con una muestra conformada por dos grupos de mujeres, víctimas de violencia de pareja (25 usuarias) y mujeres que no fueron víctimas de violencia de pareja (26 usuarias), se utilizó un enfoque cuantitativo y se empleó una estrategia asociativa comparativa del que se obtuvieron como resultados que existe relación estadísticamente significativa entre las variables de estudio (dependencia emocional y violencia de pareja) puesto que se encontraron diferencias significativas, en donde se establece que las mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja obtuvieron una puntuación elevada de dependencia emocional respecto a aquellas mujeres que no han vivido tal experiencia; para realizar dicho análisis utilizaron el programa estadístico SPSS en su versión 20.0, en este sentido el presente estudio utilizó el programa estadístico con el cual se realizará el respectivo análisis de datos del presente trabajo de grado. El presente trabajo se toma desde un aporte metodológico, puesto que el estudio diseñado relaciona población femenina, esto permite correlacionar la existencia de dichas variables en otros estudios alternos y de este modo comprobar las hipótesis planteadas. Es importante mencionar estudios que reflejen la misma población porque estiman la posibilidad de la existencia del fenómeno a estudiar.

Ponce, Aiquipa y Arbocco en el año 2019 llevaron a cabo la investigación denominada “dependencia emocional, satisfacción con la vida y violencia de pareja en estudiantes universitarias”, para ello se estableció como objetivo de estudio analizar la relación entre la

dependencia emocional y la satisfacción con la vida en un grupo de estudiantes de Psicología de universidades públicas y privadas de Lima Metropolitana, con una población total de 1211 estudiantes universitarias con un promedio de 21 años de edad, el 54% no-víctimas de violencia y un 46% víctimas de violencia de pareja, para la ejecución de dicho trabajo se implementaron los instrumentos psicométricos Cuestionario de Violencia entre Novios (CUVINO), el Inventario de Dependencia Emocional (IDE) y la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS) se implementó una metodología empírica con enfoque cuantitativo a partir de ello los resultados indican que en el grupo de mujeres con violencia de pareja existe relación estadísticamente significativa y de tipo inversa entre dependencia emocional y satisfacción con la vida, el aporte de esta investigación al presente estudio contribuye conceptualmente a una de las variables; de la misma manera se implementa un instrumento psicométrico (IDE) el cual se aplicará en el presente estudio con el fin de corroborar o contrarrestar los objetivos anteriormente planteados.

Huerta et al., (2017) realizaron la investigación titulada “esquemas cognitivos disfuncionales y dependencia emocional en mujeres con y sin violencia en la relación de pareja” de la ciudad de Lima, para el desarrollo de dicho estudio se planteó como objetivos, analizar la relación entre las dimensiones de los esquemas cognitivos disfuncionales y la dependencia emocional en mujeres víctimas y no víctimas de violencia en la relación de pareja de la ciudad de Lima; comparar las diferencias en las dimensiones de los esquemas cognitivos disfuncionales y la dependencia emocional entre las mujeres con y sin violencia en la relación de pareja de la ciudad de Lima y adaptar el Cuestionario de Esquemas Cognitivos de Young, (YSQ-S3), se implementó una metodología de tipo sustantivo, sistematiza procedimientos dentro del método correlacional

con un diseño descriptivo correlacional transversal con una muestra constituida por 385 mujeres quienes se fueron clasificando de acuerdo a su edad, si han sido víctimas o no de violencia, para corroborar las hipótesis planteadas los autores implementaron la ficha de datos sociodemográficos además se implementó el Cuestionario de Esquemas de Young (YSQ-S3) de Jeffrey Young y el Inventario de Dependencia Emocional de Aiquipa, J. (IDE) posteriormente a la aplicación se encontró que existe una correlación muy significativa y positiva entre las dimensiones y los esquemas disfuncionales tempranos con los factores de la dependencia emocional, agravada por la presencia de violencia en la relación de pareja, se encontró además mayor relación entre la dependencia emocional con los esquemas; cuando hay violencia las dimensiones están más afectadas. Asimismo, se hallaron diferencias significativas entre ambos grupos, teniendo en cuenta lo anteriormente mencionado. El aporte que se hace desde este estudio es bidimensional por un lado abarca la población objeto de estudio respecto al género de forma similar y por otro lado estudia una de las variables, por lo tanto, metodológicamente como conceptualmente se toman apartes del trabajo investigativo y se incluyen en el presente, siendo de gran valor dicha información sustraída.

Por otro lado, los siguientes artículos fueron traducidos al español:

Estevez, Chaves, Momeñe, Olave, Vazquez y Iruarrizaga en el año 2018 llevaron a cabo una investigación denominada “The role of emotional dependence in the relationship between attachment and impulsive behavior - El papel de la dependencia emocional en la relación entre el apego y la conducta impulsiva”, en este estudio, examinamos la satisfacción con la relación de los individuos casados en relación con su dependencia emocional y sus creencias sobre la

relación disfuncional. Los participantes fueron 203 mujeres y 181 hombres, un total de 384 personas casadas de ciudades urbanas de Turquía. Controlando los efectos del género y la duración del matrimonio, realizamos un análisis de regresión jerárquica. Los resultados revelaron que la satisfacción de la relación de los turcos casados se explicaba significativamente por su dependencia emocional ($r^2 = 0,300$, $p < 0,001$) y percepciones de rechazo interpersonal ($r^2 = 0,075$, $p < 0,001$) y expectativas de relación poco realistas ($r^2 = .028$, $p < .001$). Sin embargo, la percepción interpersonal errónea no contribuyó significativamente a la satisfacción de la relación de los participantes ($p > 0,05$). En comparación con las percepciones de rechazo interpersonal y las expectativas de relación poco realistas, la dependencia emocional tuvo el papel más importante en la explicación de la satisfacción de los participantes con sus matrimonios. Discutimos los resultados a la luz de la literatura actual, así como la relevancia cultural. También proporcionamos implicaciones para futuras investigaciones y prácticas de salud mental.

El aporte es desde la aplicación de estudios estadísticos para obtener los resultados, esto permite validar que la medición de estas variables incide desde una perspectiva correlacional y analítica, además los estadísticos que se abarcan funcionan como pieza clave para poderlos tomar como referencia en el trabajo actual

Kemer, Çetinkaya y Bulgan, G. (2017) llevaron a cabo un trabajo investigativo denominado “Emotional Dependency and Dysfunctional Relationship Beliefs as Predictors of Married Turkish Individuals’ Relationship Satisfaction - Dependencia emocional y creencias de relación disfuncional como predictores de la satisfacción de la relación de individuos turcos casados”, este estudio, se realizó con el fin de examinar la satisfacción con la relación de los

individuos casados en relación con su dependencia emocional y sus creencias sobre la relación disfuncional. Para ello contaron con una muestra que se subdividió en 203 mujeres y 181 hombres, un total de 384 personas casadas de ciudades urbanas de Turquía. Los resultados revelaron que la satisfacción de la relación de los turcos casados se explicaba significativamente por su dependencia emocional ($sr^2 = 0,300, p < 0,001$) y percepciones de rechazo interpersonal ($sr^2 = 0,075, p < 0,001$) y expectativas de relación poco realistas ($sr^2 = .028, p < .001$). Sin embargo, la percepción interpersonal errónea no contribuyó significativamente a la satisfacción de la relación de los participantes ($p > 0,05$). En comparación con las percepciones de rechazo interpersonal y las expectativas de relación poco realistas, la dependencia emocional tuvo el papel más importante en la explicación de la satisfacción de los participantes con sus matrimonios. El estudio antes citado, permite abarcar la profundidad de las variables aceptadas en contextos similares, por lo tanto, el aporte teórico que se recopila del mismo es desde el uso de teorías que respaldan la investigación y la aplicación de conceptos que emergen desde constructos transversales en el tiempo como la dependencia emocional.

Flores, (2019) desarrolló una investigación denominada “Pensamientos automáticos negativos y dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia atendidas en un centro de salud de Chosica”. El objetivo de la investigación fue relacionar la dependencia emocional y los pensamientos automáticos negativos en mujeres víctimas de violencia en un centro de salud de Chosica. El diseño de la investigación fue no experimental, descriptivo-correlacional. La muestra estuvo conformada por 78 mujeres de un centro de salud de Chosica. Los instrumentos utilizados fueron el Inventario de Dependencia Emocional y el Inventario de Pensamientos Automáticos

Negativos. Los resultados indican que existe una relación entre la dependencia emocional y los pensamientos automáticos negativos filtrados, sobregeneralización, interpretación del pensamiento, personalización, falacia de control, etiquetas globales, culpa, debería y tener razón. Los pensamientos automáticos negativos de mayor prevalencia están relacionados con los deberes (50,5%) seguidos de la Falacia de la Retribución Divina (50%), la Falacia de la Justicia (46,5%), la Falacia del Cambio (44. 5%) Control de Falacias (43%), Visión Catastrófica, Pensamiento Polarizado y Etiquetas Globales con aproximadamente un 41%. El 33,3% de las mujeres presentan niveles altos de dependencia emocional, el 23,1% dependencia emocional moderada, seguido del 23,1% de una respuesta emocional y finalmente con un 20,5% con un nivel significativo de dependencia emocional. El aporte se refleja desde el estudio de las variables, en contextos como las relaciones de pareja para hacer dichos estudios, pues al encontrar referentes en igual condición permite inferir que los estudios del tema están enfocados de manera adecuada, además en posteriores análisis se puede tomar como referencia el estudio esto con el fin de comparar lo encontrado y comprobar las hipótesis.

Bogarín et al., (2021) Denominaron a la investigación “Dependencia emocional y distorsiones cognitivas en mujeres víctimas de violencia conyugal”. Esta investigación estudia la relación entre dependencia emocional y distorsiones cognitivas en mujeres víctimas de violencia conyugal. Se trata de un estudio cuantitativo de alcance correlacional. Se trabajó con una muestra intencional de 42 mujeres con edades comprendidas entre 18 a 54 años víctimas de violencia doméstica quienes asisten a instituciones públicas que brindan asistencia jurídica y

psicológica a estas personas. Se utilizó el Cuestionario de Dependencia Emocional y el Inventario de Pensamientos Automáticos. El análisis de datos se realizó con el programa estadístico SPSS 20. Los resultados indican que existen relaciones positivas entre la mayoría de las dimensiones de dependencia emocional y los tipos de distorsiones cognitivas. El aporte es hacia la metodología y la correlación teórica conceptual, puesto que en el trabajo en mención se distinguen diversos autores que permiten ampliar a profundidad el estudio de incidencia de las variables como un fenómeno presente en la cotidianidad de las relaciones de pareja.

Carranza, Sáenz y Emperatriz (2019) Llevaron a cabo la investigación denominada “Dependencia emocional y distorsiones cognitivas relacionadas con la violencia de pareja en jóvenes universitarios de la ciudad de Barranquilla”; la presente investigación tuvo como propósito analizar la dependencia emocional y las distorsiones cognitivas relacionadas con la violencia de pareja en jóvenes universitarios de la ciudad de Barranquilla, para lo cual se trabajó con 410 estudiantes de la Universidad Simón Bolívar bajo una metodología empírica analítica, de enfoque cuantitativo, diseño no experimental de tipo transaccional correlacional. Se contó con una muestra representativa de 92 estudiantes con niveles medio alto y alto de las subescalas cometida y sufrida, quienes se encuentran entre las edades de 18 a 25 años y con una relación de pareja actual, a los cuales se les aplicaron los cuestionarios de dependencia emocional (Lemos y Londoño, 2006), el inventario de pensamientos automáticos (Ruiz y Lujan, 1991) y la escala de violencia en las relaciones de pareja adolescentes versión española (Fernández-Fuertes, Fuertes y Pulido, 2006). Los resultados permitieron evidenciar que la presencia de la violencia de pareja en la población estudiada fue considerable, al igual que la presencia de la dependencia emocional y

las distorsiones cognitivas. En cuanto a la relación entre las variables, se evidenció significativamente moderada entre la dependencia emocional y las distorsiones cognitivas, así como significativamente leve entre la violencia de pareja y las distorsiones cognitivas, al contrario de la relación entre dependencia emocional y violencia de pareja, la cual fue nula. al igual que la presencia de la dependencia emocional y las distorsiones cognitivas. Este estudio relaciona las dos variables objeto de estudio, por ende, su aporte a la presente investigación se enfoca en el marco conceptual y teórico, dado que permite incidir en la recopilación de tareas que a su vez estiman la posibilidad de abordarlas en discusión posteriormente, así como también conceptos que se atribuyen a la actual investigación.

Jiménez, Jiménez y Torres (2020), llevaron a cabo una investigación denominada “La dependencia emocional y su influencia en la depresión por ruptura amorosa” la cual tuvo por objetivo demostrar la influencia de la dependencia emocional en la depresión”, ya que este es un fenómeno que está teniendo mayor impacto en la vida psico-social del individuo, de manera que le dificulta la apreciación de diversos estímulos y la recepción de información debido a las diferentes distorsiones cognitivas que la dependencia emocional podría generar. Para el desarrollo del presente estudio se llevó a cabo una metodología de observación directa para evidenciar la conducta del individuo en su entorno, la historia clínica que es una técnica de recolección de datos y baterías psicométricas para confirmar el diagnóstico presuntivo los cuales fueron: test de Beck, test proyectivo de Max Lüscher y el test de dependencia IDE. Una vez culminado el presente estudio se pudo determinar que la influencia de la dependencia emocional

es un factor que influye de manera altamente peligrosa en el desarrollo de una depresión, y aún más si se provoca por una ruptura amorosa dentro de una persona con algún perfil dependiente. Cabe mencionar que los factores que desarrollan una dependencia emocional pueden verse influenciados desde la infancia, y las repercusiones en la adultez son realmente alarmantes. Por lo tanto, dentro del desarrollo del presente trabajo se pudo evidenciar que las consecuencias de una persona que está presentando depresión influenciada por la dependencia emocional no solamente son individuales, sino que pueden afectar en el área psicosocial, dentro de su desarrollo familiar, y por supuesto dentro de las áreas cognitivas individuales del paciente y en el desarrollo de las actividades de gozo. Las técnicas aplicadas nos dieron como resultado una positiva respuesta al presente estudio de manera que confirmaron la influencia entre ambas variables. El aporte se relaciona desde el uso de uno de los instrumentos de evaluación como lo es el IDE, por lo tanto, se valora la pertinencia y aplicación de este instrumento, corroborando que su uso mide exactamente la variable que se requiere estudiar.

Valdivia y Vargas (2017) llevaron a cabo una investigación en Arequipa Perú, denominada “Distorsiones cognitivas y dependencia emocional de pareja en estudiantes universitarios”, la cual tuvo por objetivo establecer qué relación existe entre las distorsiones cognitivas y la dependencia emocional en estudiantes de la Universidad Católica de Santa María. La metodología que emplearon fue de tipo correlacional ya que pretende determinar si existe relación entre ambas variables de estudio. En dicha investigación emplearon el Inventario de Pensamientos Automáticos (IPA) y el inventario de dependencia emocional IDE. Los resultados de la presente investigación han determinado una relación directamente proporcional entre la

dependencia emocional y las distorsiones cognitivas. Esto significa que los estudiantes que presentan niveles altos de dependencia emocional tienden también a presentar distorsiones cognitivas; probándose así la hipótesis planteada. La correlación reflejada en la investigación en mención se correlaciona con el objeto de estudio del trabajo presente, por lo tanto, el aporte se hace desde el análisis de resultados, para posteriormente incluirlo en la discusión al encontrar elementos de referencia que impliquen la cohesión de las variables del estudio y así comprobar las hipótesis planteadas.

Marco contextual

Macro contexto

La información recopilada sobre la universidad y el escenario donde se plantea llevar a cabo este proceso es tomada principalmente de la página Web oficial de la Universidad CESMAG. En el cual, se describe a la universidad CESMAG como una institución de educación superior privada fundada en el año de 1982 por Fray Guillermo de Castellana de la Orden de Hermanos Capuchinos, localizada en la Ciudad de Pasto, que a su vez cuenta con tres sedes: la sede principal ubicada en la carrera 20 A N.º 14-54 y la sede Santiago en la calle 12 N.º 22 F-16 y la sede San Damián, ubicada en el Corregimiento de Catambuco. La familia Unicesmag se compone de 5.847 estudiantes, 353 docentes y 181 administrativos. (Universidad CESMAG [UNICESMAG], 2022).

La misión de la universidad es de carácter privado, orientada por los principios Franciscanos – Capuchinos y la filosofía personalizante y humanizadora de su fundador padre Guillermo de Castellana; promueve la formación integral y el bienestar de personas con espíritu crítico, ético y reflexivo, capaces de comprender y contribuir a la solución de problemas, desde su campo de acción, disciplinaria e interdisciplinaria, para construir una sociedad más justa solidaria y respetuosa de la creación, a través de procesos misionales de docencia, investigación, innovación y/o creación artística y cultural, proyección social con calidad y pertinencia en las regiones de su influencia, y como visión propone ser una universidad de calidad que logra egresados que reconocen en los principios fundacionales los atributos diferenciales con un ejercicio profesional integral.

La visión se relaciona con formar profesionales de pregrado y posgrado que reconocen en los principios fundacionales los atributos diferenciales en su ejercicio profesional. Contará con una comunidad académica cohesionada y que trabajará interdisciplinariamente, capaz de comprender las dinámicas sociales, que demandan acción frente a la inequidad, los cambios ambientales y culturales, impactando así las comunidades locales, regionales, nacionales e internacionales.

Por otra parte, la universidad CESMAG ha establecido unos principios; donde se reconoce como una institución católica, orientada por las características antropológicas Franciscanas – Capuchinas, que busca la formación integral de la persona humana, promueve un conjunto de -aprendizajes básicos- que permiten a los miembros de la comunidad educativa, ser

gestores de espacios fraternos y participativos, potenciadores de la razón del ser humano y la cultura de la paz. Según Padre Guillermo de Castellana (2006) “dan sentido a la vida y la impulsan hacia la humanización completa y hacia la perfección máxima de la personalidad” (p. 129); A su vez su oferta académica consta de 7 facultades las cuales son: arquitectura y bellas artes, ciencias administrativas y contables, educación, ciencias sociales y humanas la cual está compuesta por derecho y psicología, ingeniería, facultad de postgrados y departamentos académicos.

Micro contexto

El Programa de Psicología, perteneciente a la Facultad de Ciencias Sociales y Humanas, forma profesionales socialmente inteligentes, comprometidos con la transformación social, caracterizados por el interés y la capacidad para conocer el mundo en el que viven, darle sentido y encontrar su manera particular de impactar en él, logrando unir los aportes de la ciencia, especialmente de la Psicología, con una formación integral basada en valores, principios éticos, fundamentación teórica suficiente en aspectos disciplinares que le permite hacer lecturas de la complejidad psicosocial en el ámbito local, regional, nacional e internacional. Profesionales con inteligencia social para la identificación y comprensión de las necesidades del contexto, que reconoce y valora la diversidad y la interculturalidad, y las dimensiones afectivas, cognitivas y sociales de los seres humanos, plantea alternativas de solución basadas en un fundamento científico, un pensamiento complejo, crítico, reflexivo y creativo, y asumen éticamente su quehacer profesional en procesos de investigación o de intervención. Profesionales con

competencias para diseñar, ejecutar y evaluar proyectos de investigación e intervención social que respondan a las necesidades del contexto en los campos de aplicación de la Psicología.

Marco Teórico – Conceptual

Pensamientos automáticos

Con relación a los pensamientos automáticos estos son considerados como un problema para aquellas personas que empiezan a sentirse mal en las diferentes áreas de su vida: personal, laboral o familiar y comienzan a presentar síntomas de tristeza, ansiedad, preocupaciones o cualquier otro factor causante de desequilibrio físico, social o emocional, dichos pensamientos se repiten varias veces y tiene gran influencia sobre las emociones, causando así, lo que se denomina rumiación cognitiva y por lo general su contenido está cargado de una percepción negativa del individuo. Un ejemplo de ellos es el pensamiento de “no sirvo” este pensamiento es suficiente para ir desarrollando conductas de evitación de cualquier actividad que se considere útil, porque ya se ha creado una creencia irracional y la memoria la ha registrado tantas veces que muchas vivencias harán que se active (Universidad de Guadalajara, s.f, p.1).

Los pensamientos automáticos son auto-diálogos internos que son expresados por pensamientos o imágenes que aparecen en la mente ante una determinada situación. Los pensamientos automáticos entran de manera automática en la mente, no son pensamientos reflexivos ni productos del análisis o razonamiento de una persona sobre un problema; por el contrario, son reacciones espontáneas ante determinadas situaciones donde aparecen fuertes

sentimientos. Los pensamientos surgen de las creencias, las cuales son ideas que son tomadas por la persona como verdades (Ibañez y Manzanera, 2014).

Beck (como se citó en Valdivia, 2017) refiere que los pensamientos son las conclusiones a las que se llega después de analizar y procesar datos. Si estas deducciones son inexactas, distorsionadas o equivocadas, es probable que la salud mental del individuo se vea afectada negativamente. Los esquemas mentales son construcciones mentales subjetivas, que actúan como filtros a la hora de percibir el mundo por parte del individuo. Éstos influyen significativamente en la información que la persona recibe, percibe, almacena, recupera e interpreta dicha información. Los esquemas provienen en gran medida de experiencias previas de aprendizaje en general, así como de experiencias tempranas, y pueden permanecer latentes hasta ser activadas por un evento significativo que interactúa con ellos (Beck y Cols., 1979). El modelo cognitivo de Beck (1991), menciona a los esquemas con la finalidad de describir cómo las falsas creencias alteran la forma en la cual se procesa la información y se representa mentalmente, afectando también el procesamiento de la información. Estas estructuras cognitivas dirigen la percepción, codificación, organización, almacenamiento y recuperación de la información del entorno. Los estímulos consistentes con los esquemas se elaboran y modifican, mientras que la información inconsistente se ignora y olvida. De acuerdo a Beck (1967) y su teoría de las distorsiones cognitivas, propone que la auto desaprobarción y un estilo cognitivo sesgado negativamente son características centrales en la perturbación psicológica, produciendo una percepción empobrecida sobre sí mismo, el mundo y el futuro; lo que, como consecuencia, llevaría a desarrollar fobias, depresión y problemas de autoestima. En este proceso las distorsiones cognitivas están involucradas y

ocupan un lugar destacado en la interpretación de la información. Existen diferentes tipos de distorsiones cognitivas que producen una serie de pensamientos automáticos negativos; y éstos, a su vez, en el momento de su aparición en la percepción de las circunstancias externas, son los responsables de problemas emocionales y conductuales (Beck, 1991).

Tipos de pensamientos automáticos

Ruiz y Lujan (como se citó en Naranjo, 2020) plantean 15 tipos de pensamientos automáticos, que se cree son más frecuentes en las personas y llegan afectar más al individuo, estas, fueron la base para la creación del inventario de pensamientos automáticos

Filtraje o abstracción selectiva. Consiste en seleccionar en forma de "visión de túnel" un solo aspecto de una situación, aspecto que tiñe toda la interpretación de la situación y no se percata de otros que lo contradicen.

Pensamiento polarizado. Consiste en valorar los acontecimientos en forma extrema sin tener en cuenta los aspectos intermedios. Las cosas se valoran como buenas o malas, blancas o negras, olvidando grados intermedios.

Sobregeneralización. Esta distorsión del pensamiento consiste en sacar una conclusión general de un solo hecho particular sin base suficiente.

Interpretación del pensamiento. Se refiere a la tendencia a interpretar sin base alguna los sentimientos e intenciones de los demás. A veces, esas interpretaciones se basan en un mecanismo llamado proyectivo que consiste en asignar a los demás los propios sentimientos y motivaciones, como si los demás fueran similares a uno mismo.

Visión catastrófica. Consiste en adelantar acontecimientos de modo catastrofista para los intereses personales, en ponerse sin prueba alguna en lo peor para uno mismo.

Personalización. Consiste en el hábito de relacionar, sin base suficiente, los hechos del entorno con uno mismo

Falacia de control. Consiste en la manera en que la persona se ve a sí misma de manera extrema sobre el grado de control que tiene sobre los acontecimientos de su vida. O bien la persona se suele creer muy competente y responsable de todo lo que ocurre a su alrededor, o bien en el otro extremo se ve impotente y sin tener control alguno sobre los acontecimientos de su vida.

Falacia de justicia. Consiste en la costumbre de valorar como injusto todo aquello que no coincide con nuestros deseos.

Razonamiento emocional. Consiste en creer que lo que la persona siente emocionalmente es cierto necesariamente. Si una persona se siente irritado es porque alguien ha hecho algo para alterar, si se siente ansioso es que hay un peligro real, etc. Las emociones sentidas se toman como un hecho objetivo y no como derivadas de la interpretación personal de los hechos.

Falacia de cambio. Consiste en creer que el bienestar de uno mismo depende de manera exclusiva de los actos de los demás. La persona suele creer que para cubrir sus necesidades son los otros quienes han de cambiar primero su conducta, ya que creen que dependen solo de aquellos.

Etiquetas globales. Consiste en poner un nombre general o etiqueta globalizadora a nosotros mismos o a los demás casi siempre asignándoles con el verbo "ser". Cuando etiquetamos

globalizamos de manera general todos los aspectos de una persona o acontecimiento bajo el prisma del ser, reduciéndolo a un solo elemento. Esto produce una visión del mundo y las personas estereotipada e inflexible.

Culpabilidad. Consiste en atribuir la responsabilidad de los acontecimientos bien totalmente a uno mismo, bien a otros, sin base suficiente y sin tener en cuenta otros factores que contribuyen a los acontecimientos.

Los deberías. Consiste en el hábito de mantener reglas rígidas y exigentes sobre cómo tienen que suceder las cosas. Cualquier desviación de esas reglas o normas se considera intolerable o insoportable y conlleva alteración emocional extrema. Algunos psicólogos han considerado que esta distorsión está en la base de la mayoría de los trastornos emocionales.

Tener razón. Consiste en la tendencia a probar de manera frecuente, ante un desacuerdo con otra persona, que el punto de vista de uno es el correcto y cierto. No importa los argumentos del otro, simplemente se ignoran y no se escuchan.

Falacia de recompensa divina. Consiste en la tendencia a no buscar solución a problemas y dificultades actuales suponiendo que la situación mejorará "mágicamente" en el futuro, o uno tendrá una recompensa en el futuro si la deja tal cual. El efecto suele ser el acumular un gran malestar innecesario, el resentimiento y el no buscar soluciones que podrían ser factibles en la actualidad (Valdivia y Vargas, 2017).

Dependencia emocional.

La dependencia emocional es una necesidad afectiva extrema y continua, que obliga a las personas que la padecen a satisfacerla en el ámbito de las relaciones de pareja; en consecuencia, gran parte de la vida de estas personas gira en torno al amor. Aunque este fenómeno puede aparecer puntualmente en la vida de un individuo (es decir, sólo en una de sus relaciones), lo más normal es que sea una constante en él; por lo tanto, la mayor parte de sus relaciones de pareja presentarán un patrón característico regido por la mencionada necesidad afectiva extrema. Es importante destacar que esta dependencia o necesidad no debe ser de tipo material, económico o fundamentada en una minusvalía o indefensión personal del sujeto, sino que tiene que ser específicamente emocional para que podamos hablar de este fenómeno psicopatológico (Castelló, 2005, p.1).

No obstante, su carácter crónico no se basa en la sucesión de dichas relaciones sino en la personalidad de estos sujetos; es decir, el conjunto de características que un dependiente despliega ante su pareja permanece con él incluso cuando no la tiene, aunque esto no sea lo más habitual porque su patología provoca que busque otra desesperadamente (Castelló, 2000, 2005). Por lo general, la dependencia emocional se da desde el inicio de la adolescencia; no obstante, este problema tiende más a considerarse como característica disfuncional más o menos estable en la constitución del sujeto (Castelló, 2005; Sirvent y Moral, 2007).

Teoría de los rasgos de personalidad.

Se puede mencionar que en un inicio el término originario de personalidad se emana del latín persona, que resalta aquella máscara que utilizaban los actores en una obra (Schultz y Schultz, 2002). Del mismo modo se atiende a su origen, de que la personalidad resalta a las características externas y visibles, así como los aspectos que los demás pueden visualizar; así mismo dicho término abarca un conjunto de cualidades subjetivas, sociales y emocionales que no son observables en forma directa y que prevalecen durante el tiempo, pues se asume que es relativamente estable y predecible.

Los diferentes teóricos retoman conceptos y terminologías específicos de sus escuelas para proponer las definiciones de personalidad, por lo que se ha obtenido diferentes conceptos frente al término; sin embargo concuerdan en que este podría considerarse como un patrón de pensamientos, sentimientos y conductas característicos que permiten distinguir a la persona, y estos persiste a lo largo del tiempo y a través de las situaciones, y que caracteriza la adaptación de cada individuo ante las situaciones que se puede estar presentando en el diario vivir (Caballo, 2004).

La Asociación Americana de Psiquiatría (APA, 2002) establece que los rasgos de la personalidad son patrones persistentes de percibir, sentir, pensar acerca de uno mismo, del entorno y de relacionarse con los demás, que se manifiestan en una amplia gama de contextos sociales y personales.

Las teorías de los rasgos coinciden en dos suposiciones básicas: 1) los enfoques de los rasgos ponen énfasis en las diferencias individuales de las características que son más o menos

estables a través del tiempo y de las situaciones; y 2) los enfoques de los rasgos ponen énfasis en su medición por medio de test, cuestionarios o inventarios de autorreporte (Cloninger, 2003).

Castelló (2005) manifiesta que los rasgos desadaptativos del carácter que configuran los trastornos de la personalidad son exageraciones patológicas de aspectos más normales del ser humano, en este sentido, la dependencia emocional también es una exageración patológica del conjunto del comportamiento y aptitudes de cualquier sujeto en el contexto de relaciones de pareja textual.

Dado que los rasgos en realidad son dimensiones continuas, es posible establecer de manera cuantitativa las diferencias entre los individuos en términos del grado en que cada persona posee cada una de las cualidades (Mishel, 1988).

Por ello, su metodología es psicométrica en el sentido que permite medir y cuantificar dichas diferencias individuales frecuentemente los investigadores encuentran que la medición cuantitativa de los rasgos es conveniente, puesto que todos los sujetos en un estudio pueden recibir una calificación en cada rasgo, así como puntajes que pueden variar desde muy bajos hasta muy altos permitiendo así realizar un análisis comparativo (Schultz y Schultz, 2002).

Origen de la necesidad de la vinculación afectiva base para las relaciones interpersonales.

Un componente básico de la naturaleza humana es la necesidad de establecer lazos o vínculos emocionales con otras personas, lo cual refleja el deseo de estar emocionalmente relacionado e involucrado de manera interpersonal en relaciones cálidas (Reeve, 2003).

Incluso, en los primeros años de vida, el ser humano tiende a establecer lazos o vínculos emocionales íntimos con adultos significativos (Heredia, 2005). La tendencia a satisfacer el primer vínculo de este orden se denomina apego o vínculo de apego y su propósito es promover el sentimiento de seguridad emocional en los niños, que se manifiesta a través de conductas de protección-cuidado y/o afecto-cariño. Tales comportamientos de búsqueda de esa proximidad son llamados conductas de apego (Bowlby, 1989; 1999).

Es por tal razón que las personas se desarrollan en los ámbitos tanto físico y psicológico accediendo así a otras maneras de satisfacer la necesidad de vinculación. De esta manera, las relaciones que se formarán con las próximas figuras no suponen protección o afecto incondicional como las que establece el niño con el adulto; sin embargo, esto ocurre en la medida que el sujeto haya tenido un desarrollo normal y satisfacción de ese tipo de necesidad, pues de lo contrario, ya como adulto es probable que adopte niveles muy elevados de dicho rasgo, tornándose disfuncional y expresándose a través de conductas de búsqueda desesperada de otra persona que le proporcione protección y/o afecto. Es decir, se configura una dependencia relacional o interpersonal.

Relaciones de pareja y amor romántico.

La necesidad de vinculación afectiva adopta nuevas formas conforme el individuo está desarrollándose. Cuando el ser humano toma consciencia de dicha necesidad y adquiere la capacidad para corresponder de forma afectiva, ya es posible mencionar ese sentimiento/motivo distintivo y propio de la especie humana que es el amor (Aiquipa, 2015).

Castelló (2005) refiere que el amor propicia la voluntad de tener una relación con el otro, y de esta forma se constituye una relación de pareja en la que se percibe un equilibrio afectivo; autor también menciona una serie de características que existen en las relaciones de parejas funcionales: necesidad del otro, aunque no es absolutamente imprescindible para su desenvolvimiento personal; intimidad, lo cual implica que sólo hay una sola persona con quien establecer una relación; valoración adecuada de la pareja, es decir, ambos están conscientes de sus debilidades y fortalezas; existe cierto grado de sumisión al otro, lo que permite la negociación de acuerdos; reciprocidad afectiva; y por último, aunque hay cierto rechazo a la ruptura por las emociones desagradables que implica, no se experimenta temor paralizante.

En este sentido, Prado (2004) comprende la relación de pareja como un tipo de relación interpersonal que consiste en el intercambio afectivo de tipo romántico que se da en un grupo humano formado por la unión de dos personas, los cuales, comparten intereses, preferencias y objetivos comunes.

En congruencia con lo anterior, las relaciones de pareja son uno de los espacios donde se observa con mayor claridad la necesidad de vinculación de tipo afectivo (a diferencia de la de protección y cuidado). Cuando es una relación funcional, adecuada o "normal", o se da un intercambio recíproco y adecuado de esta necesidad.

Walster e Walster (citado en Worchek et al., 2002), distinguieron entre el amor apasionado y el de compañerismo, para dichos autores, el amor apasionado por lo general se desarrolla al inicio de la relación y se caracteriza por componentes cognitivos, emocionales y conductuales asociados con el deseo intenso de unión. Los componentes cognitivos implican la

preocupación por la persona amada, idealización del otro y deseo de ser conocido por éste. Los componentes emocionales se refieren a la atracción (en especial sexual), sentimientos positivos cuando las cosas van bien, sentimientos negativos cuando las cosas van mal, anhelo de reciprocidad, deseo de unión completa y permanente y excitación fisiológica. Mientras que los componentes conductuales abarcan los intentos por determinar los sentimientos del otro, estudio del otro, ayudar al otro y el afán por establecer o mantener la cercanía física. Este amor apasionado es conocido con muchos nombres, tales como "enamoramiento", "enfermo de amor", "loco de amor" o "amor obsesivo" (De Catanzaro, 2001).

Dependencias interpersonales o relacionales.

Las dependencias relacionales o interpersonales constituyen un grupo de trastornos difíciles de asimilar a las categorizaciones convencionales del Manual de Clasificación Internacional de las Enfermedades (CIE) y el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM); sin embargo, es indudable que poseen una naturaleza propia. Por ello son poco conocidas, pero además existe cierta confusión conceptual. Los autores estadounidenses denominan genéricamente a estos trastornos como con dependencias o coadicciones en unos casos, e interdependencias en otros. Los autores europeos discriminan más, por lo que reservan la acepción codependencia para un tipo concreto de dependencia relacional y la denominación dependencias afectivas para el resto (Sirvent, 2006).

A su vez, dentro de las dependencias interpersonales o relaciones genuinas es preciso diferenciar entre la dependencia instrumental y la emocional (Heathers, citado en Castelló,

2005). Si bien es cierto que la similitud entre estas dependencias radica en que ambas son los tipos básicos de dependencia relacional o interpersonal genuinas (Castelló, 2005), las finalidades de estas dos clases de necesidad de vinculación son muy diferentes.

Por otra parte, es útil considerar las dependencias interpersonales como una cualidad natural que poseen todas las personas, en tanto se consideren una necesidad de vinculación interpersonal o relacional (gregarismo). Algunas personas manifestarán niveles muy bajos; en cambio, otros mostrarán niveles muy altos de dependencia interpersonal. En todo caso, el nivel de dependencia interpersonal es excesivo cuando domina el comportamiento expresado por la persona en varios sitios, ocasionando malestar emocional o deterioro en la capacidad para funcionar en lugares sociales y laborales (Overholser, 2004).

Teoría de la vinculación afectiva.

Este modelo teórico fue planteado por Castelló (2005) para explicar la raíz de la dependencia emocional. Además, sus proposiciones son congruentes con la descripción y enfoque general de los rasgos de personalidad, lo cual proporciona un sustento más sólido al modelo. Asimismo, define la vinculación afectiva como la unión de un sujeto con otras personas, así como la necesidad de crear y mantener lazos permanentes con ellas, de este modo dicha vinculación afectiva con los demás puede darse en diferentes grados, dado que conforma el resultado es que habrá personas vinculadas levemente con los demás, otras bastante vinculadas y otras demasiado.

También manifiesta que esta unión afectiva se compone de dos aspectos; el primero es el de la aportación emocional, que "se efectúa al otro, y se corresponde con la empatía, con el amor incondicional hacia la otra persona, con la actitud positiva de compartir con ella preocupaciones y satisfacciones, con la entrega hacia ella, con los elogios, etc."; el segundo es el afecto que se recibe de la otra persona y que está conformado por actitudes positivas por parte de ella y dirigidas hacia uno.

Teniendo en cuenta lo anterior, éste es el suministro externo de la autoestima; no obstante, refiere que cuando existe una vinculación afectiva extrema no se da ese equilibrio; en una vinculación excesiva, uno de los componentes por lo general tiene mayor importancia que el otro. También señala que, en el caso de la dependencia emocional, el componente que predomina es el segundo, el de recibir afecto por el otro. Según Castelló (2005):

"No se quiere afirmar que la única función de la pareja, que es objeto de dependencia, sea compensar las carencias afectivas por el dependiente. Lógicamente, éste también tiene actitudes genuinas de amor a su pareja, de preocupación y empatía hacia ella, pero la necesidad y aferramiento a su objeto de dependencia es el componente de mayor importancia en su vinculación extrema a él".

Así mismo, se concluye que: "de forma general las personas que se pueden catalogar como normales, con relaciones interpersonales sanas, se ubicaría dentro del área de la vinculación, pero en un grado medio. El sujeto estaría adecuadamente vinculado a los demás, deseando su presencia, preocupándose por ellos y sabiéndose querido, pero sin perder su individualidad y disfrutando también de situaciones de soledad o intimidad.

[...] La diferencia entre las relaciones de parejas normales y las que lleva a cabo un dependiente emocional son cuantitativas, y que precisamente por eso se podrían ubicar en un hipotético continuo, manifestándose ello en grados de vinculación afectiva que darían cuenta de hasta qué punto está vinculado o no una a persona".

Características de dependencia emocional.

Castelló (2005), presenta el modelo teórico en donde se da a conocer las áreas y características de las personas que sufren dependencia emocional; las características que se mencionan hacen alusión al área de las relaciones de pareja y son las más significativas y evidentes en los dependientes emocionales, así como el contexto más frecuente en el que estas personas se desenvuelven.

A continuación, se exponen las siguientes características

Área de las relaciones de pareja.

Necesidad excesiva del otro, deseo de acceso constante hacia él. Es la expresión de la necesidad psicológica extrema que el dependiente tiene hacia su pareja. Esto se traduce en deseos constantes de hablar, hacer llamadas continuas al teléfono y enviar mensajes de texto, apariciones inoportunas en lugares como el trabajo, estudio, gimnasio, entre otras conductas.

Deseos de exclusividad en la relación. El individuo se desliga de manera progresiva de su grupo social en mayor o menor medida, dependiendo de la gravedad para dedicarse por entero a su pareja y anhela que ésta haga lo propio (Lazo, 1998; Castelló, 2005).

Prioridad de la pareja sobre cualquier otra cosa. Considera a su pareja como el centro de su existencia, el sentido de su vida, el objeto predilecto de su atención. No habrá nada más importante, incluyéndose a sí mismo, los hijos (si los hubiera), familiares o amigos.

Idealización de la pareja. El dependiente emocional tiende a idealizar a su pareja a lo largo de la relación, a pesar de que con el paso del tiempo esté consciente de sus defectos. Sobrevalora sus cualidades, desde físicas hasta intelectuales; minimiza o anula sus defectos y le considera un "ser especial", como alguien que está en un plano superior al resto y a sí mismo (Lazo, 1998; Riso, 2003; Castelló, 2005).

Relaciones basadas en sumisión y subordinación. Las relaciones de pareja de los dependientes emocionales son asimétricas y desequilibradas. Uno de sus componentes domina claramente en la pareja y el otro (en este caso, el dependiente), quien alaba todo lo que hace la pareja, así como se menosprecia y considera objeto de su desprecio e incluso de su rabia, por lo que en muchos casos permite que le agredan tanto física como psicológicamente.

Historia de relaciones de pareja desequilibradas. La persona dependiente emocional, por lo general tiene una historia de relaciones de pareja desequilibradas. A pesar de ello pueden darse dos situaciones: la primera es que en lugar de una serie de parejas disfuncionales en su vida sólo haya tenido una muy significativa, y que la prolongación de esta se deba al miedo a la ruptura que tienen este tipo de personas, a pesar de los intentos por terminar. La segunda posibilidad es que además de las relaciones desequilibradas que ha tenido en su vida, en donde asumió el rol de subordinado, haya tenido algunas relaciones equilibradas, funcionales, pero que sólo eran esporádicas, es decir, pasajeras o paliativos para disminuir su temor a la soledad.

Miedo a la ruptura. El sujeto experimenta pánico ante la sola idea de que la relación se disuelva, con una gran posibilidad de padecer trastornos mentales en caso de que esto ocurra. Este sufrimiento se puede producir incluso con una persona que le ha hecho la vida imposible o que incluso ha maltratado al dependiente emocional.

En estos casos el paciente se parece a un toxicómano en pleno síndrome de abstinencia; es más, son frecuentes la negación de dicha ruptura y los continuos intentos y exhortaciones para reanudar la relación (Lazo, 1998; Riso, 2003; Castelló, 2005).

Asunción del sistema de creencias de la pareja. El sujeto puede asumir como irrefutables y propias ciertas ideas que en realidad pertenecen a su pareja, hasta el punto de interiorizarlas. Estas pueden referirse a la superioridad de la pareja, a la inferioridad del dependiente y al concepto de la relación. Así, se dirá que el culpable de que la relación no funcione es el dependiente emocional, debido a su ineptitud, falta de arreglo, por su físico, etc.; entonces, la pareja dirá que quiere una relación en la que se sienta "libre", sin compromisos, y que, por lo tanto, pueda tener otras "amistades" que le produzcan placer y el dependiente emocional lo aceptará (Lazo, 1998; Castelló, 2005)

Área de las relaciones interpersonales.

Deseos de exclusividad hacia otras personas significativas. Focalizan en exceso su interés y exigencia en los demás, por lo que demandan una atención excesiva. Desean tener amistades únicas, exclusivas, que estén continuamente a su disposición, escuchen sus interminables conversaciones acerca de la situación actual con su pareja o su insoportable estado de ánimo tras

una ruptura. Es más frecuente que el enganche se dé con amistades, familia o compañeros de trabajo cuando el individuo no está en pareja o incluso empiezan a tener relaciones sin que éstas aún no se hayan desarrollado.

Necesidad de agradar. El individuo tenderá buscar la aprobación de los demás porque tiene grabado el temor al rechazo o a no gustar, lo cual indica el desequilibrio emocional subyacente, su autorrechazo. Entonces, la persona está pendiente de la impresión que el otro se lleva cuando interactúan con ella. Como consecuencia de lo anterior están muy pendientes de su apariencia y físico.

Déficit de habilidades sociales. Presentan un notable déficit de habilidades sociales como falta de asertividad, no expresión de intereses, demandas personales de emociones, así como carencia de empatía.

Área de autoestima y estado de ánimo.

Baja autoestima. Se define como la suma de un conjunto de juicios acerca del propio valor y competencias en diferentes dominios (Mora y Raich, 2005). Por lo tanto, comprende actitudes de autoprotección, autovaloración, defensa de los intereses, búsqueda de satisfacción saludable y respeto de sí mismo (Castelló, 2005). Los dependientes emocionales emiten juicios referentes a una escasa valoración de sí mismos, no se respetan, no establecen sus límites y postergan sus intereses.

Miedo e intolerancia, a la soledad. En parte es responsable de la necesidad de acceso constante a la pareja. Cuando no están en pareja, es frecuente que traten de mantenerse ocupados

todo el tiempo posible para no encontrarse consigo mismos para no experimentar esa intolerancia atroz a la soledad. Por ello, cuando terminan una relación intentan desesperadamente retomarla, por nefasta que haya sido, y cuando esto no es posible, de inmediato buscan otra relación.

Estado de ánimo negativo. El estado de ánimo habitual de los dependientes emocionales se caracteriza por sentimientos de tristeza, preocupación constante, nerviosismo, inseguridad personal y apatía, lo cual corresponde a sus grandes temores como son la ruptura, deterioro de la relación, amenazas de abandono, soledad, etc. A pesar de que, en ciertos periodos, en específico cuando se inicia la relación de pareja o hay una reconciliación, el dependiente emocional manifestará alegría, motivación y hasta euforia, las características señaladas al principio predominarán en su estado de ánimo, puesto que las segundas sólo son esporádicas y breves.

Marco legal

A continuación, se enuncian los aspectos éticos implicados en la administración de los instrumentos a las participantes en el proceso investigativo, por lo cual se tiene en cuenta la ley 1090 del 2006 establecida por el Congreso Nacional Colombiano en donde se menciona:

Título II. Disposiciones Generales, ítem 5 Confidencialidad, mediante el cual se establece que los psicólogos tienen una obligación básica respecto a la confidencialidad de la información obtenida de las personas en el desarrollo de su trabajo como psicólogos. Revelarán tal información a los demás solo con el consentimiento de la persona o del representante legal de la persona, excepto en aquellas circunstancias particulares en que no hacerlo llevaría a un evidente

daño a la persona u a otros. Los psicólogos informarán a sus usuarios de las limitaciones legales de la confidencialidad.

Título II. Disposiciones Generales, ítem 6. Bienestar del usuario por el que se dicta que los psicólogos respetarán la integridad y protegerán el bienestar de las personas y de los grupos con los cuales trabajan. Cuando se generan conflictos de intereses entre los usuarios y las instituciones que emplean psicólogos, los mismos psicólogos deben aclarar la naturaleza y la direccionalidad de su lealtad y responsabilidad y deben mantener a todas las partes informadas de sus compromisos. Los psicólogos mantendrán suficientemente informados a los usuarios tanto del propósito como de la naturaleza de las valoraciones, de las intervenciones educativas o de los procedimientos de entrenamiento y reconocerán la libertad de participación que tienen los usuarios, estudiantes o participantes de una investigación.

Por otro lado, la Ley N° 1090, 2006, en el Título II referente que dentro de las disposiciones generales en el ítem 8 se encuentra la evaluación de técnicas en la que se encuentran el desarrollo, publicación y utilización de los instrumentos de evaluación, en donde los psicólogos se esforzarán por promover el bienestar y los mejores intereses del cliente. Evitaran el uso indebido de los resultados de la evaluación. Respetará el derecho de los usuarios de conocer los resultados, las interpretaciones hechas y las bases de sus conclusiones y recomendaciones. Para cumplir con este principio, el consentimiento que se les brinda a las participantes tendrá de manera explícita el hecho de que puede conocer el resultado final de la investigación luego de que esta sea culminada; además en esta ley en el título II de Disposiciones Generales, ítem 9 se menciona que:

Frente a los estudios realizados con seres humanos: La decisión de acometer una investigación descansa sobre el juicio que hace cada psicólogo sobre cómo contribuir mejor al desarrollo de la Psicología y al bienestar humano. Tomada la decisión, para desarrollar la investigación el psicólogo considera las diferentes alternativas hacia las cuales puede dirigir los esfuerzos y los recursos. Sobre la base de esta consideración, el psicólogo aborda la investigación respetando la dignidad y el bienestar de las personas que participan y con pleno conocimiento de las normas legales y de los estándares profesionales que regulan la conducta de la investigación con participantes humanos.

Metodología

Enfoque

La presente investigación fue enmarcada en un enfoque cuantitativo con el cual se generó conocimiento respecto a las variables mencionadas en el transcurso del documento; este enfoque es de orden riguroso que parte de una idea y posteriormente se convierte en objetivos y preguntas que guían la investigación; a partir de esto, la presente investigación, adicional a los datos estadísticos que fueron el resultado de la aplicación de los instrumentos de medición, también verificó y dio respuestas a las hipótesis (de trabajo y nula) mediante un método estadístico que implica la recolección de los datos, la organización, análisis e interpretación de los mismos. (Hernández, Fernández y Baptista, 2014, p. 4).

En este enfoque el desarrollo del trabajo fue de manera objetiva, dado que se ejerce mayor control sobre las variables, por lo que los fenómenos a observar siguen un patrón predecible y estructurado.

Método

El método utilizado para la presente investigación es el empírico-analítico ya que busco la explicación de un fenómeno específico a partir de la determinación e identificación de sus causas y efectos que desde las perspectivas cuantitativas se pueden comprobar y repetir en diversos contextos; además se evidencia una disgregación de la realidad en efecto de dichas variables cuantitativas que permite predecir los efectos de esta. (Hernández, Fernández y Baptista, 2017).

Por lo anterior, se puede decir que la presente investigación se enmarco en este método, dado que se obtuvo datos confiables a través de la aplicación de los instrumentos: El Inventario de pensamientos automáticos (IPA) y el Inventario de dependencia emocional (IDE); igualmente, a partir de los resultados obtenidos se analizó las variables de estudio que permitieron corroborar o contrarrestar las hipótesis planteadas en la investigación. (Baptista, Fernández, y Hernández, 2014).

Tipo de estudio

La investigación se enmarcó en un tipo de estudio correlacional dado que su finalidad fue conocer la relación o grado de asociación que existe entre dos o más conceptos,

categorías o variables en un contexto específico (Baptista, Fernández y Hernández, 2014). En este sentido, la presente investigación da a conocer la relación que existe entre los pensamientos automáticos y la dependencia emocional.

Diseño

La presente investigación es de tipo transversal puesto que se recolectaron datos en un solo momento, lo que quiere decir que la aplicación de los instrumentos se llevó a cabo en un momento determinado, Müggenburg y Pérez (2007), proponen que el fin de este tipo de investigación es describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado.

Por lo anterior, el presente trabajo de grado se llevó a cabo mediante el diseño antes mencionado, dado que se da a conocer la relación entre las variables (pensamientos automáticos y dependencia emocional), recopiladas en un determinado tiempo.

Población y muestra

Población de estudio.

Es un conjunto que tiene algunas características en común, la cual “debe situarse claramente por sus características de contenido, lugar y tiempo” (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

La población objeto de estudio, estuvo conformada por cuatrocientas cincuenta y dos (452) mujeres entre 18 a 24 años pertenecientes al Programa de Psicología de la Universidad Cesmag.

Muestreo.

Se llevó a cabo un muestreo probabilístico, la muestra estuvo conformada por 25 mujeres, del Programa de Psicología, las cuales se escogieron porque cumplieron con los criterios de inclusión y dadas las condiciones respectivas a la compra del Instrumento, el cual cuenta con dicho número de aplicaciones, por otra parte, a estas se les aplicó un pre-test denominado Adicción al Amor, y quienes puntuaron alto en este, se les aplicó los cuestionarios IDE e IPA.

Diseño muestral

Probabilístico.

La presente investigación se desarrolló desde el diseño probabilístico por conveniencia, esta técnica se basó en el juicio de los investigadores para la selección de la muestra, en el cual los sujetos se seleccionaron teniendo en cuenta características particulares limitando la muestra sólo a estos casos (Baptista, Fernández, & Hernández, 2014, p.182).

$$N = 452 \quad P = 50\% \quad Q = 50\% \quad Z = 95\% \quad E = 5\%$$

$$N = \frac{(1,95)^2 * 50 * 50 * 452}{452 * .05^2 + (1,95)^2 * 50 * 50}$$

$$N = 207$$

Aunque la muestra total es de 207 personas, la población se eligió respecto a la cantidad de pines adquiridos (25); por lo anterior, los instrumentos (IDE e IPA) se aplicaron a 25 mujeres participantes.

Criterios de inclusión

Mujeres heterosexuales y homosexuales de 18 a 24 años estudiantes del programa de psicología, de primero a séptimo semestre; de nacionalidad colombiana, de cualquier municipio y/o departamento; sin ningún grado de consanguinidad con las investigadoras; sin trastornos psiquiátricos diagnosticados previamente; que tengan pareja con una duración mínima de seis meses, sin enfermedades de base como (hipotiroidismo, hipertiroidismo, ovario poliquístico); que se les haya aplicado el tamizaje y que su puntuación haya sido en nivel alto de dependencia.

Las participantes deberán firmar consentimiento informado en donde se especifica que no habrá daños psicológicos o físicos y que además el procesamiento de datos es netamente con fines investigativos, por ende, serán datos tratados de manera confidencial.

Criterios de exclusión

Personas con discapacidad visual, con discapacidad motora, pertenecientes a la comunidad LGTBI Q +; mujeres con hipotiroidismo; con hipertiroidismo; con ovario poliquístico.

Tabla 1.

Matriz de operacionalización de variables

| Nombre de la variable | Definición | Naturaleza | Nivel de medición | Unidad de medida | Categorías o valores |
|--------------------------|--|--------------|-------------------|---|--|
| Pensamientos automáticos | <p>Son un problema para aquellas personas que empiezan a sentirse mal en las diferentes áreas de su vida: personal, laboral o familiar y comienzan a presentar síntomas de tristeza, ansiedad, preocupaciones o cualquier otro factor causante de desequilibrio físico, social o emocional, dichos pensamientos se repiten varias veces y tiene gran influencia sobre las emociones, causando así, lo que se denomina rumiación cognitiva y por lo general su contenido está cargado de una percepción negativa del individuo y está a su vez va generando poco a poco una marca y de tanto repetirse empieza a formarse un “agujero”. Un ejemplo de ellos es el pensamiento de “no sirvo” este pensamiento es suficiente para ir desarrollando conductas de evitación de cualquier actividad que se considere útil, porque ya se ha</p> | Cuantitativa | Ordinal | <p>Likert (0= Nunca 1= Casi nunca 2= Siempre 3= Casi siempre)</p> | <p>Filtraje o abstracción selectiva, Pensamiento polarizado, Sobregeneralización, Interpretación del pensamiento, Visión catastrófica, Personalización, Falacia de control, Falacia de justicia,</p> |

| | | | | | |
|------------------------------|---|---------------------|----------------|---|--|
| | <p>creado una creencia irracional y la memoria la ha registrado tantas veces que muchas vivencias harán que se active (Ruiz y Lujan, 1991).</p> | | | | <p>Razonamiento emocional, Falacia de cambio, Etiquetas globales, Culpabilidad, Los deberías, Tener razón, Falacia de recompensa divina.</p> |
| <p>Dependencia emocional</p> | <p>La dependencia emocional es una necesidad afectiva extrema y continua, que obliga a las personas que la padecen a satisfacerla en el ámbito de las relaciones de pareja; en consecuencia, gran parte de la vida de estas personas gira en torno al amor. Aunque este fenómeno puede aparecer puntualmente en la vida de un individuo (es decir, sólo en una de sus relaciones), lo más normal es que sea una constante en él; por lo tanto, la mayor parte de sus relaciones de pareja presentarán un patrón característico regido por la mencionada necesidad afectiva extrema. Es importante destacar que esta dependencia o necesidad no debe ser de tipo material, económico o fundamentada en una</p> | <p>Cuantitativa</p> | <p>Ordinal</p> | <p>Likert (“1” Rara vez o nunca, “2” Pocas veces, “3” Regularmente/normalmente, “4” Muchas veces, “5” Muy frecuente)</p> | <p>Miedo a la ruptura (MR), Miedo e intolerancia a la soledad (MIS), Prioridad de la pareja (PP), Necesidad de acceso a la pareja (NAP), Deseos de exclusividad (DEX),</p> |

minusvalía o indefensión personal del sujeto, sino que tiene que ser específicamente emocional para que podamos hablar de este fenómeno psicopatológico (Aiquipa, 2012).

Subordinación Y sumisión (SS), Deseos de control y dominio (DCD).

Nota: Creación propia

Técnicas e instrumentos de recolección de información

Para dar respuesta a la formulación del problema de investigación planteada, fue necesario el uso de tres instrumentos que se utilizaron de apoyo en la recolección de datos, se encuentra el Inventario de Pensamientos Automáticos IPA (Ruiz y Lujan, 1991); el Inventario de dependencia emocional (Aiquipa, 2012) y una escala de medición denominada Adicción al Amor, que fue usada para una evaluación previa que ayudó a definir la población con la que se trabajó a lo largo del proyecto de investigación.

Inventario de pensamientos automáticos

Con respecto al cuestionario IPA, se sabe que fue creado por Ruiz y Lujan, (1991). Es una escala auto aplicada o tipo Likert, de tal manera que la opción de respuesta equivale a: “0” para la opción de Nunca pienso eso, “1” para la opción Algunas veces lo pienso, “2” Bastantes veces lo pienso y “3” Con mucha frecuencia lo pienso. Cuenta con un total de 45 ítems que miden la frecuencia con la que se presentan los pensamientos automáticos a través del puntaje total del inventario y los 15 tipos de distorsiones cognitivas a partir de la suma de determinados grupos de pensamientos automáticos. En cuanto a los puntajes, 0-1 indica que “No presenta ninguna distorsión”, 2-5 “La persona se afecta de manera importante” y 6-9 “Existe tendencia a sufrir por la forma de interpretar los hechos en su vida”. Se subraya, además, que la aplicación puede ser de tipo grupal o individual.

Consistencia interna de los ítems

a. Se determina si los ítems miden de manera correcta los factores y si se correlacionan entre sí, el instrumento tiene un resultado del 0.91, que se considera una correlación muy alta, demostrando que si mide de manera confiable los factores

b. Consistencia interna de los factores Se determina si los factores miden de manera correcta y confiable la dimensión que en este instrumento es las distorsiones cognitivas, con un resultado aceptable en la mayoría de los factores, se determinó que la prueba si mide de manera confiable la dimensión de pensamientos automáticos-distorsiones cognitivas.

c. Confiabilidad de la prueba Para la confiabilidad de la prueba se dividió en dos mitades la población piloto para la realización del análisis, dando como resultado 0.82, lo cual es una puntuación buena lo que demuestra la fiabilidad de la prueba y sus resultados

Inventario de dependencia emocional

El cuestionario IDE fue creado por Jesús Joel Aiquipa Tello en el año 2012. Es un instrumento de tipo Likert, de tal manera que las respuestas equivalen a: “1” Rara vez o nunca, “2” Pocas veces, “3” Regularmente/normalmente, “4” Muchas veces, “5” Muy frecuente o siempre. El IDE está conformado por 49 reactivos y posee 7 factores: 1) Miedo a la ruptura, 2) Miedo e Intolerancia a la soledad, 3) Prioridad de la pareja, 4) Necesidad de acceso a la pareja, 5) Deseos de exclusividad, 6) Subordinación y sumisión, y 7) Deseos de control y dominio.

Por otra parte, se resalta que en la utilización de dichos instrumentos de medición se tuvo en cuenta responsabilidades éticas para llevar a cabo un adecuado ejercicio en la labor

psicológica; es prioritario la participación voluntaria de los evaluados, la socialización y firma de consentimiento informado (Patiño, 2020).

Confiabilidad

La confiabilidad se obtuvo a través del método de consistencia interna, usando los coeficientes alfa de Cronbach y r de Pearson corregido con la fórmula Spearman-Brown.

Se aprecia que el primer pretest quedó conformado por 204 reactivos; además, tuvo una media de 415.93, desviación estándar de 74.80 y obtuvo un alfa total de 0.96. El segundo pretest, con 86 ítems, tuvo una media de 190.78, desviación estándar de 51.05 (Patiño, 2020)

Evidencias de validez factorial

Para esta evidencia de validez, la versión final de la prueba se sometió a una cuarta y última muestra conformada por 400 sujetos, la cual también sirvió para determinar el nivel de confiabilidad final y las normas. Es importante recordar que este procedimiento ya fue utilizado para realizar el análisis de reactivos. Índice de KMO 0.96; la esfericidad de Bartlett con un valor estadísticamente significativo a 0.05; de Chi-cuadrado igual a 10969.74 con 1176 grados de libertad (Patiño, 2020).

Puntuación

Dado que el IDE mide un rasgo de personalidad en su dimensión patológica, es decir, la dependencia emocional los sujetos de la muestra de estudio que obtuvieron una puntuación directa total entre 49 (puntaje mínimo cuando el sujeto responde a todos los elementos con un

valor de 1) y 81, cabe decir, los que se encuentran entre los percentiles 1 y 30, son considerados sujetos con un nivel de dependencia emocional bajo, esperado o "normal" en la población. En otras palabras, la necesidad de vinculación afectiva a la pareja está presente, pero en niveles funcionales. En cambio, los sujetos que obtienen una puntuación total directa superior al rango señalado, y que por lo tanto tienen un percentil superior a 30, son considerados personas dependientes emocionales. Es decir, tienen necesidad de vinculación afectiva a la pareja que se considera patológica o disfuncional.

Para facilitar aún más la interpretación de los resultados de un sujeto, los puntajes de los percentiles se agruparon en categorías diagnósticas. De esta manera, los puntajes directos que tienen un percentil dentro del rango 1 a 30 son considerados de un nivel "Bajo" o "Normal"; mientras que los puntajes cuyo percentil están dentro del rango 31 a 50 corresponden a una categoría de "Significativo"; los puntajes con percentiles entre 51 y 70 son considerados como "Moderado"; y, por último, a los puntajes que alcanzan un percentil de 71 a 99 les corresponde la categoría diagnóstica de "Alto".

Componentes de la prueba

Miedo a la ruptura (MR). (9 reactivos) es el temor que se experimenta ante la sola idea de disolución de la relación de pareja. Por ello, se adoptan conductas y comportamientos orientados a mantener la relación, sin importar lo perjudiciales que resultan para la persona padece la dependencia emocional. También se refiere a la negación por parte del sujeto cuando

una ruptura se hace realidad, por lo que ejerce continuos intentos y exhortaciones para reanudar la relación.

Miedo e intolerancia a la soledad (MIS). (11 reactivos) define los sentimientos desagradables que experimenta el sujeto con dependencia emocional cuando no está la pareja, ya sea porque se distanció de manera momentánea o porque la relación terminó. Incluye la tendencia de un individuo a adoptar cualquier tipo de conducta para mantenerse ocupado todo el tiempo posible y no encontrarse consigo mismo, como intentos desesperados por retomar la relación, o buscar otra pareja lo más pronto posible.

Prioridad de la pareja (PP). (8 reactivos) es la tendencia a mantener en primer lugar de importancia a la pareja sobre cualquier otro aspecto o personas (hijos, uno mismo, familiares, amigos). Es decir, implica una consideración excesiva de la misma, a quien identifica como el centro de su existencia, el sentido de su vida y el objeto predilecto de su atención.

Necesidad de acceso a la pareja (NAP). (6 reactivos) comprende el deseo de tener presente a la pareja en todo momento, ya sea físicamente o mediante pensamientos en torno a lo que hace, siente o piensa.

Deseos de exclusividad (DEX). (5 reactivos) tendencia a enfocarse en la pareja y aislarse de manera paulatina del entorno. Esto se acompaña de deseos de reciprocidad de esta conducta por parte de la pareja.

Subordinación Y sumisión (SS). (5 reactivos) es la sobreestimación de conductas, pensamientos, sentimientos e intereses de la pareja, lo cual va acompañado del descuido de la propia vida, así como de sentimientos de inferioridad y desprecio hacia uno mismo. Por ello es frecuente que se toleren agresiones de la pareja.

Deseos de control y dominio (DCD). (5 reactivos) búsqueda activa de atención y afecto para captar el control de la relación de pareja, a fin de asegurar su permanencia y, por lo tanto, experimentar bienestar.

Escala de medición sobre adicción al amor en estudiantes

Este instrumento fue construido por Burbano, Criollo y Basante en el año 2019, la aplicación de este pre - test, sirve como insumo para la selección de las mujeres participantes en la investigación, para ello se tiene en cuenta el manual de calificación y se escoge las pruebas que arrojan una puntuación alta y media, cuyo fin es identificar el nivel de adicción al amor que presentan los sujetos en relaciones de pareja; incluyendo las cuatro dimensiones influyentes (dependencia emocional, obsesión, autoestima y manipulación) este atributo que se miden por medio de la escala tipo Likert, por tal razón la prueba permite identificar si las participantes presentan rasgos de dependencia emocional.

Validez del constructo. En base a los resultados de la tabla de correlaciones no paramétricas se puede afirmar que en la dimensión **M.A** (manipulación) existe un coeficiente de correlación de ,509**, en la dimensión **D.E** (dependencia emocional) una correlación de ,826**, en la dimensión de **O.B** (obsesión),806** y en la dimensión **A.T** (autoestima) una correlación de

,790**, con un nivel de significancia de ,000 para todas las dimensiones, en donde se evidencia una correlación alta entre las dimensiones.

Confiabilidad. Según Hernández, Fernández y Baptista, (2014), la confiabilidad es entendida como la propiedad que valora la consistencia y precisión de la medida. En consecuencia, si la medida toma valores consistentes y precisos creemos que podemos confiar en los resultados obtenidos cuando se aplica un test. Para evaluar la confiabilidad de la prueba se tuvieron en cuenta dos estadísticos

Alfa de Cronbach. La confiabilidad del instrumento se estableció a través del alfa de Cronbach para cada dimensión, de la siguiente manera: D.E ,644, M.A ,781, O.B ,633, y A.T ,618, A nivel global, se obtuvo un alfa de Cronbach de ,896 mostrando que la consistencia interna en las mediciones realizadas con el instrumento es adecuada y la prueba es confiable

Dos mitades de Guttman. Por otra parte, se utilizó otro estadístico para validar la confiabilidad de la prueba en donde arrojó como resultado ,853 confirmando la confiabilidad de la prueba.

Cronograma

Tabla 2.

Cronograma

| Fases | Tiempo | Febrero | Marzo | Abril | Mayo | Junio | Julio | Agosto | Septiembre | Octubre | Noviembre |
|--|---------|---------|-------|-------|------|-------|-------|--------|------------|---------|-----------|
| Fase proyecto | | | | | | | | | | | |
| Definir tema a trabajar. | | x | x | | | | | | | | |
| | 8 meses | | | | | | | | | | |
| Definir población con la que se trabajará. | | | | x | x | x | | | | | |

Elección de instrumentos psicológicos que serán aplicados.

x

x

Reunión con los encargados de la entidad en donde se encuentra la población.

x

Firma de la carta de aval por parte de la entidad en donde se encuentra la población.

x

Recopilación de base de datos de las participantes.

x

Entrega de proyecto a los jurados.

Socialización de primera entrega.

x

x

Fase avance

Socializar el tema de trabajo a la población.

Trabajo de campo (aplicación de instrumentos).
Plan de análisis de datos.

2 meses

x

x

x

| | | | | | | | |
|--|---------|---|--|---|---|---|--|
| Fase final | | | | | | | |
| Resultados finales | | | | | | | |
| Discusión conclusiones y recomendaciones en el documento | 3 meses | x | | x | x | | |
| Socialización | | | | | | x | |

Nota: Creación propia

Presupuesto

Tabla 3.

Presupuesto

| Descripción | Cantidad | V. Unitario | V. Total |
|--|-----------------|--------------------|---------------------|
| Fotocopias de pre - test | 300 | \$ 300 | \$ 90.000 |
| Lapiceros | 80 | \$ 800 | \$ 64.000 |
| Consentimientos informados | 80 | \$ 300 | \$ 24.000 |
| Fotocopias del Inventario de pensamientos automáticos | 30 | \$ 300 | \$ 9.000 |
| Inventario de dependencia emocional - Pin por 25 usos. | 1 | \$ 68.600 | \$ 287,500 |
| Total | | | \$ 1.514.500 |

Nota: Creación propia

Plan de análisis de datos

En primera instancia se recopiló la información por medio de la aplicación de los instrumentos (Adicción al amor, Inventario de Pensamientos Automáticos, Inventario de Dependencia Emocional); como segunda fase se introdujo la información en el programa Excel donde se codificó la misma por cada participante, guardando su anonimato; luego de esto se realizó el análisis de normalidad desde pruebas no paramétricas con el estadístico Shapiro-Wilk; donde según Novales (como se citó en Flores y Flores, 2021), este test se empleó para contrastar normalidad cuando el tamaño de la muestra es menor a 50

participantes; posterior a ello, la información fue llevada al programa estadístico SPSS, versión 28.0.1, el cual permitió obtener estadísticos descriptivos individuales (dependencia emocional y tipos de pensamientos automáticos), por medio de tablas cruzadas. Por último, a partir de los resultados arrojados por el programa SPSS versión 2016, se estableció una correlación estadística de Pearson, cumpliendo así los objetivos propuestos en la investigación y dando respuesta a las hipótesis de estudio (Flores y Flores, 2021).

Descripción general del método de análisis

Primer objetivo

Se realizó la aplicación del pre test denominado “Adicción al Amor”, cuyo fin fue caracterizar los niveles de dependencia emocional de las mujeres del Programa de Psicología de la Universidad CESMAG, para la respectiva aplicación se tuvo en cuenta, que en la base de datos del Programa de Psicología de la universidad CESMAG en el año 2023 periodo I, se encontraron inscritas 452 mujeres de primer a octavo semestre; sin embargo, se realizó la muestra por medio de la aplicación de la fórmula estadística de tamaño muestral, dando un total de 207 mujeres; cabe resaltar que de acuerdo a los criterios de inclusión y exclusión, se logró identificar que un gran número de las participantes eran menores de edad; algunas no tenían pareja, o no cumplían con el tiempo determinado de relación de pareja, por lo que la totalidad de la muestra se redujo, dando como resultado una muestra total de 172 mujeres a quienes se aplicó el pre test “Adicción al Amor” (Anexo A).

Posteriormente, se procedió a hacer la respectiva calificación de los pre test, teniendo en cuenta el manual del mismo, en el que se establece las siguientes puntuaciones: 10 - 30 bajo, 40 - 60 medio y 70 - 90 alto, a partir de las puntuaciones arrojadas se evidenció que: 40 mujeres puntuaron en nivel bajo de dependencia emocional, 121 en nivel medio y 11 en nivel alto, esto para un total de 172 mujeres. Cabe aclarar que de dicha muestra solo se eligieron 25 participantes debido a que el Inventario de Dependencia Emocional tiene uso para 25 aplicaciones, por tal motivo se escoge a dicho número de participantes. A partir de ello, se procedió a elegir los 11 pre test que arrojaron una puntuación alta, y 14 pretest con puntuación en nivel medio dando como resultado 25 mujeres con dependencia emocional.

Tabla 4.

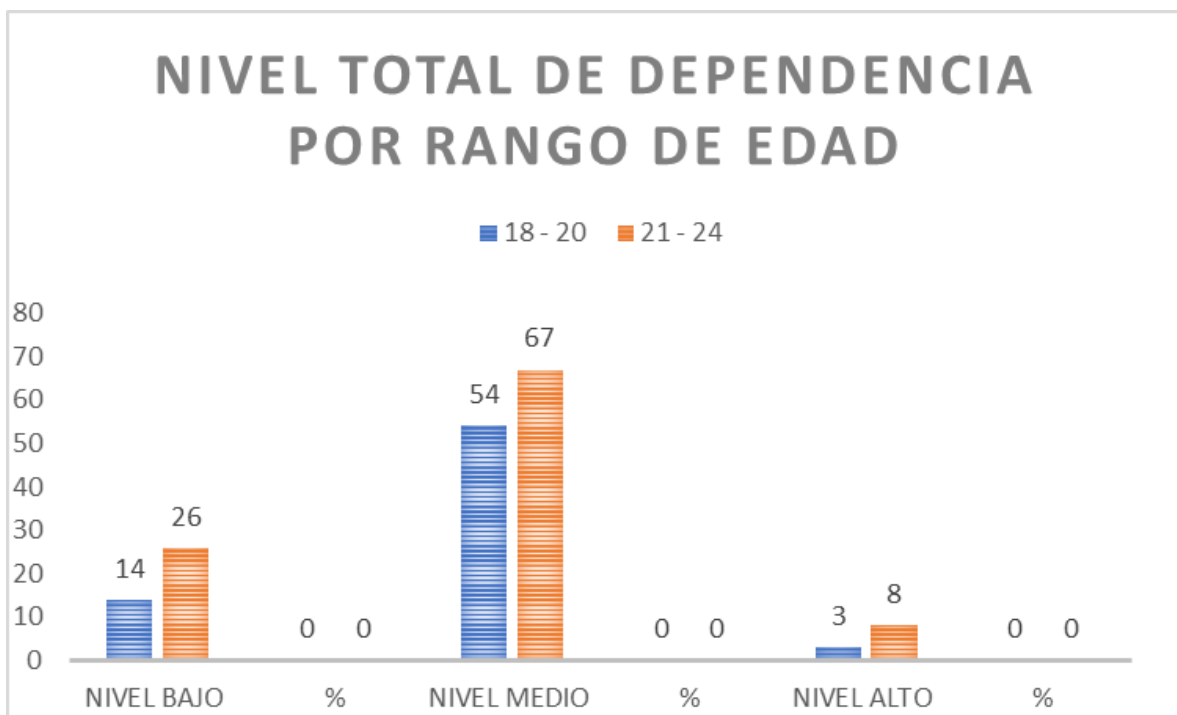
Nivel alto, bajo y medio de dependencia emocional por rangos de edad obtenidos en el pre test “Adicción al amor”

| Edad | Nivel bajo | Nivel medio | Nivel alto |
|--------------|-------------------|--------------------|-------------------|
| 18 - 20 | 14 | 54 | 3 |
| 21 - 24 | 26 | 67 | 8 |
| TOTAL | 40 | 121 | 11 |

Nota: Creación propia

Gráfica 1.

Barras del nivel de dependencia emocional por rango de edad.



Nota: Creación propia

De las 172 participantes caracterizadas que cumplieron con los criterios de inclusión, se distribuyeron los datos de la siguiente forma:

Para las edades que oscilaban entre 18 a 20 años de edad se evidenció que en el nivel alto se encontraron 3 participantes; seguido de 54 en nivel medio y en nivel bajo 14.

Para las edades entre 21 a 24 años, se evidenció que en el nivel alto se encontraron 8 participantes; seguido de 67 en nivel medio y 26 en nivel bajo.

Por otra parte, se analizó la media por rangos de edad del nivel de dependencia emocional del pre test de adicción al amor, de las cuales, a continuación, se presenta la respectiva tabla.

Tabla 5.

Media de los niveles de dependencia emocional por rangos de edad de las participantes

| Rangos de edad | Media de dependencia emocional |
|-----------------------|---------------------------------------|
| 18-20 | 46.93 |
| 21-24 | 47.58 |

Nota: Creación propia

En esta tabla se analiza la media por los rangos de edad de las participantes, se encontró que, en las edades de 18 a 20 años, la media de dependencia emocional en las participantes es de 46.93, catalogado como nivel medio de acuerdo al manual del pre test “Adicción al amor”; por otra parte, se obtuvo que en edades de 21 a 24 años se presentó una media de 47.58, catalogado igualmente en un nivel medio. Cabe mencionar que estos

valores resultaron de la aplicación de fórmulas estadísticas mediante el programa SPSS en donde se obtuvieron las puntuaciones con respecto a la media.

Posteriormente, se aplicó este mismo procedimiento para obtención de la media de puntajes en la escala de adicción al amor, a continuación, se encuentra su respectiva tabla:

Tabla 6.

Media del puntaje total de los pretest aplicados a las participantes “adicción al amor”.

| | | |
|--------------|----------|--------------|
| N | Válidos | 172 |
| | Perdidos | 0 |
| Media | | 47.31 |

Nota: Creación propia

Para calcular la media de la escala pretest de adicción al amor, se sumaron todos los puntajes obtenidos por las 172 participantes y se dividió esta entre el mismo número, como resultado de este proceso, se obtuvo una media de 47.31 en la escala pretest de adicción al amor, que de acuerdo al manual de calificación, este resultado se ubica en el nivel medio. La finalidad de la media estadística es proporcionar un valor representativo de un conjunto de datos numéricos. La media estadística es útil porque resume la información en un solo número que puede ser utilizado para tomar decisiones o realizar comparaciones.

Consentimiento informado

Para dar inicio con la aplicación, cada participante dio su autorización mediante el consentimiento informado (Anexo B); posteriormente se hizo entrega del tamizaje (Anexo C), el cual contenía preguntas que permitieron la caracterización de la población y el cumplimiento de los criterios de inclusión.

Codificación de información

Posteriormente se codificó el pre test “Adicción al Amor”; asignando números consecutivos del 12 al 36 para respetar la confidencialidad de los datos sensibles de cada una de las participantes; posterior a ello, se introdujo la información recolectada en el programa Excel, creando así una sábana de datos (matriz de vaciado de información). Luego, con los datos obtenidos en la matriz de vaciado de información, se procedió a ingresarlos al programa SPSS, para su respectivo análisis estadístico.

Aplicación de pruebas (IPA-IDE)

De acuerdo a lo anterior y teniendo en cuenta la población muestra, se procedió a contactar a las 25 mujeres seleccionadas, por medio de mensaje en WhatsApp en donde se mencionó que fueron seleccionadas para la aplicación de las pruebas IPA e IDE; además se les notificó el lugar y la hora en la cual se realizaría la respectiva aplicación de las pruebas. Seguido a ello, las participantes el día de la aplicación proceden a dar respuesta a los instrumentos de manera presencial, iniciando con la aplicación de manera mecanizada del

Inventario de Dependencia Emocional (IDE); posteriormente se aplica el Inventario de Pensamientos Automáticos (IPA), que se llevó a cabo mediante la entrega física del instrumento.

Calificación de los instrumentos (IPA - IDE)

Después de la aplicación de los inventarios, se procede a calificarlos. Comenzando con el Inventario de Pensamientos Automáticos, para lo cual se utilizan tablas de frecuencia generadas con el programa SPSS. Estas tablas tienen en cuenta la forma general de calificación de la prueba, así como la calificación específica de cada tipo de pensamiento automático y su correspondiente orden de calificación por ítem asignado, así como se muestra a continuación: filtraje de pensamiento (ítems 1, 16, 31); pensamiento polarizado (ítems 2, 17, 32); sobregeneralización (ítems 3,18,33); interpretación del pensamiento (ítems 4,19, 34); visión catastrófica (ítems 5,20,35); personalización (ítems 6,21,36); falacia de control (ítems 7,22,37); falacia de justicia (ítems 8,23,38); razonamiento emocional (ítems 9,24,39); falacia de cambio (ítems 10,25,40); etiquetas globales (ítems 11,26,41); culpabilidad (ítems 12,27,42); deberías (ítems 13,28,43); falacia de razón (ítems 14,29,44) y falacia de recompensa divina (ítems 15,30,45).

Por otra parte, se realizó la aplicación del IDE (Inventario de Dependencia Emocional, de manera mecanizada, en el aula B311 de la Universidad CESMAG. Para ello, se ingresó a la página institucional de Manual Moderno, proveedor de la prueba, en donde

las participantes diligenciaron sus datos personales; posteriormente se finalizó la aplicación de las 25 pruebas

Los resultados obtenidos del sistema electrónico permitieron conocer que las 25 participantes tenían dependencia emocional en diferentes niveles; esto se pudo comprobar a través del manual de calificación, el cual se establecieron los niveles en (bajo o normal de 1 a 30, significativo 35 a 50, moderado de 51 a 70 y alto de 71 a 99). Por lo tanto, en lo específico, se logró identificar que 18 participantes se encontraban en nivel alto de dependencia emocional; 6 en nivel moderado y 1 mujer en nivel significativo.

Análisis de normalidad

Se procede a realizar el respectivo análisis de normalidad, cuya finalidad es conocer si las muestras son normales o asimétricas, de esta manera establecer qué método estadísticos utilizar; si son pruebas normales se aplican método paramétrico, en el caso contrario utilizar métodos no paramétricos. Posteriormente, se procedió a realizar la aplicación de la prueba de normalidad de Shapiro Wilk, con el propósito de evaluar si los datos de la investigación seguían una distribución normal; igualmente, se asumió esta prueba de normalidad porque la muestra del estudio fue menores a 50 participantes.

Una vez realizada dicha prueba se obtuvo una distribución normal de los datos, lo que representó el empleo de la prueba de correlación de Pearson, en la cual se estableció la

aceptación de la hipótesis de trabajo (Existe una correlación entre pensamientos automáticos y dependencia emocional)

A continuación, se presenta la tabla de estadísticos de normalidad por tipos de pensamientos y total de dependencia.

Tabla 7.

Estadísticos de normalidad Shapiro Wilk por tipos de pensamientos y total de dependencia

| | Shapiro-Wilk | | |
|--|--------------|-----|------|
| | Estadístico | gl. | Sig. |
| Total Filtraje | .934 | 25 | .109 |
| Total, Pensamiento Polarizado | .823 | 25 | .001 |
| Total, Sobre generalización | .897 | 25 | .016 |
| Total Interpretación del pensamiento | .934 | 25 | .108 |
| Total Visión Catastrófica | .925 | 25 | .056 |

| | | | |
|--|-------------|-----------|-------------|
| Total Personalización | .921 | 25 | .055 |
| Total falacia de control | .959 | 25 | .391 |
| Total falacia de Justicia | .913 | 25 | .035 |
| Total Razonamiento Emocional | .894 | 25 | .014 |
| Total Falacia de Cambio | .926 | 25 | .050 |
| Total etiquetas globales | .870 | 25 | .004 |
| Total culpabilidad | .927 | 25 | .073 |
| Total los deberías | .928 | 25 | .079 |
| Total falacia de razón | .929 | 25 | .082 |
| Total falacia de recompensa divina | .926 | 25 | .071 |
| <i>Prueba de inventario de dependencia emocional</i> | | | |
| Dependencia | .771 | 25 | .000 |

Nota: Creación propia

Para los estadísticos de normalidad se utilizó la prueba Shapiro Wilk, en la cual se encontró que, de acuerdo al P valor igual a 0,05; 8 de los 15 pensamientos automáticos

presentaron un valor menor o igual a este y los 6 restantes presentaron valores mayores; por lo tanto, se estableció que los datos se encontraban en una distribución normal, para lo cual se utilizaron estadísticos paramétricos.

Estadísticos descriptivos

A continuación, se encuentran los estadísticos descriptivos de tendencia central y medidas de variabilidad, con el fin de analizar el comportamiento de los datos a través de un único valor numérico.

Se presentan a continuación cinco tablas que contienen información relevante sobre los datos recopilados en el estudio. Las primeras cuatro tablas muestran la moda, el mínimo, el máximo y la desviación típica para cada tipo de pensamiento automático, junto con el análisis correspondiente. La quinta tabla se refiere a la puntuación de dependencia emocional.

Cabe resaltar que el inventario de pensamientos automáticos (IPA) no proporciona un dato total en cuanto a los pensamientos automáticos, sino que genera una puntuación individual para cada tipo. Esto significa que cada tipo de pensamiento automático tiene su propia puntuación que refleja la frecuencia o intensidad de ese tipo de pensamiento en particular.

Por lo tanto, en lugar de obtener un puntaje total de pensamientos automáticos, el análisis se enfocó en examinar las características y patrones específicos de cada tipo de pensamiento automático.

Es importante tener en cuenta esta distinción al interpretar los resultados del IPA, ya que brinda una visión más detallada de cómo se distribuyeron los pensamientos automáticos en cada tipo específico.

Tabla 8.

Estadísticos descriptivos, moda, mínimo, máximo, desviación típica por cada tipo de pensamiento.

| Estadísticos descriptivos | | | | |
|----------------------------------|---------------|---------------|-------------------|-------------|
| | Mínimo | Máximo | Desv. típ. | Moda |
| Filtraje | 0 | 8 | 2.104 | 3 |
| Pensamiento Polarizado | 0 | 6 | 1.552 | 2 |
| Sobre generalización | 0 | 7 | 2.242 | 2 |
| Interpretación del pensamiento | 1 | 8 | 2.082 | 3 |

Nota: Creación propia

Con respecto a la puntuación máxima se encontró que en el total de filtraje de pensamiento, pensamiento polarizado, sobre generalización e interpretación del pensamiento la puntuación máxima fue de ocho (8) lo que de acuerdo a la puntuación T se clasifica en nivel alto y en cuanto a la puntuación mínima se ubica en cero (0) filtraje, pensamiento polarizado, sobre generalización y con una puntuación de uno (1) de interpretación del pensamiento.

En cuanto a moda se obtuvo que filtraje de pensamiento e interpretación del pensamiento arrojaron una puntuación de tres (3), siendo las más frecuentes.

Tabla 9.

Estadísticos descriptivos, moda, mínimo, máximo, desviación típica por cada tipo de pensamiento.

| | Mínimo | Máximo | Desv. Tip. | Moda |
|---------------------|---------------|---------------|-------------------|-------------|
| Visión Catastrófica | 0 | 7 | 2.123 | 1 |
| Personalización | 0 | 6 | 1.871 | 2 |
| Falacia de control | 0 | 7 | 1.801 | 2 |
| Falacia de Justicia | 2 | 9 | 1.806 | 3 |

Nota: Creación propia

Con respecto a la puntuación máxima se encontró que en el total de los pensamientos automáticos mencionados anteriormente la puntuación máxima fue de nueve (9) lo que de acuerdo a la puntuación se clasifica en nivel alto y en cuanto a la puntuación mínima se ubica en cero (0) visión catastrófica, personalización y falacia de control y con una puntuación de dos (2) esta falacia de justicia.

En cuanto a moda, falacia de justicia arrojó una puntuación de tres (3) siendo está la más frecuente.

Tabla 10.

Estadísticos descriptivos, moda, mínimo, máximo, desviación típica por cada tipo de pensamiento.

| | Mínimo | Máximo | Desv. Tip. | Moda |
|------------------------|---------------|---------------|-------------------|-------------|
| Razonamiento Emocional | 0 | 4 | 1.288 | 1 |
| Falacia de Cambio | 0 | 7 | 1.877 | 3 |
| Etiquetas globales | 0 | 8 | 2.555 | 1 |
| Culpabilidad | 0 | 7 | 1.763 | 2 |

Nota: Creación propia

Con respecto a la puntuación máxima se encontró que etiquetas globales obtiene un valor máximo de 8 lo que de acuerdo a la puntuación T se clasifica en nivel alto y en puntuación mínima se ubica en cero (0) razonamiento emocional, falacia de cambio, etiquetas globales y culpabilidad.

En cuanto a moda, se obtiene que falacia de cambio arrojó una puntuación de tres (3) siendo está la más frecuente.

Tabla 11.

Estadísticos descriptivos, moda, mínimo, máximo, desviación típica por cada tipo de pensamiento.

| | Mínimo | Máximo | Desv. Tip. | Moda |
|-------------------------------------|---------------|---------------|-------------------|-------------|
| Total, los deberías | 0 | 7 | 1.887 | 3 |
| Total, falacia de razón | 0 | 6 | 1.435 | 2 |
| Total, falacia de recompensa divina | 3 | 9 | 1.882 | 6 |

Nota: Creación propia

Con respecto a la puntuación máxima de los pensamientos antes mencionados se encontró que en el total de falacia de recompensa divina la puntuación máxima fue de nueve (9), de acuerdo a la puntuación T se clasifica en nivel alto y en puntuación mínima

cero (0), se encuentran los deberías y falacia de razón y con una puntuación de uno (3) falacia de recompensa divina.

En cuanto a moda, se obtiene que falacia de recompensa divina obtuvo una puntuación de seis (6) siendo está la más frecuente.

Tabla 12.

Estadísticos descriptivos, moda, mínimo, máximo, desviación típica para dependencia emocional.

| | Mínimo | Máximo | Desv. Tip. | Moda |
|-------------------------------------|---------------|---------------|-------------------|-------------|
| Inventario de Dependencia Emocional | 40 | 99 | 17.742 | 97 |

Nota: Creación propia

Con respecto a dependencia emocional, el valor máximo fue de 99 (nivel alto) y un mínimo de 40 lo que representa un nivel significativo de dependencia emocional.

Finalmente, en cuanto a la moda, en la prueba dependencia emocional arrojó un valor de 97, siendo el puntaje más frecuente.

A continuación, se presentan los resultados referentes al cumplimiento de cada uno de los objetivos específicos:

Segundo objetivo

Por otra parte, para dar cumplimiento al segundo objetivo que consistió en identificar los niveles de dependencia emocional en mujeres de 18 a 24 años del Programa de Psicología de la Universidad CESMAG, se llevó a cabo la aplicación del Inventario de Dependencia Emocional (IDE) (Anexo D); mediante la versión mecanizada, y teniendo en cuenta el manual de evaluación y calificación de Aiquipa (2012).

A continuación, se presenta la tabla de categorías en percentiles para la interpretación y calificación del Inventario de Dependencia Emocional, categorizando los niveles en: bajo o normal, significativo, moderado y alto.

Tabla 13.

Calificación en percentiles del Inventario de Dependencia Emocional (IDE) descritos en el manual de la respectiva prueba.

| Percentiles | Categoría |
|--------------------|------------------|
| 1-30 | Bajo o normal |
| 31-50 | Significativo |
| 51-70 | Moderado |
| 71-99 | Alto |

Nota: Creación propia

De acuerdo al manual de calificación en percentiles, se identificó la existencia de diferentes niveles de dependencia emocional en 25 participantes representados en la tabla que se presenta a continuación (tabla 15).

Tabla 14.

Descripción de acuerdo a los niveles alto, medio y bajo y la respectiva puntuación en percentiles que se obtuvo de cada una de las participantes.

| Nivel de dependencia | Percentiles | N° de participantes | % |
|-----------------------------|--------------------|----------------------------|-----------|
| ALTO | 71-99 puntos | 18 | 72% |
| MODERADO | 51-70 puntos | 6 | 24% |
| SIGNIFICATIVO | 31-50 puntos | 1 | 4% |
| BAJO O NORMAL | 1-30 puntos | 0 | 0% |

Nota: Creación propia

La tabla 14, proporciona información sobre el nivel de dependencia emocional de las participantes, según sus puntuaciones en el Inventario IDE. Se observa que de las 25 mujeres participantes, 18 obtuvieron una puntuación que las sitúa en el nivel alto de dependencia emocional (71-99 puntos), lo cual indica que tienen una fuerte necesidad de vinculación afectiva con su pareja y pueden experimentar dificultades para mantener una autonomía emocional saludable.

Además, 6 participantes obtuvieron una puntuación que las colocó en el nivel moderado de dependencia emocional (51-70 puntos). Esto sugiere que tienen cierta dependencia emocional en sus relaciones, aunque en menor medida que las participantes en el nivel alto. Es posible que estas mujeres también experimenten dificultades para establecer límites emocionales y mantener una autonomía equilibrada.

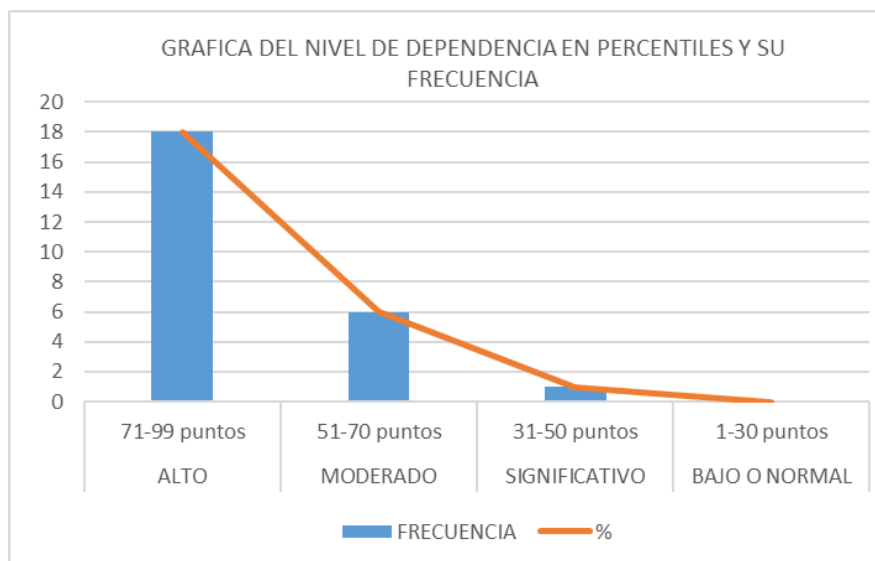
En cuanto al nivel significativo de dependencia emocional (31-50 puntos), solo 1 participante obtuvo una puntuación en este rango. Esto indica que tiene ciertos rasgos de dependencia emocional, pero aún se encuentra por debajo del umbral del nivel más severo.

No se reporta ninguna participante con una puntuación en el rango de 1 a 30 puntos, que corresponde al nivel bajo o normal de dependencia emocional. Esto significa que ninguna de las mujeres evaluadas presenta una dependencia emocional funcional y típica de una relación sana de pareja, en la que la necesidad de vinculación afectiva está presente pero no afecta de manera significativa su autonomía emocional.

A continuación, se presenta la gráfica correspondiente a los niveles alto, medio y bajo y de igual forma se presenta la frecuencia.

Gráfica 2.

Nivel de dependencia en percentiles



Nota: Creación propia

En la gráfica se puede observar el nivel alto, moderado, significativo y bajo o normal y sus respectivos percentiles de acuerdo al manual dependencia emocional y el resultado arrojado de las 25 participantes, siendo alto para 18 de las participantes, 6 en nivel moderado, 1 en significativo y 0 en normal.

Por otro lado, se analizó la media de las 25 participantes que están representadas en la siguiente tabla.

Tabla 15.

Media de dependencia emocional de las 25 participantes

| | | |
|-------|----------------|-----------|
| | Válidos | 25 |
| | Perdidos | 0 |
| Media | | 84.28 |

Nota: Creación propia

De acuerdo a la media obtenida de 84.28 en el Inventario IDE, se puede inferir que el promedio de las 25 participantes se encuentra en un nivel alto de dependencia emocional. Esto implica que ellas tienden a experimentar una necesidad de vinculación afectiva a la pareja que puede ser patológica o disfuncional. Un nivel alto de dependencia emocional

implica una mayor dificultad para establecer límites, autonomía y bienestar emocional individual.

Es importante destacar que esta conclusión se basa únicamente en la media obtenida y no proporciona información detallada sobre la variabilidad individual de las puntuaciones y las circunstancias específicas de cada participante. Cada persona es única y puede tener diferentes motivos y experiencias que contribuyan a su nivel de dependencia emocional.

Posteriormente se analizó la media de cada una de las subcategorías que evalúa la prueba IDE; está conformado por 7 subcategorías: 1) Miedo a la ruptura, 2) Miedo e Intolerancia a la soledad, 3) Prioridad de la pareja, 4) Necesidad de acceso a la pareja, 5) Deseos de exclusividad, 6) Subordinación y sumisión, y 7) Deseos de control y dominio.

Tabla 16.

Valor de la media de las siete subcategorías del IDE, obtenidos por el total de la muestra.

| Subcategorías | Miedo a la ruptura (MR) | Miedo e intolerancia a la soledad (MIS) | Prioridad a la pareja (PP) | Necesidad de acceso a la pareja (NAP) | Deseos de exclusividad (DE) | Subordinación o sumisión (SS) | Deseos de control y dominio (DCD) |
|---------------|-------------------------|---|----------------------------|---------------------------------------|-----------------------------|-------------------------------|-----------------------------------|
| Media | 88.24 | 83.56 | 73.60 | 81.72 | 65.04 | 84.52 | 75.44 |

Nota: Creación propia

En la tabla anterior se presentan los valores de la media para cada una de las subcategorías evaluadas en el Inventario de Dependencia Emocional. Estos valores reflejan el nivel de dependencia emocional en distintos aspectos de la vida de pareja.

En miedo a la ruptura (MR) obtuvo una media de 88.24. Esta subcategoría se refiere al temor que experimenta una persona ante la posibilidad de que la relación de pareja se disuelva. La persona con dependencia emocional adopta comportamientos para mantener la relación, incluso si son perjudiciales para su bienestar. También puede haber negación cuando la ruptura se hace realidad, y se hacen esfuerzos continuos para intentar reanudar la relación.

El miedo e intolerancia a la soledad (MIS) obtuvo una media de 83.56. Esta subcategoría se refiere a los sentimientos desagradables que experimenta la persona con dependencia emocional cuando no está junto a su pareja. Puede manifestarse en la necesidad de mantenerse ocupado constantemente para evitar estar consigo mismo, buscando desesperadamente retomar la relación o encontrar rápidamente otra pareja.

La prioridad de la pareja (PP) obtuvo una media de 73.60. Esta subcategoría se refiere a la tendencia de darle máxima importancia a la pareja por encima de cualquier otro aspecto o personas en la vida de la persona con dependencia emocional. La pareja se

convierte en el centro de su existencia, el sentido de su vida y el principal objeto de atención.

La necesidad de acceso a la pareja (NAP) obtuvo una media de 81.72. Esta subcategoría se refiere al deseo de tener a la pareja presente en todo momento, ya sea físicamente o a través de pensamientos sobre sus acciones, sentimientos o pensamientos. La persona con dependencia emocional busca constantemente la cercanía y la conexión con su pareja.

Los deseos de exclusividad obtuvieron una media de 65.04. Esta subcategoría se refiere al deseo de ser la única persona en la vida de la pareja y de evitar que ésta tenga interacciones o relaciones con otras personas. La persona con dependencia emocional busca controlar y restringir la libertad de la pareja.

La subordinación y sumisión obtuvieron una media de 84.52. Esta subcategoría se refiere a la sobrevaloración de los comportamientos, pensamientos, sentimientos e intereses de la pareja, descuidando la propia vida y experimentando sentimientos de inferioridad y desprecio hacia uno mismo. La persona con dependencia emocional tiende a tolerar agresiones por parte de la pareja.

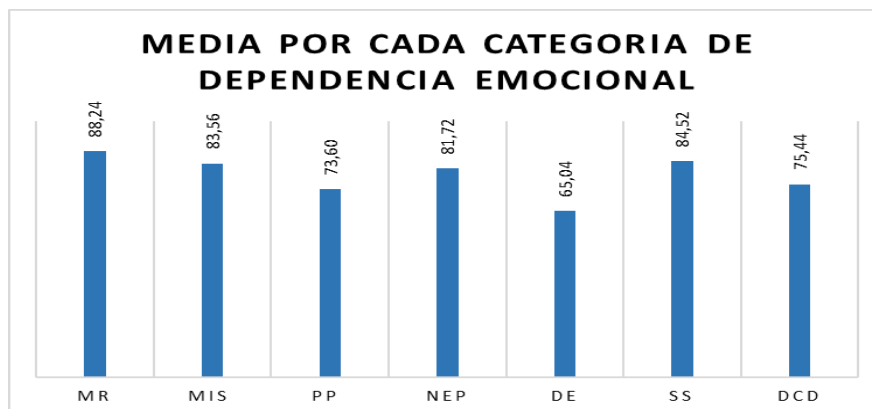
Los deseos de control y dominio obtuvieron una media de 75.44. Esta subcategoría se refiere a la búsqueda activa de atención y afecto para ejercer control sobre la relación de pareja, con el objetivo de asegurar su permanencia y experimentar bienestar.

En general, los resultados muestran que las participantes en el estudio presentan niveles significativos de dependencia emocional en diversas áreas de su vida de pareja. Esto implica una alta necesidad de vinculación afectiva, temores relacionados con la ruptura y conductas orientadas a mantener la relación, a menudo a expensas de su propio bienestar y autonomía.

A continuación se da a conocer su respectiva gráfica

Gráfica 3.

Resultados de la media del Inventario Dependencia Emocional



Nota: Creación propia

Tercer objetivo

Para dar cumplimiento al tercer objetivo que es determinar la frecuencia de cada tipo de pensamientos automáticos en mujeres de 18 a 24 años del Programa de Psicología de la Universidad CESMAG, a continuación se presentan las tablas de frecuencia con cada uno de los tipos de pensamientos.

De acuerdo al IPA el cual mide la frecuencia con la que se presentan los pensamientos automáticos en las 25 participantes, se tienen en cuenta los siguientes puntajes, 0-1 indica que “No presenta ninguna distorsión”, 2-5 “La persona se afecta de manera importante” y 6-9 “Existe tendencia a sufrir por la forma de interpretar los hechos en su vida”.

Se presentan las siguientes tablas que muestran el número de participantes, clasificados en tres niveles diferentes: bajo, medio y alto, en relación con cada uno de los pensamientos. A continuación, se analiza la distribución de participantes en cada nivel:

Falacia de recompensa divina

Tabla 17.

Número de participantes distribuidos por nivel en el pensamiento "falacia de recompensa divina"

| Nivel en falacia de recompensa divina | Nº de participantes | % |
|---------------------------------------|---------------------|------------|
| Bajo (0 - 3) | 3 | 12% |
| Medio (4 - 6) | 11 | 44% |
| Alto (7 - 9) | 11 | 44% |

Nota: Creación propia

Nivel Bajo (0 - 3): Según la tabla, se observa que hay 3 participantes que se ubican en este nivel. Esto puede implicar que estas participantes tienen una menor tendencia en este tipo de pensamiento en comparación con los niveles medio y alto.

Nivel Medio (4 - 6): La tabla muestra que hay 11 participantes que se encuentran clasificadas en este nivel. Las participantes pueden estar más propensas a no buscar solución a problemas y dificultades actuales, suponiendo que la situación mejorará mágicamente en el futuro.

Nivel Alto (7 - 9): En este nivel, se observa que hay 11 participantes. Estas mujeres muestran una tendencia a la manifestación de la falacia de recompensa divina, la cual se

caracteriza por no buscar solución a los problemas y dificultades actuales, suponiendo que la situación mejorará mágicamente en el futuro.

Falacia de justicia

Tabla 18.

Número de participantes distribuidos por nivel en el pensamiento “falacia de justicia”

| Nivel en falacia de justicia | Nº de participantes (frecuencia) | % |
|-------------------------------------|---|----------|
| Bajo (0 - 3) | 9 | 36% |
| Medio (4 - 6) | 11 | 44% |
| Alto (7 - 9) | 5 | 20% |

Nota: Creación propia

Nivel Bajo (0 - 3): Según la tabla, se observa que hay 9 participantes que se ubican en este nivel. Esto puede implicar que estos participantes tienen una menor tendencia en este tipo de pensamiento en comparación con los niveles medio y alto.

Nivel Medio (4 - 6): La tabla indica que 11 participantes se encuentran en dicho nivel. Las participantes pueden estar más propensas a tener la costumbre de valorar como injusto todo aquello que no coincide con sus deseos y necesidades.

Nivel Alto (7 - 9): En este nivel, se observa que hay 5 participantes. Estas mujeres muestran una mayor intensidad en la manifestación de la falacia de justicia, es decir, tienen una mayor tendencia a valorar como injusto todo aquello que no coincide con sus deseos y necesidades. Sus respuestas reflejan una mayor insistencia en la idea de que no tienen derecho a ser tratadas de cierta manera, que si realmente las quisieran, no serían tratadas así y que no están recibiendo el trato que merecen. Estas respuestas indican que estas participantes pueden tener una mayor rigidez en su pensamiento y además presentar dificultades para considerar perspectivas diferentes a las suyas. La intensidad de sus creencias en relación con la justicia puede llevarlas a interpretar situaciones de manera sesgada y a percibir como injusto cualquier desacuerdo o discrepancia.

Filtraje de pensamiento

Tabla 19.

Número de participantes distribuidos por nivel en el pensamiento “filtraje de pensamiento”

| Nivel en filtraje de pensamiento | N° de participantes | % |
|---|----------------------------|----------|
| Bajo (0 - 3) | 11 | 44% |
| Medio (4 - 6) | 9 | 36% |
| ALTO (7 - 9) | 5 | 20% |

Nota: Creación propia

Nivel Bajo (0 - 3): Según la tabla, se observa que hay 11 participantes que se encuentran en este nivel. Esto puede implicar que tienen una menor tendencia en este tipo de pensamiento en comparación con los niveles medio y alto.

Nivel Medio (4 - 6): En este nivel, se identifican 9 participantes las cuales pueden estar propensas a manifestar este tipo de pensamiento, caracterizado por seleccionar un solo aspecto de una situación y centrarse exclusivamente en él, sin considerar otros factores relevantes. Las respuestas indican que estas participantes tienden a enfocarse en un aspecto específico de una situación y pueden perder de vista el panorama general o no tener en cuenta otros elementos importantes que podrían influir en su evaluación o toma de decisiones.

Nivel Alto (7 - 9): En este nivel, se observa que hay 5 mujeres que muestran una tendencia a manifestar una percepción de incapacidad para soportar ciertas situaciones o

eventos negativos. Sus respuestas indican que experimentan una gran carga emocional y sienten que no pueden aguantar más las dificultades o desafíos que enfrentan. Es importante destacar que estas respuestas reflejan la percepción individual de los participantes y su nivel de malestar frente a las circunstancias. Cada persona puede tener diferentes límites de tolerancia y reacciones emocionales ante situaciones estresantes.

Etiquetas globales

Tabla 20.

Número de participantes distribuidos por nivel en el pensamiento “etiquetas globales”

| Nivel en etiquetas globales | N° de participantes | % |
|------------------------------------|----------------------------|----------|
| Bajo (0 - 3) | 17 | 68% |
| Medio (4 - 6) | 5 | 20% |
| Alto (7 - 9) | 3 | 12% |

Nota: Creación propia

Nivel Bajo (0 - 3): Según la tabla, se observa que hay 17 participantes que se encuentran clasificadas en este nivel. Esto puede implicar que estas participantes tienen una menor tendencia en este tipo de pensamiento en comparación con los niveles medio y alto.

Nivel Medio (4 - 6): Se observa que 5 personas se encuentran en dicho nivel; las participantes están propensas a la simplificación y la generalización en su forma de evaluar

o juzgar algo. Este tipo de generalización puede llevar a una visión distorsionada o simplificada de la realidad, ya que se enfoca en solo una o dos características negativas, pasando por alto otros aspectos o matices importantes. Es posible que estas participantes utilicen un sesgo cognitivo conocido como "polarización" o "pensamiento en términos absolutos", donde la información se percibe en términos extremos y se ignoran las sutilezas o la complejidad de la situación.

Nivel Alto (7 - 9): En este nivel, se establece que hay 3 participantes, las cuales hacen generalizaciones o creencias negativas que pueden tener sobre sí mismas o sobre los demás. Estas etiquetas se caracterizan por ser extremas, rígidas y poco realistas, y suelen tener un impacto significativo en la forma en que las personas se perciben a sí mismas y a los demás. Cuando alguien se aplica una etiqueta global, está haciendo una generalización basada en una característica o comportamiento específico y la aplica a todas las áreas de su vida o a todas las personas de cierto grupo. Por ejemplo, alguien que se etiqueta a sí mismo como "un fracaso" debido a un error en el trabajo podría creer que es un fracaso en todos los aspectos de su vida, lo cual es una generalización excesiva y poco precisa.

Interpretación de pensamiento

Tabla 21.

Número de participantes distribuidos por nivel en el pensamiento “interpretación de pensamiento”

| Nivel en interpretación del pensamiento | N° de participantes | % |
|--|----------------------------|------------|
| Bajo (0 - 3) | 12 | 48% |
| Medio (4 - 6) | 10 | 40% |
| Alto (7 - 9) | 3 | 12% |

Nota: Creación propia

Nivel Bajo (0 - 3): Según la tabla, se observa que hay 12 participantes que se encuentran clasificadas en este nivel. Esto puede implicar que estos participantes tienen una menor tendencia en este tipo de pensamiento en comparación con los niveles medio y alto.

Nivel Medio (4 - 6): Se observa que hay 10 mujeres en este nivel, las cuales son propensas a interpretar sin base alguna los sentimientos e intenciones de los demás.

Nivel Alto (7 - 9): Se clasifican 3 participantes en este nivel, las cuales pueden presentar un patrón de interpretación negativa y sin fundamentos en relación a los sentimientos e intenciones de los demás. Estas interpretaciones automáticas, como: "Sé que piensan mal de mí", "Sé que me están mintiendo y engañando" y "Quieren hacerme daño"; reflejan una tendencia a atribuir intenciones negativas a las personas que las rodean sin contar con evidencia concreta que respalde esas creencias. Este tipo de pensamiento puede estar asociado a sesgos cognitivos como la lectura de la mente, la inferencia arbitraria y la

personalización. Estos sesgos distorsionan la percepción de la realidad y pueden generar una visión negativa de las relaciones interpersonales, generando desconfianza, conflicto y malestar emocional.

Sobregeneralización

Tabla 22.

Número de participantes distribuidos por nivel en el pensamiento “sobregeneralización”

| Nivel en sobregeneralización | N° de participantes | % |
|-------------------------------------|----------------------------|----------|
| Bajo (0 - 3) | 17 | 68% |
| Medio (4 - 6) | 5 | 20% |
| Alto (7 - 9) | 3 | 12% |

Nota: Creación propia

Nivel Bajo (0 - 3): Según la tabla anterior, se observa que hay 17 participantes que se encuentran en este nivel. Esto puede implicar que estos participantes tienen una menor tendencia en este tipo de pensamiento en comparación con los niveles medio y alto.

Nivel Medio (4 - 6): Se observa que hay 5 mujeres catalogadas en este nivel. Estas participantes pueden estar propensas a realizar inferencias precipitadas al generalizar una conclusión particular sin contar con suficiente evidencia. Es decir, si experimentan un

evento negativo en una ocasión, asumen que ese mismo evento o situación se repetirá una y otra vez en el futuro.

Nivel Alto (7 - 9): En este nivel, se observa la presencia de 3 participantes; ellas asumen de manera automática, que si experimentan un evento negativo en una ocasión, ese mismo evento o situación se repetirá de forma constante en el futuro. Estas inferencias se caracterizan por un pensamiento extremista y rígido. Por ejemplo, las participantes pueden llegar a pensar que todo lo que hacen les sale mal, lo cual implica una generalización de los resultados negativos en todas las áreas de su vida. Este tipo de pensamiento, conocido como "generalización excesiva" o "pensamiento extremista", puede llevar a una visión distorsionada de la realidad y generar sentimientos de desesperanza y desesperación. Al centrarse únicamente en los aspectos negativos, se ignoran los momentos positivos, las oportunidades de crecimiento y las soluciones alternativas que podrían estar disponibles.

Visión catastrófica

Tabla 23.

Número de participantes distribuidos por nivel en el pensamiento “visión catastrófica”

| Nivel en visión catastrófica | N° de participantes | % |
|-------------------------------------|----------------------------|----------|
| Bajo (0 - 3) | 14 | 56% |

| | | |
|----------------------|---|-----|
| Medio (4 - 6) | 9 | 36% |
| Alto (7 - 9) | 2 | 8% |

Nota: Creación propia

Nivel Bajo (0 - 3): Según la tabla, se observa que hay 14 participantes que se encuentran en este nivel. Esto puede implicar que estos participantes tienen una menor tendencia en este tipo de pensamiento en comparación con los niveles medio y alto.

Nivel Medio (4 - 6): En este nivel, se observa que hay 9 participantes las cuales pueden estar propensas a adelantar acontecimientos de modo catastrófico para los intereses personales.

Nivel Alto (7 - 9): En este nivel, se observa la presencia de 2 participantes que tienen una visión catastrofista de los eventos en relación a sus intereses personales. Estas participantes suelen preocuparse en exceso por situaciones hipotéticas negativas y anticipar los peores escenarios posibles. Por ejemplo, una de las preocupaciones recurrentes es la posibilidad de tener una enfermedad grave, lo cual genera ansiedad y temor por las consecuencias que esto podría tener en su vida. Otra preocupación está relacionada con el miedo a volverse loco o perder el control mental, lo cual genera inseguridad y angustia. Además, también existe la preocupación por la seguridad y bienestar de las personas cercanas, temiendo que les suceda algo malo. Este tipo de pensamiento catastrofista puede generar un alto nivel de estrés y afectar negativamente el bienestar emocional de las participantes. Al anticipar constantemente situaciones negativas y enfocarse en los aspectos

más desfavorables, se genera una visión distorsionada y exagerada de la realidad, lo cual puede aumentar la ansiedad y limitar la capacidad de disfrutar plenamente de la vida.

Culpabilidad

Tabla 24.

Número de participantes distribuidos por nivel en el pensamiento “culpabilidad”

| Nivel en culpabilidad | N° de participantes | % |
|-----------------------|---------------------|-----|
| Bajo (0 - 3) | 19 | 76% |
| Medio (4 - 6) | 5 | 20% |
| Alto (7 - 9) | 1 | 4% |

Nota: Creación propia

Nivel Bajo (0 - 3): Según la tabla, se observa que hay 19 participantes que se encuentran en este nivel. Esto puede implicar que estos participantes tienen una menor tendencia en este tipo de pensamiento en comparación con los niveles medio y alto.

Nivel Medio (4 - 6): En este nivel, se observa que hay 5 participantes clasificadas. Las participantes están propensas a atribuir la responsabilidad de los acontecimientos a sí mismo o a los demás, sin base suficiente y sin tener en cuenta otros factores que contribuyen al desarrollo de los acontecimientos.

Nivel Alto (7 - 9): En este nivel, se observa la presencia de 1 participante que atribuye la responsabilidad de los acontecimientos de manera infundada, ya sea hacia sí misma o hacia los demás, sin tener en cuenta otros factores que también pueden influir en el desarrollo de dichos acontecimientos. Por ejemplo, la participante puede mostrar una tendencia a asumir la culpa de todo lo que le sucede, sin considerar la posibilidad de que existan otros factores o circunstancias externas que contribuyan a esos eventos. Esta forma de pensar puede generar sentimientos de culpa, auto-invalidación y resentimiento hacia uno mismo o hacia los demás, lo cual puede afectar negativamente el bienestar emocional.

Deberías

Tabla 25.

Número de participantes distribuidos por nivel en el pensamiento “deberías”

| Nivel en deberías | N° de participantes | % |
|--------------------------|----------------------------|----------|
| Bajo (0 - 3) | 14 | 56% |
| Medio (4 - 6) | 10 | 40% |
| Alto (7 - 9) | 1 | 4% |

Nota: Creación propia

Nivel Bajo (0 - 3): Según la tabla, se observa que hay 14 participantes que se encuentran en este nivel. Esto puede implicar que estas participantes tienen una menor tendencia en este tipo de pensamiento en comparación con los niveles medio y alto.

Nivel Medio (4 - 6): En este nivel, se observa que hay 10 participantes clasificadas, las cuales pueden estar propensas a analizar la información de su alrededor generando consecuencias negativas

Nivel Alto (7 - 9): En este nivel, se observa 1 participante, la cual de acuerdo a los resultados puede que tienda a analizar la información de su entorno de manera sesgada, enfocándose en generar consecuencias negativas para sí misma. La participante puede establecer expectativas rígidas y poco realistas sobre cómo debería ser su vida y cómo deberían comportarse los demás hacia ella. La participante puede generar autocríticas al sentir que debería estar bien y no experimentar problemas, lo cual implica una demanda excesiva de perfección y una negación de la realidad de las dificultades y desafíos que pueden surgir en la vida.

Falacia de cambio

Tabla 26.

Número de participantes distribuidos por nivel en el pensamiento en “falacia de cambio”

| NIVEL EN FALACIA DE CAMBIO | N° DE PARTICIPANTES | % |
|---|--------------------------------|----------|
| Bajo (0 - 3) | 17 | 68% |
| Medio (4 - 6) | 7 | 28% |

| | | |
|---------------------|---|----|
| Alto (7 - 9) | 1 | 4% |
|---------------------|---|----|

Nota: Creación propia

Nivel Bajo (0 - 3): Según la tabla, se observa que hay 17 participantes que se encuentran en este nivel. Esto puede implicar que estos participantes tienen una menor tendencia en este tipo de pensamiento en comparación con los niveles medio y alto.

Nivel Medio (4 - 6): En este nivel, se observa que hay 7 participantes clasificadas. Las participantes están propensas a considerar que son los otros quienes han de cambiar primero su conducta.

Nivel Alto (7 - 9): En este nivel, se observa la presencia de 1 participante que tiende a atribuir la responsabilidad de sus problemas a los demás y considera que son ellos quienes deben cambiar su conducta para resolver sus dificultades. La participante evita asumir la responsabilidad personal de sus problemas al creer que sus dificultades dependen de los demás. Por ejemplo, considera que si tuviera más apoyo de los demás, no tendría estos problemas, o si tuviera una mejor situación económica, sus problemas se resolverían.

Falacia de control

Tabla 27.

Número de participantes distribuidos por nivel en el pensamiento “falacia de control”

| Nivel en falacia de control | N° de participantes | % |
|------------------------------------|----------------------------|----------|
| Bajo (0 - 3) | 16 | 64% |
| Medio (4 - 6) | 8 | 32% |
| Alto (7 - 9) | 1 | 4% |

Nota: Creación propia

Nivel Bajo (0 - 3): Según la anterior tabla, se observa que hay 16 participantes que se encuentran en este nivel. Esto puede implicar que estas participantes presentan una menor tendencia en este tipo de pensamiento en comparación con los niveles medio y alto.

Nivel Medio (4 - 6): En este nivel, se encuentran 8 participantes. Estas mujeres pueden estar propensas a manifestar este tipo de pensamiento, a menudo tienden a creer que son responsables de todo lo que sucede a su alrededor. Por otro lado, también pueden sentirse impotentes y sin control sobre los eventos de su vida.

Nivel Alto (7 - 9): En este nivel, se encuentra 1 persona; en este tipo de pensamiento posiblemente ella se puede llevar a la idea de que si las actitudes de los demás cambiaran, experimentaría una sensación de bienestar, así mismo puede sentirse

responsable del sufrimiento de las personas que la rodean y se considera que es una víctima de las circunstancias.

Falacia de razón

Tabla 28.

Número de participantes distribuidos por nivel en el pensamiento “falacia de razón”

| Nivel en falacia de razón | Frecuencia | % |
|--|-------------------|-----------|
| Bajo (0 - 3) | 16 | 64% |
| Medio (4 - 6) | 9 | 36% |
| Alto (7 - 9) | 0 | 0% |

Nota: Creación propia

Nivel Bajo (0 - 3): Según la anterior tabla, se identifica que 14 de las 25 participantes se encuentran en este nivel. Esto puede implicar que estas mujeres presentan una menor tendencia en este tipo de pensamiento en comparación con los niveles medio y alto.

Nivel Medio (4 - 6): En este nivel, se encuentran 7 participantes; lo que refiere que en ocasiones ante un desacuerdo con una persona intenta demostrar repetidamente que su punto de vista es el correcto.

Nivel Alto (7 - 9): En este nivel, no se encuentra ninguna persona.

Razonamiento emocional

Tabla 29.

Número de participantes distribuidos por nivel en el pensamiento “razonamiento emocional”

| Nivel en razonamiento emocional | N° de participantes | % |
|--|----------------------------|----------|
| Bajo (0 - 3) | 20 | 80% |
| Medio (4 - 6) | 5 | 20% |
| Alto (7 - 9) | 0 | 0% |

Nota: Creación propia

Nivel Bajo (0 - 3): Según la tabla anterior, se identifica que 20 de las 25 participantes se encuentran en este nivel. Esto puede implicar que estas mujeres presentan una menor tendencia en este tipo de pensamiento en comparación con los niveles medio y alto.

Nivel Medio (4 - 6): En este nivel, se encuentran 5 participantes; lo que se refiere que es común creer de manera automática que lo que una persona siente emocionalmente es cierta y necesaria.

Nivel Alto (7 - 9): En este nivel, no se encuentra ninguna persona;

Personalización

Tabla 30.

Número de participantes distribuidos por nivel en el pensamiento “personalización”

| Nivel en personalización | N° de participantes | % |
|---------------------------------|----------------------------|----------|
| Bajo (0 - 3) | 17 | 68% |
| Medio (4 - 6) | 8 | 32% |
| Alto (7 - 9) | 0 | 0% |

Nota: Creación propia

Nivel Bajo (0 - 3): Según la tabla anterior, se identifica que 17 de las 25 participantes se encuentran en este nivel. Esto puede implicar que estas mujeres presentan una menor tendencia en este tipo de pensamiento en comparación con los niveles medio y alto.

Nivel Medio (4 - 6): En este nivel, se encuentran 8 participantes; lo que se refiere que existe un hábito de relacionar los hechos del entorno con uno mismo, sin contar con una base suficiente que respalde dicha relación.

Nivel Alto (7 - 9): En este nivel, no se encuentra ninguna persona.

Pensamiento polarizado

Tabla 31.

Número de participantes distribuidos por nivel en el pensamiento “pensamiento polarizado”

| Nivel en pensamiento polarizado | N° de participantes | % |
|--|----------------------------|-----------|
| Bajo (0 - 3) | 22 | 88% |
| Medio (4 - 6) | 3 | 12% |
| Alto (7 - 9) | 0 | 0% |

Nota: Creación propia

Nivel Bajo (0 - 3): Según la tabla anterior, se identifica que 22 de las 25 participantes se encuentran en este nivel. Esto puede implicar que estas mujeres presentan una menor tendencia en este tipo de pensamiento en comparación con los niveles medio y alto.

Nivel Medio (4 - 6): En este nivel, se encuentran 3 participantes; lo que se refiere que ellas valoran los acontecimientos de forma extrema, sin tomar en cuenta los aspectos intermedios o matices que podrían existir.

Nivel Alto (7 - 9): En este nivel, no se encuentra ninguna persona.

Es decir, que los pensamientos que se presentaron con mayor frecuencia fueron, falacia de recompensa divina, con un 44% de incidencia, seguido de la falacia de justicia y el filtraje de pensamiento, ambos con un 20% de frecuencia.

Cuarto objetivo

Finalmente para dar cumplimiento al último objetivo específico, el cual buscaba analizar la correlación entre pensamientos automáticos y dependencia emocional en mujeres de 18 a 24 años del Programa de Psicología de la Universidad CESMAG; se realizó el respectivo análisis estadístico de coeficiente de correlación de Pearson

Correlaciones

Análisis de correlación Pearson

Respecto al análisis de correlación, se utilizó el coeficiente de correlación de Pearson, siendo una medida de tipo paramétrica, debido a que las dos variables a medir eran continuas y contaban con escalas ordinales, para lo cual se utilizaron la totalidad de los tipos de pensamientos automáticos por participante y la totalidad de los niveles de dependencia específicos; posteriormente, se procedió a cruzar las variables con cada tipo de pensamiento, por medio de tablas cruzadas. Dando como resultado que si existe correlación y están inversamente relacionadas.

A continuación, se encuentran los estadísticos de correlación de Pearson.

Tabla 32.

Estadísticos de correlación de Pearson entre dependencia emocional y los tipos de pensamientos automáticos

| DEPENDENCIA | Correlación de Pearson | Sig. (bilateral) |
|--------------------------------|-------------------------------|-------------------------|
| Filtraje de pensamiento | .462 | .020 |
| Pensamiento polarizado | .172 | .412 |
| Sobre generalización | .091 | .664 |
| Interpretación del pensamiento | .309 | .133 |
| Visión catastrófica | .052 | .803 |
| Personalización | .239 | .250 |
| Falacia de control | .217 | .297 |
| Falacia de justicia | .219 | .293 |
| Razonamiento emocional | -.047 | .825 |
| Falacia de cambio | .237 | .254 |
| Etiquetas globales | .249 | .230 |

| | | |
|------------------------------|------|------|
| Culpabilidad | .001 | .997 |
| Deberías | .015 | .942 |
| Falacia de razón | .153 | .467 |
| Falacia de recompensa divina | .228 | .272 |

Nota: Creación propia

Para el análisis estadístico se tiene en cuenta el nivel de significancia asociado, este valor es importante para determinar si la correlación observada es estadísticamente significativa. El valor de significancia, representado por un nivel de probabilidad (p-valor), indica la probabilidad de obtener una correlación igual o más extrema por azar, asumiendo que no hay una verdadera relación entre las variables en la muestra. Si el valor de significancia es menor que 0.05, se considera que la correlación es estadísticamente significativa y no se debe atribuir a la casualidad.

Nivel de significancia

Para este análisis se tiene en cuenta el valor p de 0.05.

Filtraje de pensamiento y dependencia emocional: Dado los resultados de 0.020 y el nivel de significancia α (0.05), significa que existe evidencia estadística suficiente para

rechazar la hipótesis nula de no correlación y afirmar que hay una correlación significativa entre "Filtraje de pensamiento" y "dependencia emocional".

Para los 14 tipos de pensamientos automáticos restantes: pensamiento polarizado (0,412), sobregeneralización (0,664), interpretación del pensamiento (0,133), visión catastrófica (0,803), personalización (0,250), falacia de control (0,297), falacia de justicia (0,293), razonamiento emocional (0,825), falacia de cambio (0,254), etiquetas globales(0,230), culpabilidad (0,997), deberías (0,942), falacia de razón (0,467) y falacia de recompensa divina (0,272), dado el nivel de significancia α de 0.05, se concluye que no hay evidencia suficiente para rechazar la hipótesis nula de no correlación al nivel de significancia establecido. Esto implica que, en el contexto de la muestra estudiada, no se encontró una correlación estadísticamente significativa entre las variables en cuestión. Es importante tener en cuenta que los resultados obtenidos en este estudio pueden ser específicos de la muestra y no pueden generalizarse a la población en general.

Discusión

En el contexto de la presente investigación, se llevó a cabo un análisis para caracterizar los niveles de dependencia emocional en mujeres de 18 a 24 años del Programa de Psicología de la Universidad CESMAG. Para ello, se aplicó la escala pre test de Adicción al Amor a las 172 participantes y se realizó una posterior caracterización por rangos de edad.

Los resultados obtenidos de la presente investigación, revelaron que 40 mujeres obtuvieron un nivel bajo de dependencia emocional, 121 mujeres obtuvieron un nivel medio y 11 participantes obtuvieron un nivel alto. Estos hallazgos muestran que existe una considerable proporción de mujeres que presentan niveles bajos y medios de dependencia emocional en esta población específica.

Al revisar los antecedentes existentes, se contrastaron estos resultados con la investigación realizada por Estrada (2019), el cual basa su estudio, en la caracterización socio demográficamente de 39 participantes, centrándose en la variable de edad. Los resultados de dicha investigación revelaron que 20 de las participantes obtuvieron un puntaje bajo, 9 un puntaje medio y 10 un puntaje alto. Estos hallazgos respaldan la tendencia observada en la presente investigación, donde también se encontró que un número significativo de mujeres presentan niveles bajos y medios de dependencia emocional.

Por otro lado, se tiene en cuenta el segundo objetivo de la investigación el cual consistió en identificar el nivel de dependencia emocional en mujeres de 18 a 24 años del Programa de Psicología de la Universidad CESMAG. Los resultados mostraron que el 72% de las participantes obtuvieron una puntuación en nivel alto de dependencia emocional, el 24% en nivel moderado, y el 4% en nivel significativo. Ninguna participante obtuvo una puntuación en nivel bajo. Estos resultados contrastan con los hallazgos de la investigación realizada por Cobeñas y Montenegro en 2015, donde evaluaron los niveles de dependencia

emocional en mujeres y encontraron que el 84% presentaba un nivel alto de dependencia emocional, el 16% en nivel moderado, y ninguna mujer puntuó en nivel bajo. Esto indica que en ambas investigaciones ninguna de las participantes tenía relaciones de pareja consideradas como funcionales, resaltando la prevalencia de niveles altos de dependencia emocional en las mujeres jóvenes estudiadas, lo cual puede tener implicaciones en sus relaciones de pareja y en su bienestar emocional.

Así mismo, la investigación de Aliaga y Travezaño (2015) analizó a pacientes femeninas con depresión y encontró que el 80% de ellas presentaba niveles altos de dependencia emocional, mientras que el 20% restante mostraba niveles bajos y moderados. Es relevante destacar que estas pacientes poseen características poblacionales distintas a las participantes del estudio con estudiantes de Psicología de la Universidad CESMAG. Por lo tanto, existen diferencias significativas en la variable de dependencia emocional, que pueden atribuirse a los estados cognitivos de vulnerabilidad presentes en las pacientes con depresión. Las pacientes con trastorno depresivo desarrollan un perfil cognitivo que se origina desde la infancia debido a sus necesidades emocionales insatisfechas. Este perfil se caracteriza por creencias y pensamientos erróneos sobre su valía personal, relaciones con los demás, y su percepción y valoración de la amistad, cercanía, filiación, soledad, separación, intimidad e interdependencia. Al comparar estos resultados con las participantes del estudio de la Universidad CESMAG, no se encontraron diferencias significativas en los niveles de dependencia emocional. No obstante, es fundamental

considerar la importancia de comparar diferentes tipos de poblaciones para comprender mejor la presencia de este factor en distintos contextos.

En otro estudio realizado por Aiquipa (2015) con mujeres que han sido víctimas de violencia de pareja, se encontró que el 96% de las participantes presentaban altos niveles de dependencia emocional, mientras que el 4% restante mostraba niveles bajos o normales. Estos resultados difieren de manera significativa de los obtenidos en la presente investigación. Es importante destacar que la violencia de género es un factor influyente en el desarrollo de la dependencia emocional. Aquellas mujeres que han experimentado episodios de violencia tienden a mostrar puntuaciones elevadas en dependencia emocional en comparación con aquellas que no han vivido estas experiencias traumáticas. Dado que estas mujeres experimentan un miedo considerable ante la posibilidad de que su relación de pareja llegue a su fin. Por lo tanto, harán todo lo posible para evitar que esto ocurra, incluso llegando a tolerar comportamientos que van desde desatenciones ocasionales por parte de su pareja hasta insultos y ofensas recurrentes, e incluso agresiones físicas. Estos hallazgos resaltan la importancia de abordar la dependencia emocional en el contexto de la violencia de pareja, ya que puede tener consecuencias significativas en la salud y el bienestar de las mujeres.

En cuanto al análisis de las medias de las subcategorías del Inventario de Dependencia Emocional, se observó que las dimensiones con puntajes más altos fueron:

miedo a la ruptura (MR) con una media de 88.24, miedo e intolerancia a la soledad (MIS) con una media de 83.56, subordinación y sumisión con una media de 84.52.

Estos resultados son consistentes con la investigación realizada por Aiquipa (2015) con mujeres víctimas de violencia de pareja, donde se encontró que tres de las dimensiones de dependencia emocional estaban más relacionadas con la violencia de pareja. En este sentido, se observó que las medias de estas dimensiones tenían valores más elevados (entre 89 y 92). Estas dimensiones son miedo a la ruptura, prioridad de pareja y subordinación y sumisión. Estos hallazgos sugieren que el miedo a la ruptura y la prioridad excesiva otorgada a la pareja son características comunes en personas con dependencia emocional. Además, la subordinación y sumisión, junto con la sobrevaloración de la pareja, pueden llevar a la tolerancia de comportamientos abusivos por parte de ella.

En conjunto, estos factores son considerados predisponentes en las relaciones de parejas disfuncionales y pueden contribuir a la perpetuación de la dependencia emocional. Es importante destacar que el estudio de estas dimensiones permite comprender mejor los mecanismos subyacentes a la dependencia emocional y la influencia que la violencia de pareja puede tener en su desarrollo.

En comparación con el estudio de Cobeñas y Montenegro (2015), realizado con mujeres maltratadas en un hospital nivel II-1, se encontraron similitudes en cuanto a las medias de las dimensiones de dependencia emocional. En particular, la necesidad de acceso

a la pareja obtuvo una media de 75.7, la prioridad de la pareja una media de 93, y la subordinación y sumisión una media de 89.6.

Estos resultados son relevantes ya que indican que las mujeres participantes en ambos estudios presentaron niveles significativos de dependencia emocional, especialmente en aspectos como la necesidad de tener acceso constante a la pareja, otorgarle prioridad por encima de otras áreas de su vida y mostrar sumisión y subordinación hacia ella.

La coincidencia en las medias de la subordinación y sumisión entre el estudio actual y el de Cobeñas y Montenegro sugiere que este factor es común en mujeres que han experimentado situaciones de maltrato o violencia de pareja. Estos hallazgos respaldan la idea de que la dependencia emocional puede ser una característica presente en relaciones disfuncionales y abusivas.

Por último, en la investigación realizada por Flores (2018) sobre pensamientos automáticos negativos y dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia atendidas en un centro de salud de Chosica, se encontraron cuatro subcategorías del Inventario de Dependencia Emocional (IDE) con resultados destacados. Entre ellas, se observó que el miedo a la ruptura tuvo una media de 59, el miedo e intolerancia a la soledad una media de 46.2, y la prioridad a la pareja una media de 56.4.

Estos resultados coinciden con dos categorías de la presente investigación, que son el miedo a la ruptura y el miedo e intolerancia a la soledad. Esto sugiere que estas

dimensiones de la dependencia emocional son comunes en las relaciones de pareja caracterizadas por excesivas demandas afectivas.

En relación al tercer objetivo de esta investigación, que consistió en determinar la frecuencia de cada tipo de pensamientos automáticos en mujeres de 18 a 24 años del Programa de Psicología de la Universidad CESMAG, se encontraron los siguientes resultados: la falacia de recompensa divina fue el pensamiento más frecuente, con un 44% de incidencia, seguido de la falacia de justicia y el filtraje de pensamiento, ambos con un 20% de frecuencia.

Al comparar estos resultados con los obtenidos por Cobeñas y Montenegro (2015), se observa una coincidencia en dos tipos de pensamientos. En ambos estudios, la falacia de recompensa divina con un 27% y el filtraje de pensamiento con 17%, son pensamientos comunes. La falacia de recompensa divina es un tipo de razonamiento erróneo en el que se cree que las acciones moralmente correctas serán recompensadas en el futuro con beneficios divinos y cósmicos. Por otro lado, el filtraje de pensamiento es un sesgo cognitivo en el que se selecciona y se enfoca únicamente en información que respalda las creencias preexistentes, mientras se ignoran evidencias contradictorias. Estas coincidencias en los tipos de pensamientos automáticos entre ambos estudios sugieren que estas distorsiones cognitivas son comunes en mujeres jóvenes y pueden influir en su forma de percibir y procesar la información.

En otra investigación realizada por Aliaga y Travezaño (2016), se encontró que los pensamientos automáticos más frecuentes en mujeres fueron la falacia de recompensa divina con un 64%, el filtraje de pensamiento con un 50% y el uso de los deberías con un 42%. Estos resultados concuerdan con los hallazgos previos de Cobeñas y Montenegro (2015) y los de la presente investigación, donde también se identificaron la falacia de recompensa divina y el filtraje de pensamiento como pensamientos comunes. La falacia de recompensa divina es una creencia o argumento que sostiene que una acción moralmente correcta o virtuosa será recompensada por una entidad divina o sobrenatural en algún momento. Esta falacia es común en muchas personas debido a diferentes razones; por un lado, está relacionada con la necesidad de encontrar un propósito o significado trascendental en la vida, ya que ofrece una explicación reconfortante y satisfactoria. Además, puede brindar consuelo emocional al ofrecer esperanza y alivio en momentos difíciles, al creer en un plan divino o en una justicia cósmica. También puede ser influenciada por factores sociales y culturales, ya que la religión y las tradiciones transmiten esta idea de recompensa divina en muchas sociedades. Por último, la creencia en una recompensa divina puede satisfacer el deseo inherente de justicia y equidad en un mundo percibido como caótico.

El filtraje de pensamiento, también conocido como sesgo cognitivo o filtro cognitivo, es una tendencia común en las personas debido a las limitaciones cognitivas, la preservación de la coherencia, la identidad y afiliación grupal, y los sesgos cognitivos inconscientes. Tanto la falacia de recompensa divina como el filtraje de pensamiento son

comunes en las personas debido a diversos factores. Estos incluyen la necesidad de encontrar sentido y seguridad en la vida, el deseo de justicia y equidad, la influencia social y cultural, así como las limitaciones cognitivas y sesgos cognitivos. La creencia en una recompensa divina ofrece consuelo emocional y una explicación reconfortante, mientras que el filtraje de pensamiento es una forma de lidiar con la sobrecarga de información al seleccionar solo lo que se ajusta a nuestras creencias previas.

Finalmente, el análisis de correlación realizado en el presente estudio reveló que existe una correlación significativa entre el filtraje de pensamiento y la dependencia emocional en mujeres de 18 a 24 años del Programa de Psicología de la Universidad CESMAG. Este hallazgo indica que a medida que aumenta el filtraje de pensamiento, también se observa un aumento en los niveles de dependencia emocional, dado que el nivel de significancia fue de (0.020). Sin embargo, no se encontró evidencia suficiente para afirmar una correlación significativa entre la dependencia emocional y los otros 14 tipos de pensamientos analizados. Estos resultados difieren de los obtenidos por Flores (2018), quien encontró una relación significativa entre la dependencia emocional y varios tipos de pensamiento automático en mujeres víctimas de violencia, como la sobre generalización, el filtraje o abstracción selectiva, los deberías, el tener razón y la personalización. Estas diferencias podrían explicarse por el hecho de que la muestra estaba conformada por mujeres víctimas de violencia basada en género, quienes experimentaban un contexto de violencia, agresión y baja autoestima, lo cual puede influir en la prevalencia de estos pensamientos automáticos. En contraste, en el estudio actual, la necesidad afectiva parece

desempeñar un papel relevante en la disminución de la importancia de estos pensamientos en relación con la dependencia emocional.

Tras realizar una revisión bibliográfica, no se encontraron similitudes en los tipos de pensamientos automáticos identificados en el presente estudio. Sin embargo, se encontró otro estudio realizado por Almeciga y Sanabria (2015) que involucró a mujeres víctimas de violencia doméstica. En dicho estudio, se encontró una correlación positiva entre la dependencia emocional y dos tipos de pensamientos automáticos: la personalización (0,029) y la culpabilidad (0,030).

Estos hallazgos sugieren que las mujeres que son víctimas de violencia doméstica y presentan características de dependencia emocional tienden a presentar pensamientos que relacionan los acontecimientos del entorno con sus propias acciones. En otras palabras, estas mujeres atribuyen eventos, ya sean positivos o negativos, a su propio comportamiento, incluso cuando dichos eventos no están directamente relacionados con ellas. Es posible que esta diferencia en los resultados se deba a que las mujeres en ambos estudios comparten una condición diferente, la cual es estar expuestas a situaciones de violencia, lo cual puede influir en sus procesos cognitivos.

En conclusión, estos hallazgos resaltan la importancia de considerar el contexto en el que se encuentran las mujeres y cómo las experiencias de violencia pueden influir en sus patrones de pensamiento y dependencia emocional, de este modo, el presente estudio ha explorado los pensamientos automáticos y su relación con la dependencia emocional en mujeres de 18 a 24 años del Programa de Psicología de la Universidad CESMAG. Se

encontraron diferencias significativas en los tipos de pensamientos automáticos identificados en comparación con investigaciones previas, lo que sugiere la influencia de factores contextuales y experiencias individuales.

La falacia de recompensa divina y el filtraje de pensamiento fueron los pensamientos más frecuentes en esta muestra, aunque no se encontró una correlación significativa entre ellos y la dependencia emocional. Esto indica la importancia de explorar y comprender las diversas dimensiones de la dependencia emocional y los factores subyacentes que pueden estar presentes en diferentes contextos.

Por otro lado, se observó que en mujeres víctimas de violencia doméstica, la dependencia emocional se asoció con pensamientos de personalización y culpabilidad. Esto resalta la influencia de las experiencias traumáticas en los patrones de pensamiento y la necesidad de abordar de manera integral las secuelas emocionales de la violencia.

En general, estos hallazgos subrayan la importancia de considerar el contexto individual y las experiencias vividas al analizar los pensamientos automáticos y la dependencia emocional. Esto proporciona información relevante para el diseño de intervenciones psicológicas que aborden los patrones de pensamiento disfuncionales y la dependencia emocional en mujeres.

Conclusiones

De acuerdo a los datos y resultados presentados en esta investigación sobre la correlación entre Pensamientos Automáticos y Dependencia Emocional en mujeres de 18 a

24 años del Programa de Psicología de la Universidad CESMAG, se presentan las siguientes conclusiones:

Por medio del estadístico de Pearson, se pudo determinar la correlación entre los pensamientos automáticos y la dependencia emocional, estableciendo que existe una correlación positiva entre dependencia emocional y filtraje de pensamiento, y en los catorce pensamientos restantes se encuentra una correlación moderada y leve, y con baja evidencia estadística para rechazar la hipótesis nula.

Las personas que experimentan dependencia emocional suelen establecer sus necesidades afectivas en función de los estándares ideales del amor romántico, lo que los lleva a exigir de su pareja una atención constante. Sin embargo, es común que estas demandas no sean completamente satisfechas, lo que genera una sensación constante de fracaso. Para compensar este vacío emocional, el individuo dependiente tiende a aceptar comportamientos de control por parte de su pareja, como una forma de contrarrestar la sensación de vacío y obtener cierta estabilidad emocional.

Se encontró que el 72% de las participantes presentaron un nivel alto en dependencia emocional, caracterizado por una intensa necesidad de obtener amor y atención de los demás. Las personas con altos niveles de dependencia emocional suelen experimentar miedo a la separación y a la soledad, lo que los lleva a mantener relaciones de parejas subordinadas y sumisas. Estas personas pueden sacrificar su bienestar personal y

aceptar comportamientos abusivos con tal de mantener la relación y evitar la sensación de abandono.

Los pensamientos automáticos pueden ser un factor desencadenante de la dependencia emocional al fomentar creencias y percepciones distorsionadas sobre uno mismo, los demás y las relaciones interpersonales. Estos patrones de pensamiento disfuncional pueden generar una sensación de necesidad de afecto y validación externa, lo que a su vez contribuye a la dependencia emocional.

A través de la caracterización de los niveles de dependencia emocional, se identificó que existe una relación significativa entre la dependencia emocional y diversos aspectos cognitivos, emocionales y comportamentales. Los resultados obtenidos indican que las personas con altos niveles de dependencia emocional muestran una mayor propensión a miedo a la ruptura, miedo e intolerancia a la soledad y subordinación o sumisión.

A través de la identificación de la dependencia emocional en mujeres, se ha evidenciado la presencia de patrones de comportamiento y pensamiento que indican una fuerte dependencia hacia otras personas para satisfacer sus necesidades afectivas. Los resultados obtenidos revelan que la dependencia emocional es una realidad significativa en este grupo poblacional.

De acuerdo a los resultados las mujeres con dependencia emocional tienden a experimentar miedo a la ruptura en sus relaciones, lo que conduce a comportamientos

subordinados y sumisos. Además, muestran una resistencia a la soledad y dependen en gran medida de la atención y validación de los demás para sentirse seguras y valoradas.

Las condiciones sociales que enfrentan las mujeres, como la violencia basada en género, pueden desencadenar una mayor frecuencia de pensamientos automáticos en comparación con las mujeres que no están expuestas a estas condiciones.

Recomendaciones

Se recomienda ampliar el alcance de estas investigaciones utilizando muestras más grandes y significativas a nivel departamental o nacional. Esto permitirá obtener resultados más válidos y confiables, aumentando así la significancia de los hallazgos.

Se sugiere considerar la inclusión de otras variables psicológicas, como la personalidad, los estados emocionales o la satisfacción marital, patologías de carácter endocrino, trastornos psiquiátricos y características sociodemográficas. Estas variables pueden brindar una mejor comprensión del fenómeno de la dependencia emocional y su relación con otros aspectos de la vida de las personas. Al incorporar estas variables adicionales, se enriquecerá la investigación y se obtendrá una visión más completa y detallada de este fenómeno.

Se sugiere que en futuras investigaciones se amplíen los temas relacionados con las dinámicas surgidas durante la infancia en contextos de maltrato, abandono y/o pérdida de familiares dado que estos pueden ser algunos de los desencadenantes de patrones disfuncionales en relaciones afectivas, incidiendo en la aparición de nuevas patologías como la ansiedad por separación. Esta ampliación permitirá el desarrollo de programas de prevención de futuras violencias y promoción de relaciones de pareja y familia saludables. Además de su contribución a la psicología clínica, estas investigaciones podrían tener un impacto en campos como el comunitario y el jurídico; comprender estas dinámicas desde una perspectiva más amplia brindará información valiosa para abordar de manera integral los desafíos asociados a la dependencia emocional y contribuirá a la creación de entornos más seguros y saludables para las personas y las familias.

Se sugiere que las mujeres participantes puedan tener un acceso oportuno a atención psicológica, dado que los niveles de dependencia emocional evidenciados en la aplicación de los instrumentos no solo pueden repercutir negativamente el área de pareja, sino incidir en otras áreas de la vida cotidiana, así mismo se sugiere realizar investigaciones de tipo de tipo cualitativa en donde se aborde la problemática de manera integral con un diagnóstico previo y se elabore un plan de acción para el manejo de la misma.

Generar programas de reestructuración cognitiva, dirigidos a las estudiantes de Psicología de la Universidad Cesmag que previamente fueron detectadas con altos niveles de dependencia emocional.

Dar a conocer a los estudiantes de Psicología acerca de una posible línea de estudio sobre el tema de dependencia emocional y pensamientos automáticos y la importancia de la terapia cognitiva, así como los beneficios que se obtiene de ella; además incursionar en nuevos campos de la psicología clínica como el relacionado con la pareja.

Se recomienda fomentar la investigación en temas relacionados con la dependencia emocional y los pensamientos automáticos, especialmente en el departamento de Nariño donde existe escasa información al respecto. De esta manera, será posible obtener una amplia variedad de resultados dado que este estudio se basó en una muestra específica, lo que limita su generalización a otras poblaciones y contextos.

Es necesario llevar a cabo más investigaciones para profundizar en la comprensión de las complejidades de la relación entre los pensamientos automáticos y la dependencia emocional, teniendo en cuenta diferentes grupos de edad, género y experiencias de vida. Esto permitirá obtener un conocimiento más completo y sólido sobre estos temas, lo que a su vez contribuirá a desarrollar estrategias de intervención más efectivas y adaptadas a las necesidades específicas de cada individuo.

Incentivar a los futuros investigadores a explorar estas áreas de estudio ayudará a llenar los vacíos de información existentes y a generar una base sólida de conocimientos en el campo de la dependencia emocional y los pensamientos automáticos.

Se sugiere que se capacite a los estudiantes en lo concerniente a fines investigativos; ya que estos al desconocer los parámetros reales de investigación, no asumen el

compromiso que debería tener como población muestra y al momento de participar en investigaciones, no realizan un proceso adecuado dando respuestas al azar, que por miedo o vergüenza no tienen el suficiente criterio para dar una respuesta honesta, afectando así los resultados finales de la investigación.

Referencias

Aiquipa, J. (2015) Inventario de Dependencia Emocional. Manual moderno.

Aiquipa, J. (2015). Dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja.

Universidad Nacional mayor de San Marcos. Recuperado de

<http://www.scielo.org.pe/pdf/psico/v33n2/a07v33n2>

Aliaga, D. Travezaño, J. (2015). Dependencia emocional y pensamientos automáticos en

pacientes de sexo femenino con depresión de un hospital psiquiátrico de Lima

Metropolitana. Universidad Peruana Unión. Recuperado de

https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/136/Diana_Tesis_bac_hiller_2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Almeciga, M. y Sanabria, L. (2015). Dependencia Emocional Y Distorsiones Cognitivas

En Un Grupo De Mujeres Víctimas De Violencia Doméstica. Fundación

universitaria Los Libertadores Bogotá. Recuperado de

https://repository.libertadores.edu.co/bitstream/handle/11371/2310/Almeciga_Miley_di_Sanabria_Lizeth_2015.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Asociación Americana de Psiquiatría (APA) (2002). DSM-IV-TR. Manual diagnóstico y

estadístico de los trastornos mentales. Texto revisado. Traducción de Tomas de

Flores i Formenti. Barcelona: Mason.

Avendaño, A. y Sánchez, J. (2002). La dependencia emocional en las parejas. Revista

Intercontinental de Psicología y Educación, 4 (1), 91-97

Becerril, E., y Álvarez, L. (2012). La teoría del apego en las diferentes etapas de la vida (tesis de pregrado). Universidad de Cantabria.

<https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/865/BecerrilRodriguezE.pdf>

Beck, J. (1995). Cognitive Therapy: Basics and Beyond. New York: The Guilford Press

Bogarin, M., Gamarra, A., Bagnoli, A., Mongelos, N y González, H. (2021). Dependencia emocional y distorsiones cognitivas en mujeres víctimas de violencia conyugal.

Revista de la sociedad científica de paraguay 26(2). Recuperado de

<https://www.sociedadcientifica.org.py/ojs/index.php/rscopy/article/view/225>

Bowlby J. (1989). Una base segura: aplicaciones clínicas de una teoría del apego. Buenos aires: paidós.

Bowlby J. (1999). Vínculos afectivos: formación, desarrollo y pérdida. Madrid: Morata.

Caballo, V. (2004). Manual de trastornos de la personalidad: descripción, evaluación, y tratamiento. Madrid: Síntesis.

Carranza, E., Sáenz, M. y Emperatriz, L. (2019). Dependencia emocional y distorsiones cognitivas relacionadas con la violencia de pareja en jóvenes universitarios de la ciudad de Barranquilla. Universidad Simón Bolívar. Recuperado de

<http://bonga.unisimon.edu.co/handle/20.500.12442/4266>

- Castañeda, E y Sáez, L. (2019). Dependencia emocional en distorsiones cognitivas relacionadas con la violencia de pareja en jóvenes universitarios de la ciudad de Barranquilla. Universidad Simón Bolívar. Recuperado de <https://bonga.unisimon.edu.co/handle/20.500.12442/4266?show=full>
- Castelló, J. (2005). la dependencia emocional como un trastorno de personalidad. Alianza Editorial. Recuperado de <http://www.dependenciaemocional.org/LA%20DEPENDENCIA%20EMOCIONAL%20COMO%20UN%20TRASTORNO%20DE%20LA%20PERSONALIDAD.pdf>
- Cloninger, S. (2003). Teorías de la personalidad. México: Pearson Educación.
- Cobeñas, J., Montenegro., J. (2018). Niveles de dependencia emocional y tipos de distorsiones cognitivas en mujeres maltratadas de un hospital nivel II-1 del distrito de ferreñafe, septiembre – diciembre, 2017. Recuperado de https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/1572/1/TL_Cobe%C3%B1asCernaJenifer_MontenegroArtegaJorge.pdf
- Consejo General de colegios oficiales de psicólogos. (2013). Código deontológico del psicólogo. Psicología clínica y psiquiatría. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/778/77808501.pdf>
- Dávila, Y. (2015). La influencia de la familia en el desarrollo del apego. Recuperado de <https://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/22943/1/10.pdf>.

- De Catanzano, D. (2001). Motivación y emoción. México: Pearson Educación.
- Díaz, R. y Sánchez, R. (2002). Psicología del amor: una visión integral de la relación de pareja. México: Miguel Ángel Porrúa-UNAM.
- Estévez, A., Chávez, M., Momeñe, J., Olave, L., Vázquez, D., Iruarrizaga, I. (2018). The role of emotional dependence in the relationship between attachment and impulsive behavior. Dialnet. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6527368>.
- Flores, C. Y Flores, K. (2021). pruebas para comprobar la normalidad de datos en procesos productivos: anderson darling, ryan-joiner, shapiro-wilk y kolmogorov-smirnov. Societas revista de ciencias sociales y humanísticas. Recuperado de <http://portal.amelica.org/ameli/jatsRepo/341/3412237018/3412237018.pdf>
- Flores, J. (2018). Pensamientos automáticos negativos y dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia atendidas en un centro de salud de Chosica. Repositorio de la Universidad Privada del Norte. Recuperado de <https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/21222>
- Fresneda, S. (2015). Estudio descriptivo de los patrones que se han aprendido generacionalmente y que facilitan que una persona se involucre en relaciones afectivas dependientes (tesis de pregrado). Los Libertadores Institución Universitaria.

<https://repository.libertadores.edu.co/bitstream/handle/11371/585/FresnedaG%C3%B3mezSandraViviana.pdf?sequence=2>

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). Metodología de la investigación (6a. ed. --.). México D.F.: McGraw-Hill.

Huerta, R., Ramírez, N., Ramos, J., Murillo, L., Falcón, C., Misare, M., & Sánchez, J. (2017). Esquemas cognitivos disfuncionales y dependencia emocional en mujeres con y sin violencia en la relación de pareja de la ciudad de Lima. Revista De Investigación En Psicología. Recuperado de <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/12895>

Ibañez, T. y Manzanera, E. (2014). Técnicas cognitivo-conductuales de fácil aplicación en asistencia primaria. Medicina de Familia, Métodos Clínicos, Faculty of Medicine Imperial College, Londres, Reino Unido. Recuperado de <https://www.elsevier.es/es-revista-medicina-familia-semergen-40-articulo-tecnicas-cognitivo-conductuales-facil-aplicacion-asistencia-S1138359313002207#:~:text=Los%20pensamientos%20autom%C3%A1ticos%20surgen%20de,tiene%20clara%20conciencia%20de%20ellas.>

Jiménez, M., Jiménez, D. y Torres, R. (2020). La dependencia emocional y su influencia en la depresión por ruptura amorosa. Journal of science and research. Recuperado de <https://revistas.utb.edu.ec/index.php/sr/article/view/1035/734>

- Kemer, G., Çetinkaya, E., & Bulgan, G. (2017). Emotional Dependency and Dysfunctional Relationship Beliefs as Predictors of Married Turkish Individuals' Relationship Satisfaction. *The Spanish Journal of Psychology*. The cambridge. Recuperado de <https://www.cambridge.org/core/journals/spanish-journal-of-psychology/article/abs/emotional-dependency-and-dysfunctional-relationship-beliefs-as-predictors-of-married-turkish-individuals-relationship-satisfaction/1209D08CBF8EB0ECDA0A80F80CF7987D>
- Laca, F y Mejia, J. (2017). Dependencia emocional, consciencia del presente y estilos de comunicación en situaciones de conflicto con la pareja. *Enseñanza e Investigación en Psicología* Vol. 22, N°1: 66-75. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/292/29251161006.pdf>.
- Lazo, J. (1998). Adicción al amor. *Revista de Psicología*. Universidad Inca Garcilazo de la Vega, 2 (1-2), 17-29.
- Lemaire, J. (1995). *La pareja humana: su vida, su muerte*. México: Fondo de cultura Económica.
- Lemos, M., Londoño, N., y Zapata, J. (2007). Distorsiones cognitivas en personas con dependencia emocional. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5229797.pdf>

- Ley 1090 de 2006. (2006, 6 de septiembre). Congreso de la República. Diario oficial No 46.383. http://www.secretariassenado.gov.co/senado/basedoc/ley_1090_2006.html
- Londoño, N y Zapata, J. (2007). Distorsiones cognitivas en personas con dependencia emocional. Informes psicológicos 9. p.55 - 69. Recuperado de <https://revistas.upb.edu.co/index.php/informespsicologicos/article/view/783/608>.
- McKay, D. (1988). Técnicas cognitivas para el tratamiento del estrés. Recperado de https://www.researchgate.net/publication/230577047_Tecnicas_cognitivas_en_el_control_del_estres
- Mellody, P. (2003). Enfrentando la adicción al amor: dándose el poder de cambiar la forma en que ama. HarperOne. Recuperado de <https://www.amazon.com/Facing-Love-Addiction-Giving-Yourself/dp/0062506048>
- Mishel, W. (1988). Teorías de la personalidad. México: McGraw-Hill.
- Mora, M. y Raich, R. (2005). Autoestima. Evaluación y tratamiento. Madrid: Síntesis.
- Moral, M. (2006). Dependencias afectivas o emocionales. Memorias del I Encuentro Profesional sobre Dependencias Sentimentales. Madrid: Fundación instituto Spiral.
- Müggenburg, V. y Pérez, M. (2007). Tipos de estudio en el enfoque de investigación cuantitativa Enfermería Universitaria, Universidad Nacional Autónoma de México Distrito Federal, México. 4(1). Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/3587/358741821004.pdf>

Naranjo, K. (2020). Cualidades esenciales de análisis psicométrico del inventario de pensamientos automáticos-distorsiones cognitivas de Ruiz y Lujan, en el pilotaje de los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Paul Dirac de la ciudad de Quito en el año lectivo 2019-2020. Universidad Central del Ecuador. Recuperado de <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/21782/1/T-UCE-0010-FIL-923.pdf>

Norwood, R. (1985). Women Who Love Too Much: When You Keep Wishing and Hoping He'll Change. Pocket Books. Recuperado de <https://www.amazon.com/Women-Who-Love-Too-Much/dp/1416550216>

Organización Mundial de la Salud. (2013). Informe sobre la salud en el mundo 2013: investigaciones para una cobertura sanitaria universal. Recuperado de <https://apps.who.int/iris/handle/10665/85763>

Organización Mundial de la Salud. (2022). Por qué la salud mental debe ser una prioridad al adoptar medidas relacionadas con el cambio climático. Recuperado de <https://www.who.int/es/news/item/03-06-2022-why-mental-health-is-a-priority-for-action-on-climate-change#:~:text=La%20OMS%20define%20la%20salud,aportar%20algo%20a%20su%20comunidad%C2%BB>

Overholser, J. (2004). Tratamiento cognitivo-conductual del trastorno de la personalidad por dependencia. En caballo, V. (dir.). Manual de trastornos de la personalidad: descripción, evaluación y tratamiento. Madrid: Síntesis.

- Patño, K. (2020). Cualidades esenciales de análisis psicométrico del inventario de pensamientos automáticos-distorsiones cognitivas de Ruiz y Lujan, en el pilotaje de los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Paul Dirac de la ciudad de Quito en el año lectivo 2019-2020. Universidad central de Ecuador, Recuperado de <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/21782/1/T-UCE-0010-FIL-923.pdf>
- Ponce, C., Aiquipa, J., Arboccó, M. (2019). Dependencia emocional, satisfacción con la vida y violencia de pareja en estudiantes universitarias. Scielo. Recuperado de [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S 2307-79992019000400005script=sci_arttext](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S_2307-79992019000400005script=sci_arttext)
- Prado, R. (2004). El otro. Los vínculos de la pareja. Lima: Asamblea Nacional de Rectores.
- Reeve, J. (2003). Motivacion y emociion. Madrid: McGraw-Hill.
- Riofrío, J y Villegas, M. (2016). Distorsiones cognitivas según niveles de dependencia emocional en universitarios - Pimentel. Revista Paian, 1, (7). Recuperado de <http://revistas.uss.edu.pe/index.php/PAIAN/article/view/311/310>
- Riso, W. (2003). ¿Amar o depender? Bogotá: Grupo Editorial Norma.
- Romani, D. (2020). Dependencia emocional y distorsiones cognitivas en adolescentes de una institución educativa de Villa el Salvador. Universidad autónoma del Perú. Recuperado de <https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/1186>

Romani, D. (2020). Dependencia emocional y distorsiones cognitivas en adolescentes de una institución educativa de villa el salvador. Universidad autónoma del Peru.

Recuperado de

<https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/1186/Romani%20Flores%2c%20Dora%20Fiorella.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Ruiz, J. e Imbernón, J. (1996). *Sentirse mejor: como afrontar los problemas emocionales con la terapia cognitiva*. España, Úbeda: ESMD.

Schultz, D. y Schultz, S. (2002). Teorías de la personalidad. México: Thomson.

Silva, M. (2017). Violencia familiar y distorsiones cognitivas en adolescentes mujeres de una institución educativa estatal del distrito de Bellavista – Callao. Universidad

César Vallejo, Lima, Perú. Recuperado de

<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/3382>

Sirvent, C. y Moral, M. (2007). La dependencia sentimental o afectiva. VIII Congreso virtual de psiquiatría, interpsiquis 2007.

Sternberg, R. (1995). El triángulo del amor: intimidad, pasión y compromiso. México:

Paidós.

Universidad CESMAG. (15 de febrero de 2018). Mi universidad.

<https://www.unicesmag.edu.co/mi-universidad/>

Universidad de Guadalajara. (S.F). Pensamientos automáticos. Recuperado de

http://www.cutonala.udg.mx/sites/default/files/adjuntos/pensamientos_automaticos.pdf

Valdivia, C y Vargas, E. (2017). Distorsiones cognitivas y dependencia emocional de pareja en estudiantes universitarios. Universidad Católica de Santa María.

Recuperado de

<http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/UCSM/6618/76.0325.PS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Vallejo, P. (2017). Distorsiones cognitivas y estrés en estudiantes universitarios.

Universidad Técnica de Ambato, Ambato, Ecuador. Recuperado de

<https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/26721>

Villa Moral, M y Gonzales, M. (2019). Distorsiones cognitivas y estrategias de

afrontamiento en jóvenes con dependencia emocional. Revista oficial de la

federación iberoamericana de asociaciones de psicología (FIAP). 1(11). Recuperado de

<https://digibuo.uniovi.es/dspace/bitstream/handle/10651/54383/Distorsiones.pdf?sequence=1>

Villa, M., Sirvent, C., Ovejero, A.y Cuetos G. (2018). Dependencia emocional en las

relaciones y síndrome de Artemisa: modelo explicativo. Revista scielo. Vol 36-3.

Recuperado de

https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S071848082018000300156&script=sci_arttext&tlng=en

Worchek, S., Cooper, J., Goethals, G. y Olson, J. (2002). *Psicología social*. México: Thomson.

Zapata, J. (2020). Rasgos de la codependencia familiar en procesos terapéuticos de adicciones, en Casa Claret, Medellín. Corporación universitaria Minuto de Dios.

Recuperado de

https://repository.uniminuto.edu/bitstream/10656/14710/1/TP_ZapataRiveraJuliana_2020.pdf

Anexos

Anexo A. Escala de adicción al amor



UNIVERSIDAD CESMAG
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS
PROGRAMA DE PSICOLOGÍA



Datos de identificación

Sexo: F_ M_

Semestre: ____

Edad: ____

Programa: _____

Estimado estudiante, su participación es de gran importancia para el desarrollo de la investigación que se está realizando, por ende, la información que usted proporcione será de gran utilidad, se manejará con confidencialidad y solo para fines investigativos.

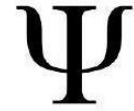
Estas preguntas tienen por objetivo evaluar el nivel de adicción al amor en estudiantes de 18 a 24 años de los programas de psicología de la Universidad Cesmag

Es indispensable que usted responda a todos los enunciados con la mayor sinceridad posible y seleccionando en cada uno solo una opción de respuesta.

| <i>Items</i> | <i>Nunca</i> | <i>Casi nunca</i> | <i>Siempre</i> | <i>Casi siempre</i> |
|--|--------------|-------------------|----------------|---------------------|
| 1. Me enoja que mi pareja no tenga tiempo para mí por sus obligaciones. | | | | |
| 2. Tengo pensamientos suicidas cuando mi pareja intenta dejarme. | | | | |
| 3. Siento que soy un fracaso como persona cuando mi pareja intenta dejarme. | | | | |
| 4. Siento que mi pareja es la única persona que me hace feliz. | | | | |
| 5. He amenazado a mi pareja cuando ha intentado dejarme. | | | | |
| 6. Invento excusas para que mi pareja siga conmigo. | | | | |
| 7. Me he alejado de mi círculo social y familiar por estar con mi pareja. | | | | |
| 8. Me gusta darle espacio a mi pareja para que cumpla con sus obligaciones. | | | | |
| 9. He pensado que si mi pareja no está conmigo no debería estar con nadie más. | | | | |
| 10. He suplicado a mi pareja para que no termine la relación. | | | | |
| 11. Me angustia separarme de mi pareja por periodos cortos. | | | | |
| 12. Evito que mi pareja se relacione con personas del sexo opuesto. | | | | |
| 13. Me culpo de cosas que no he hecho para que mi pareja evite terminar la relación. | | | | |



UNIVERSIDAD CESMAG
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS
PROGRAMA DE PSICOLOGÍA



| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| 14. <i>Compró cosas solo si tengo el visto bueno de mi pareja</i> | | | | |
| 15. <i>Siento la necesidad de controlar las acciones de mi pareja</i> | | | | |
| 16. <i>Me es indiferente si mi pareja se relaciona con personas del sexo opuesto</i> | | | | |
| 17. <i>He pensado en tener un hijo con mi pareja para que no termine la relación</i> | | | | |
| 18. <i>Me es imposible dejar a mi pareja porque dependo económicamente de ella</i> | | | | |
| 19. <i>Me he enojado con mi pareja por tener contacto físico con personas del sexo opuesto o de su mismo sexo</i> | | | | |
| 20. <i>Intento darle lastima a mi pareja para que no me deje.</i> | | | | |
| 21. <i>Siento que mi rendimiento académico baja cuando tengo discusiones con mi pareja</i> | | | | |
| 22. <i>Obligo a mi pareja a contestar llamadas de desconocidos para asegurarme de quién es</i> | | | | |
| 23. <i>Evito hacerle reclamos a mi pareja para que no se enoje y no piense en terminar la relación.</i> | | | | |
| 24. <i>Me es irrelevante en el momento, formar una familia con mi pareja</i> | | | | |
| 25. <i>He pensado en hacerle brujería a mi pareja para que no me termine.</i> | | | | |
| 26. <i>He soportado maltrato físico o psicológico para que mi pareja no me deje.</i> | | | | |
| 27. <i>Necesito que mi pareja exprese a diario lo que siente por mí.</i> | | | | |
| 28. <i>He intentado hacerme la enferma para que mi pareja se quede conmigo cuando tiene planes con sus amigos.</i> | | | | |
| 29. <i>Me siento incapaz de dejar a mi pareja</i> | | | | |
| 30. <i>Al tener discusiones con mi pareja dejo de realizar mis actividades cotidianas.</i> | | | | |

Anexo B. Consentimiento informado



UNIVERSIDAD CESMAG
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS
PROGRAMA DE PSICOLOGÍA

Consentimiento informado para participantes de investigación denominada “Relación entre pensamientos automáticos y dependencia emocional en mujeres de 18 a 24 años del programa de psicología de la Universidad CESMAG”

Yo _____ identificado con cédula de ciudadanía N° _____ expedida en _____, por medio del presente manifiesto mi participación voluntaria en la investigación “Relación entre pensamientos automáticos y dependencia emocional en mujeres de 18 a 24 años del programa de psicología de la Universidad CESMAG”, la presente se lleva a cabo por las estudiantes Ana Burbano, Eilyn Carlozama, Mabel Ortiz y Zuleima Zambrano, quienes me han manifestado que:

El objetivo general de la investigación es “Determinar la relación entre pensamientos automáticos y dependencia emocional en mujeres de 18 a 24 años del programa de psicología de la Universidad CESMAG”, por lo cual autorizo la aplicación del tamizaje y el pre-test denominado “*escala de adicción al amor*”

Dicha investigación será utilizada con fines académicos y será presentada como trabajo de grado para obtener el título de psicólogas; se hace énfasis que la información que suministre será completamente confidencial por lo que los resultados no serán divulgados y son estrictamente académicos

Las autoras manifestaron que el ser participe de la investigación no me causara problemas secundarios que afecten mi bienestar, que los resultados obtenidos de la investigación serán socializados a quienes participamos de ella y que puedo pedir información de este estudio cuando haya concluido.

Para esto me puedo contactar a los siguientes teléfonos: 3232448159 / 3182730220 / 3226450753 / 3187537470

Antes de ser firmado el documento, manifiesto que las autoras de la investigación resolvieron mis dudas respecto a la misma

Firma participante de la investigación:

Firma Autoras de la investigación

Investigación a cargo del asesor: PhD. Janio Caldas Luzeiro

Anexo C. Diagnóstico previo para criterios de inclusión y exclusión - Tamizaje

| | |
|--|-------------------------------|
| ¿Cuál es su nacionalidad? | |
| ¿Tiene algún grado de consanguinidad con las investigadoras? | SI ___ NO ___ |
| ¿Usted se encuentra actualmente en una relación de pareja? | SI ___ NO ___ |
| Si la pregunta anterior fue afirmativa, ¿cuánto tiempo lleva en esta relación? | |
| ¿Usted sufre de algún trastorno psiquiátrico, cuál? | SI ___ NO ___ ¿CUAL? _____ |
| ¿Tiene alguna de las siguientes enfermedades diagnosticadas previamente? Hipotiroidismo, hipertiroidismo, ovario poliquístico | SI ___ NO ___ ¿CUAL? _____ |

Anexo D. Inventario de pensamientos automáticos (IPA)

Relación entre pensamientos automáticos y dependencia emocional en mujeres de 18 a 24 años

| INVENTARIO DE PENSAMIENTOS AUTOMATICOS (RUIZ Y LUJAN, 1991) | | | | |
|--|----------------------------|---|---------------------------|--------------------------------|
| <p>A continuación encontrará una lista de pensamientos que suele presentar las personas ante diversas situaciones. Se trata de que usted valore la frecuencia con que suele pensarlos, siguiendo la escala que se presenta a continuación:</p> | | | | |
| <p>0= Nunca pienso eso 1= Algunas veces lo pienso 2= Bastante veces lo pienso 3= Con mucha frecuencia lo pienso</p> | | | | |
| | | para cada ítem escriba una de las cuatro ci | | |
| | | lo pienso... | | |
| | 0- nunca pienso eso | 1- algunas veces | 2- bastantes veces | 3- con mucha frecuencia |
| 1.No puedo soportar ciertas cosas que me pasan | | | | |
| 2. Solamente me pasan cosas malas. | | | | |
| 3.Todo lo que hago me sale mal. | | | | |
| 4.Sé que piensan mal de mí. | | | | |
| 5.¿Y si tengo alguna enfermedad grave? | | | | |
| 6.Soy inferior a la gente en casi todo | | | | |
| 7.Si otros cambiaran su actitud yo me sentiría mejor | | | | |
| 8.¡No hay derecho a que me traten así !. | | | | |
| 9.Si me siento triste es porque soy un enfermo mental. | | | | |
| 10.Mis problemas dependen de los que me rodean. | | | | |
| 11.Soy un desastre como persona. | | | | |
| 12.Yo tengo la culpa de todo lo que me pasa | | | | |
| 13. Debería de estar bien y no tener estos problemas | | | | |
| 14.Sé que tengo la razón y no me entienden. | | | | |
| 15.Aunque ahora sufra, algún día tendré mi recompensa | | | | |
| 16.Es horrible que me pase esto | | | | |
| 17.Mi vida es un continuo fracaso. | | | | |
| 18.Siempre tendré este problema | | | | |
| 19.Sé que me están mintiendo y engañando. | | | | |
| 20.¿Y si me vuelvo loco y pierdo la cabeza? | | | | |
| 21.Soy superior a la gente en casi todo | | | | |
| 22.Yo soy responsable del sufrimiento de los que me rodean | | | | |
| 23.Si me quisieran de verdad no me tratarían así. | | | | |
| 24.Me siento culpable, y es porque he hecho algo malo. | | | | |
| 25.Si tuviera más apoyo no tendría estos problemas. | | | | |
| 26.Alguien que conozco es un imbecil | | | | |
| 27.Otros tiene la culpa de lo que me pasa. | | | | |
| 28. No debería de cometer estos errores | | | | |
| 29.No quiere reconocer que estoy en lo cierto | | | | |
| 30.Ya vendrán mejores tiempos | | | | |
| 31.Es insoportable, no puedo aguantar más. | | | | |
| 32.Soy incompetente e inútil. | | | | |
| 33.Nunca podré salir de esta situación | | | | |
| 34.Quieren hacerme daño | | | | |
| 35.¿Y si les pasa algo malo a las personas a quienes quiero? | | | | |
| 36.La gente hace las cosas mejor que yo | | | | |
| 37.Soy una victima de mis circunstancias. | | | | |
| 38.No me tratan como deberían hacerlo y me merezco | | | | |
| 39.Si tengo estos síntomas es porque soy un enfermo | | | | |
| 40.Si tuviera mejor situación económica no tendría estos problemas | | | | |
| 41.Soy un neurótico. | | | | |
| 42.Lo que me pasa es un castigo que merezco | | | | |
| 43.Debería recibir mas atención y cariño de otros | | | | |
| 44.Tengo razón, y voy a hacer lo que me da la gana | | | | |
| 45.Tarde o temprano me irán las cosas mejor | | | | |

Anexo E. Carta de Aval para desarrollo de investigación



UNIVERSIDAD
CESMAG
NIT. 800.109.387 - 7
VIGILADA MINEDUCACIÓN

202223100-351

San Juan de Pasto, octubre 20 de 2022

Docente
JANIO CALDAS LUZEIRO
Asesor de investigación
Universidad CESMAG

Estudiantes
ANA MARCELA BURBANO PALACIOS
EILYN BRIGITTE CALOZAMA VELÁSQUEZ
ANGHELY MABEL ORTIZ TUTALCHA
DEISY ZULEIMA ZAMBRANO LÓPEZ
Estudiantes Investigadoras
Universidad CESMAG

"Hombres nuevos para tiempos nuevos"

Fray Guillermo de Castellana O.F.M Cap.



Asunto: Autorización

Cordial saludo de Paz y Bien.

En el marco de garantizar procesos formativos de calidad de nuestros estudiantes, me permito autorizar el desarrollo del proyecto de trabajo de grado titulado Relación entre pensamientos automáticos y dependencia emocional en mujeres de 18 a 40 años pertenecientes al programa de psicología de la Universidad CESMAG, adelantado por las estudiantes Ana Marcela Burbanopalacios, Eilyn Brigitte Calozama Velásquez, Anghely Mabel Ortiz Tualcha y Deisy Zuleima Zambrano López bajo la asesoría del docente Janio Caldas toda vez que se garantice que el proceso cumple con la aprobación de las fases establecidas por Coordinación de Investigación de nuestro Programa.

Quedamos atentos y prestos a apoyar desde el Programa de Psicología en lo que sea pertinente.

Cordial y fraternalmente,

Mg. DIEGO MAURICIO PANTOJA OBANDO
Director Programa de Psicología
Universidad CESMAG

Recibido
21/10/22.



GRUPO
Asociación Escolar
Maria Goretti
Hermanas Maristas, Capuchinas



Anexo F. Carta de aval por parte del asesor

Carta de aval del Asesor

San Juan de Pasto 21 de marzo de 2023

Mg. Hugo Campaña

Mg. Susana Florez

Programa de Psicología

UNICESMAG.

Cordial Saludo de Paz y Bien

Por medio del presente en calidad de asesor del proyecto de investigación titulado “**Relación entre pensamientos automáticos y dependencia emocional en mujeres de 18 a 24 años del programa de psicología de la Universidad CESMAG**”, a cargo de las estudiantes, Ana Burbano, Eilyn Carlozama, Mabel Ortiz y Zuleima Zambrano.

Me permito garantizar que el documento es el resultado del estudio investigativo y que cumplió con todos los procesos requeridos por el Programa de Psicología a través de las asesorías, revisiones, ajustes y recomendaciones realizados al documento.

Finalmente, doy el correspondiente aval para que el documento sea presentado a los jurados.

Atentamente



Ph.D. Janio Caldas Luzeiro

Asesor de Investigación.

Nota. Por confidencialidad no se anexan todos los consentimientos, sin embargo, se encuentran en archivo y serán presentados el día de sustentación.

Anexo G. Consentimiento informado IPA E IDE



UNIVERSIDAD CESMAG
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS
PROGRAMA DE PSICOLOGÍA

Consentimiento informado para participantes de investigación denominada "Relación entre pensamientos automáticos y dependencia emocional en mujeres de 18 a 24 años del programa de psicología de la Universidad CESMAG"

Yo Liseth A. _____ identificado con cédula de ciudadanía N° 10861 expedida en Barbano, por medio del presente manifiesto mi participación voluntaria en la investigación "Relación entre pensamientos automáticos y dependencia emocional en mujeres de 18 a 24 años del programa de psicología de la Universidad CESMAG", la presente se lleva a cabo por las estudiantes Ana Burbano, Eilyn Carlozama, Mabel Ortiz y Zuleima Zambrano, quienes me han manifestado que:

El objetivo general de la investigación es "Determinar la relación entre pensamientos automáticos y dependencia emocional en mujeres de 18 a 24 años del programa de psicología de la Universidad CESMAG", por lo cual autorizo la aplicación de los siguientes instrumentos: *Inventario de pensamientos automáticos (IPA)* e *inventario de dependencia emocional (IDE)*

Dicha investigación será utilizada con fines académicos y será presentada como trabajo de grado para obtener el título de psicólogas; se hace énfasis que la información que suministre será completamente confidencial por lo que los resultados no serán divulgados y son estrictamente académicos

Las autoras manifestaron que el ser partícipe de la investigación no me causara problemas secundarios que afecten mi bienestar, que los resultados obtenidos de la investigación serán socializados a quienes participamos de ella y que puedo pedir información de este estudio cuando haya concluido.

Para esto me puedo contactar a los siguientes teléfonos:
3232448159 / 3182730220 / 3226450753 / 3187537470

Antes de ser firmado el documento, manifiesto que las autoras de la investigación resolvieron mis dudas respecto a la misma.

Firma participante de la investigación:

Andreea C. _____

Firma Autoras de la investigación

Ana Burbano

Ana Burbano

Eilyn Brigitte

Zuleima Zambrano

Investigación a cargo del asesor: PhD. Janio Caldas Luzeiro

Anexo H. Consentimiento informado IPA E IDE



UNIVERSIDAD CESMAG
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS
PROGRAMA DE PSICOLOGÍA

Consentimiento informado para participantes de investigación denominada "Relación entre pensamientos automáticos y dependencia emocional en mujeres de 18 a 24 años del programa de psicología de la Universidad CESMAG"

Yo Melina P. ... identificado con cédula de ciudadanía N° 70. ... expedida en El Peño (N), por medio del presente manifiesto mi participación voluntaria en la investigación "Relación entre pensamientos automáticos y dependencia emocional en mujeres de 18 a 24 años del programa de psicología de la Universidad CESMAG", la presente se lleva a cabo por las estudiantes Ana Burbano, Eilyn Carlozama, Mabel Ortiz y Zuleima Zambrano, quienes me han manifestado que:

El objetivo general de la investigación es "Determinar la relación entre pensamientos automáticos y dependencia emocional en mujeres de 18 a 24 años del programa de psicología de la Universidad CESMAG", por lo cual autorizo la aplicación del tamizaje y el pre-test denominado "escala de adicción al amor"

Dicha investigación será utilizada con fines académicos y será presentada como trabajo de grado para obtener el título de psicólogas; se hace énfasis que la información que suministre será completamente confidencial por lo que los resultados no serán divulgados y son estrictamente académicos

Las autoras manifestaron que el ser participe de la investigación no me causara problemas secundarios que afecten mi bienestar, que los resultados obtenidos de la investigación serán socializados a quienes participamos de ella y que puedo pedir información de este estudio cuando haya concluido.

Para esto me puedo contactar a los siguientes teléfonos: 3232448159 /
3182730220 / 3226450753 / 3187537470

Antes de ser firmado el documento, manifiesto que las autoras de la investigación resolvieron mis dudas respecto a la misma


Firma participante de la investigación:

Firma Autoras de la investigación

Ana Burbano
Eilyn Carlozama

Zuleima Zambrano
Mabel O.


Investigación a cargo del asesor: PhD. Janio Caldas Luzeiro

| | | |
|--|---|------------------------------|
|  UNIVERSIDAD CESMAG <small>NIT: 800.109.387-7 VIGILADA MINEDUCACIÓN</small> | AUTORIZACIÓN PARA PUBLICACIÓN DE TRABAJOS DE GRADO O TRABAJOS DE APLICACIÓN EN REPOSITORIO INSTITUCIONAL | CÓDIGO: AAC-BL-FR-031 |
| | | VERSIÓN: 1 |
| | | FECHA: 09/JUN/2022 |

| INFORMACIÓN DEL (LOS) AUTOR(ES) | |
|--|--|
| Nombres y apellidos del autor: Ana Marcela Burbano Palacios | Documento de identidad: 1085334680 |
| Correo electrónico: anaburbano97@gmail.com | Número de contacto: 3232448159 |
| Nombres y apellidos del autor: Eilyn Brigitte Carlozama Velásquez | Documento de identidad: 1085343412 |
| Correo electrónico: velasquezeilyn85@gmail.com | Número de contacto: 3182730220 |
| Nombres y apellidos del autor: Angely Mabel Ortiz Tutalcha | Documento de identidad: 1010110264 |
| Correo electrónico: Mabelot1200@gmail.com | Número de contacto: 3226450753 |
| Nombres y apellidos del autor: Daissy Zuleima Zambrano López | Documento de identidad: 1085324641 |
| Correo electrónico: zuleimmazambrano@gmail.com | Número de contacto: 3187537470 |
| Título del trabajo de grado: "Relación entre pensamientos automáticos y dependencia emocional en mujeres de 18 a 24 años del programa de psicología" | |
| Facultad y Programa Académico: Facultad de Ciencias Sociales y Humanas Programa de Psicología | |

En nuestra calidad de autores y/o titulares del derecho de autor del Trabajo de Grado o de Aplicación señalado en el encabezado, conferimos a la Universidad CESMAG una licencia no exclusiva, limitada y gratuita, para la inclusión del trabajo de grado en el repositorio institucional. Por consiguiente, el alcance de la licencia que se otorga a través del presente documento abarca las siguientes características:

- a) La autorización se otorga desde la fecha de suscripción del presente documento y durante todo el término en el que los firmantes del presente documento conservemos la titularidad de los derechos patrimoniales de autor. En el evento en el que dejemos de tener la titularidad de los derechos patrimoniales sobre el Trabajo de Grado o de Aplicación, nos comprometemos a informar de manera inmediata sobre dicha situación a la Universidad CESMAG. Por consiguiente, hasta que no exista comunicación escrita de nuestra parte informando sobre dicha situación, la Universidad CESMAG se encontrará debidamente habilitada para continuar con la publicación del Trabajo de Grado o de Aplicación dentro del repositorio institucional. conocemos que esta autorización podrá revocarse en cualquier momento, siempre y cuando se eleve la solicitud por escrito para dicho fin ante la Universidad CESMAG. En estos eventos, la Universidad CESMAG cuenta con el plazo de un mes después de recibida la petición, para desmarcar la visualización del Trabajo de Grado o de Aplicación del repositorio institucional.
- b) Se autoriza a la Universidad CESMAG para publicar el Trabajo de Grado o de Aplicación en formato digital y teniendo en cuenta que uno de los medios de publicación del repositorio institucional es el internet, aceptamos que el Trabajo de Grado o de Aplicación circulará con un alcance mundial.
- c) Aceptamos que la autorización que se otorga a través del presente documento se realiza a título gratuito, por lo tanto, renunciamos a recibir emolumento alguno por la publicación, distribución, comunicación pública y/o cualquier otro uso que se haga en los términos de la presente

| | | |
|--|---|------------------------------|
|  UNIVERSIDAD CESMAG <small>NIT: 800.109.387-7 VIGILADA MINEDUCACIÓN</small> | AUTORIZACIÓN PARA PUBLICACIÓN DE TRABAJOS DE GRADO O TRABAJOS DE APLICACIÓN EN REPOSITORIO INSTITUCIONAL | CÓDIGO: AAC-BL-FR-031 |
| | | VERSIÓN: 1 |
| | | FECHA: 09/JUN/2022 |

autorización y de la licencia o programa a través del cual sea publicado el Trabajo de grado o de Aplicación.

- d) Manifestamos que el Trabajo de Grado o de Aplicación es original realizado sin violar o usurpar derechos de autor de terceros y que ostentamos los derechos patrimoniales de autor sobre la misma. Por consiguiente, asumimos toda la responsabilidad sobre su contenido ante la Universidad CESMAG y frente a terceros, manteniéndose indemne de cualquier reclamación que surja en virtud de la misma. En todo caso, la Universidad CESMAG se compromete a indicar siempre la autoría del escrito incluyendo el nombre de los autores y la fecha de publicación.
- e) Autorizamos a la Universidad CESMAG para incluir el Trabajo de Grado o de Aplicación en los índices y buscadores que se estimen necesarios para promover su difusión. Así mismo autorizo (autorizamos) a la Universidad CESMAG para que pueda convertir el documento a cualquier medio o formato para propósitos de preservación digital.

NOTA: En los eventos en los que el trabajo de grado o de aplicación haya sido trabajado con el apoyo o patrocinio de una agencia, organización o cualquier otra entidad diferente a la Universidad CESMAG. Como autores garantizamos que hemos cumplido con los derechos y obligaciones asumidos con dicha entidad y como consecuencia de ello dejamos constancia que la autorización que se concede a través del presente escrito no interfiere ni transgrede derechos de terceros.

Como consecuencia de lo anterior, autorizamos la publicación, difusión, consulta y uso del Trabajo de Grado o de Aplicación por parte de la Universidad CESMAG y sus usuarios así:

- Permitidos en nuestro Trabajo de Grado o de Aplicación haga parte del catálogo de colección del repositorio digital de la Universidad CESMAG por lo tanto, su contenido será de acceso abierto donde podrá ser consultado, descargado y compartido con otras personas, siempre que se reconozca su autoría o reconocimiento con fines no comerciales.

En señal de conformidad, se suscribe este documento en San Juan de Pasto a los 23 días del mes de junio del año 2023

| | |
|--|--|
| <i>Ana Burbano</i> | <i>Eilyn Brigitte</i> |
| Nombre del autor: Ana Marcela Burbano Palacios | Nombre del autor: Eilyn Brigitte Carlozama Velásquez |
| <i>Angely Mabel</i> | <i>Zuleima Zambrano</i> |
| Nombre del autor: Angely Mabel Ortiz Tatalcha | Nombre del autor: Daissy Zuleima Zambrano López |
| | |



UNIVERSIDAD
CESMAG
NIT: 800.109.387-7
VIGILADA MINEDUCACIÓN

**AUTORIZACIÓN PARA PUBLICACIÓN DE TRABAJOS DE
GRADO O TRABAJOS DE APLICACIÓN EN
REPOSITORIO INSTITUCIONAL**

CÓDIGO: AAC-BL-FR-031

VERSIÓN: 1

FECHA: 09/JUN/2022

Nombre del asesor: Janio Caldas Luzeiro