

**UNIVERSIDAD DE HUANUCO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA**



**TESIS**

---

**“Dependencia emocional en los estudiantes de Psicología del noveno al décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023”**

---

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

AUTORA: Verástegui Malpartida, Johana Eveling

ASESORA: Tarazona Soto, Aida Margarita

HUÁNUCO – PERÚ

2025

# U

**TIPO DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN:**

- Tesis ( X )
- Trabajo de Suficiencia Profesional ( )
- Trabajo de Investigación ( )
- Trabajo Académico ( )

**LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN:** Psicología Educativa

**AÑO DE LA LÍNEA DE INVESTIGACIÓN** (2020)

**CAMPO DE CONOCIMIENTO OCDE:**

**Área:** Ciencias sociales

**Sub área:** Psicología

**Disciplina:** Psicología (incluye terapias de aprendizaje, habla, visual y otras discapacidades físicas mentales)

**DATOS DEL PROGRAMA:**

Nombre del Grado/Título a recibir: Título

Profesional de licenciada en psicología

Código del Programa: P05

Tipo de Financiamiento:

- Propio ( X )
- UDH ( )
- Fondos Concursables ( )

**DATOS DEL AUTOR:**

Documento Nacional de Identidad (DNI): 71695795

**DATOS DEL ASESOR:**

Documento Nacional de Identidad (DNI): 22515643

Grado/Título: Maestro en educación, mención en investigación e innovación pedagógica

Código ORCID: 0000-0001-5713-6126

**DATOS DE LOS JURADOS:**

| N° | APELLIDOS Y NOMBRES                       | GRADO  | DNI      | Código ORCID        |
|----|---|--|----------|---------------------|
| 1  | Diestro Caloretti, Karina Vanessa         | Maestra en administración de la educación  | 25769441 | 0000-0002-0497-1889 |
| 2  | Fernandez Davila Alfaro, Julita del Pilar | Maestro en psicología con mención en prevención e intervención en niños y adolescentes | 41906174 | 0000-0002-7333-5683 |
| 3  | Miraval Tarazona, Lincoln Abraham         | Magister en psicología educativa   | 22404062 | 0000-0003-0269-8599 |

# D

# H



**Facultad de Ciencias de la Salud**  
**Programa Académico Profesional de Psicología**  
*"Psicología, la fuerza que mueve al mundo y lo cambia"*

**"AÑO DE LA RECUPERACIÓN Y CONSOLIDACIÓN DE LA ECONOMÍA PERUANA"**

**ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS**

En la ciudad de Huánuco, siendo las **09:30 A.M** horas del día **29** del mes de **abril** del año **dos mil veinticinco**, en el auditorio de la Facultad de Ciencias de la Salud de la ciudad universitaria La Esperanza en cumplimiento de lo señalado en el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad de Huánuco, se reunió el **Jurado Calificador** integrado por los docentes:

- MG. KARINA VANESSA DIESTRO CALORETTI **PRESIDENTE**
- MG. BEATRIZ JARAMILLO COZ **SECRETARIA**
- MG. LINCOLN ABRAHAM MIRAVAL TARAZONA **VOCAL**
- MG. JULITA DEL PILAR FERNANDEZ DAVILA ALFARO **(JURADO ACCESITARIO)**
- **ASESOR DE TESIS MG. AIDA MARGARITA TARAZONA SOTO.**

Nombrados mediante Resolución N° 1084-2025-D-FCS-UDH, para evaluar la Tesis titulada. **"DEPENDENCIA EMOCIONAL EN LOS ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DEL NOVENO AL DÉCIMO CICLO DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO, 2023"**; Presentado por la Bachiller en Psicología, **SRA. VERASTEGUI MALPARTIDA, JOHANA EVELING**, para optar el Título Profesional de **LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**.

Dicho acto de sustentación se desarrolló en dos etapas: exposición y absolución de preguntas, procediéndose luego a la evaluación por parte de los miembros del Jurado.

Habiendo absuelto las objeciones que le fueron formuladas por los miembros del jurado y de conformidad con las respectivas disposiciones reglamentarias, procedieron a deliberar y calificar, declarándolo (a) APROBADA por UNANIMIDAD con el calificativo cuantitativo de CATORCE y cualitativo de SUFICIENTE.

Siendo las 10:40 Horas del día 29 del mes de ABRIL del año 2025, los miembros del Jurado Calificador firman la presente Acta en señal de conformidad.

-----  
**MG. KARINA VANESSA DIESTRO CALORETTI**  
orcid.org/0000-0002-0497-1889 - DNI: 25769441

**PRESIDENTE**

-----  
**MG. JULITA DEL PILAR FERNANDEZ DAVILA ALFARO**  
**(JURADO ACCESITARIO)**

orcid.org/0000-0002-7333-5683 - DNI: 41906174

**SECRETARIA**

-----  
**MG. LINCOLN ABRAHAM MIRAVAL TARAZONA**

Orcid.org/0000-0003-0269-8599 - DNI: 27404282

**VOCAL**



# UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO

## CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD

El comité de integridad científica, realizó la revisión del trabajo de investigación del estudiante: JOHANA EVELING VERÁSTEGUI MALPARTIDA, de la investigación titulada "Dependencia emocional en los estudiantes de Psicología del noveno al décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023", con asesor(a) AIDA MARGARITA TARAZONA SOTO, designado(a) mediante documento: RESOLUCIÓN N° 189-2020-D-FCS-UDH del P. A. de PSICOLOGÍA.

Puede constar que la misma tiene un índice de similitud del 18 % verificable en el reporte final del análisis de originalidad mediante el Software Turnitin.

Por lo que concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio y cumple con todas las normas de la Universidad de Huánuco.

Se expide la presente, a solicitud del interesado para los fines que estime conveniente.

Huánuco, 11 de diciembre de 2024



RICHARD J. SOLIS TOLEDO  
D.N.I.: 47074047  
cod. ORCID: 0000-0002-7629-6421



FERNANDO F. SILVERIO BRAVO  
D.N.I.: 40618286  
cod. ORCID: 0009-0008-6777-3370

# 43. Verástegui Malpartida, Johana Eveling.docx

## INFORME DE ORIGINALIDAD

18%

INDICE DE SIMILITUD

18%

FUENTES DE INTERNET

2%

PUBLICACIONES

10%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

## FUENTES PRIMARIAS

|   |  |                        |    |
|---|--|------------------------|----|
| 1 | <a href="http://repositorio.udh.edu.pe">repositorio.udh.edu.pe</a>           | Fuente de Internet     | 3% |
| 2 | <a href="http://hdl.handle.net">hdl.handle.net</a>                           | Fuente de Internet     | 3% |
| 3 | <a href="http://repositorio.umb.edu.pe:8080">repositorio.umb.edu.pe:8080</a> | Fuente de Internet     | 1% |
| 4 | Submitted to Universidad Privada del Norte                                   | Trabajo del estudiante | 1% |
| 5 | <a href="http://repositorio.upla.edu.pe">repositorio.upla.edu.pe</a>         | Fuente de Internet     | 1% |



RICHARD J. SOLIS TOLEDO  
D.N.I.: 47074047  
cod. ORCID: 0000-0002-7629-6421



FERNANDO F. SILVERIO BRAVO  
D.N.I.: 40618286  
cod. ORCID: 0009-0008-6777-3370

## **DEDICATORIA**

La Presente tesis lo dedico de todo corazón a mi familia, y especialmente a mi madre Lidia Malpartida, quien ha sido un pilar fundamental en mi desarrollo profesional. Su confianza, consejos, oportunidades y apoyo han sido cruciales para alcanzar este logro.

Este es un triunfo más que celebramos, y sin duda, ha sido posible en gran medida gracias a ti, mamá. Mi sincero agradecimiento amada madre.

## **AGRADECIMIENTO**

Agradecer a mi Universidad de Huánuco y docentes por haber permitido formarme en ella. Su participación, ya sea de manera directa o indirecta, ha sido fundamental en este proceso, y cada pequeño aporte se ve reflejado hoy en la culminación de mi etapa universitaria. También quiero expresar mi gratitud a Dios, quien fue mi principal apoyo y motivación a lo largo de este camino. Este momento, tan especial y significativo, quedará grabado para siempre en los recuerdos de todos. Asimismo, agradezco profundamente a los que dedicaron su tiempo para revisar mi proyecto de tesis; a todos ellos, les expreso mi gratitud con todo mi ser.

# ÍNDICE

|  |      |
|--|------|
| DEDICATORIA.....                               | II   |
| AGRADECIMIENTO .....                           | III  |
| ÍNDICE .....                                   | IV   |
| ÍNDICE DE TABLAS .....                         | VII  |
| ÍNDICE DE FIGURAS .....                        | VIII |
| RESUMEN.....                                   | IX   |
| ABSTRACT .....                                 | X    |
| INTRODUCCIÓN.....                              | XI   |
| CAPÍTULO I.....                                | 12   |
| PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN .....                | 12   |
| 1.1. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA.....             | 12   |
| 1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA .....            | 14   |
| 1.2.1. PROBLEMA GENERAL .....                  | 14   |
| 1.2.2. PROBLEMAS ESPECÍFICOS.....              | 14   |
| 1.3. OBJETIVOS.....                            | 15   |
| 1.3.1. OBJETIVO GENERAL .....                  | 15   |
| 1.3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS .....             | 15   |
| 1.4. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN .....   | 16   |
| 1.4.1. JUSTIFICACIÓN TEÓRICA: .....            | 16   |
| 1.4.2. JUSTIFICACIÓN PRÁCTICA.....             | 17   |
| 1.4.3. JUSTIFICACIÓN METODOLÓGICA .....        | 17   |
| 1.4. LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN .....    | 17   |
| 1.5. VIABILIDAD DE LA INVESTIGACIÓN.....       | 17   |
| CAPÍTULO II.....                               | 19   |
| MARCO TEÓRICO .....                            | 19   |
| 2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN.....     | 19   |
| 2.1.1. ANTECEDENTES INTERNACIONALES: .....     | 19   |
| 2.1.2. ANTECEDENTES NACIONALES .....           | 20   |
| 2.1.3. ANTECEDENTES LOCALES.....               | 21   |
| 2.2. BASES TEÓRICAS.....                       | 23   |
| 2.2.1. CONCEPTOS DE DEPENDENCIA EMOCIONAL..... | 23   |
| 2.2.2. ADICCIÓN AL AMOR.....                   | 24   |

|   |    |
|---|----|
| 2.2.3. APEGO ANSIOSO .....  | 25 |
| 2.2.4. TRASTORNO DE LA PERSONALIDAD POR<br>DEPENDENCIA .....                    | 26 |
| 2.2.5. LA VIOLENCIA Y EL MALTRATO EN LA CODEPENDENCIA<br>EMOCIONAL.....         | 27 |
| 2.2.6. CARACTERÍSTICAS DE UN DEPENDIENTE EMOCIONAL.....                         | 28 |
| 2.2.7. ÁREA DE LAS RELACIONES DE PAREJA.....                                    | 29 |
| 2.2.8. CAUSAS DE LA CODEPENDENCIA EMOCIONAL .....                               | 33 |
| 2.2.9. FASES DE LAS RELACIONES AMOROSAS DE LOS<br>DEPENDIENTES EMOCIONALES..... | 36 |
| 2.2.10. DIMENSIONES RELACIONADAS CON LA DEPENDENCIA<br>EMOCIONAL.....           | 39 |
| 2.3. DEFINICIONES CONCEPTUALES.....   | 40 |
| 2.4. HIPÓTESIS.....   | 41 |
| 2.4.1. HIPÓTESIS GENERAL.....   | 41 |
| 2.4.2. HIPÓTESIS ESPECÍFICOS .....  | 42 |
| 2.5. VARIABLE .....   | 43 |
| 2.6. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES .....                                      | 44 |
| CAPÍTULO III.....   | 47 |
| METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN.....  | 47 |
| 3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN .....  | 47 |
| 3.1.1. TIPO.....  | 47 |
| 3.1.2. ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN.....   | 47 |
| 3.1.3. ALCANCE O NIVEL DE LA INVESTIGACIÓN.....                                 | 47 |
| 3.1.4. DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN.....  | 47 |
| 3.2. POBLACIÓN Y MUESTRA.....   | 48 |
| 3.2.1. POBLACIÓN.....   | 48 |
| 3.2.2. MUESTRA.....   | 48 |
| 3.3. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE<br>DATOS.....                    | 49 |
| 3.3.1. TÉCNICA DE RECOLECCIÓN DE DATOS.....                                     | 49 |
| 3.3.2. INSTRUMENTO .....  | 49 |
| 3.4. TÉCNICAS PARA EL PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE<br>INVESTIGACIÓN .....        | 51 |

|  |    |
|--|----|
| 3.4.1. PROCESAMIENTO DE LOS DATOS.....   | 51 |
| 3.4.2. ANÁLISIS DE LA INVESTIGACIÓN..... | 51 |
| CAPÍTULO IV .....                        | 52 |
| RESULTADOS .....                         | 52 |
| 4.1. PROCESAMIENTO DE DATOS.....         | 52 |
| CAPÍTULO.....                            | 59 |
| DISCUSIÓN DE RESULTADOS .....            | 59 |
| CONCLUSIONES .....                       | 62 |
| RECOMENDACIONES.....                     | 65 |
| REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....         | 66 |
| ANEXOS .....                             | 70 |

## ÍNDICE DE TABLAS

|  |    |
|--|----|
| Tabla 1 Nivel de dependencia emocional que presentan estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023 .....                      | 52 |
| Tabla 2 Nivel en la dimensión ansiedad de separación que presentan en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023 ..... | 53 |
| Tabla 3 Nivel en la dimensión expresión afectiva que presentan estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023 .....            | 54 |
| Tabla 4 Nivel en la dimensión modificación de planes que presentan en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023 ..... | 55 |
| Tabla 5 Nivel en la dimensión miedo a la soledad que presentan en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023 .....     | 56 |
| Tabla 6 Nivel en la dimensión expresión límite que presentan en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023 .....       | 57 |
| Tabla 7 Nivel en la dimensión búsqueda de atención que presentan en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023 .....   | 58 |

## ÍNDICE DE FIGURAS

|   |    |
|---|----|
| Figura 1 Nivel de dependencia emocional .....         | 52 |
| Figura 2 Nivel de ansiedad por separación .....       | 53 |
| Figura 3 Nivel expresión afectiva de la pareja.....   | 54 |
| Figura 4 Nivel de modificación de planes.....         | 55 |
| Figura 5 Niveles de miedo a la soledad .....          | 56 |
| Figura 6 Nivel en la dimensión expresión límite ..... | 57 |
| Figura 7 Niveles de búsqueda de atención. ....        | 58 |

## RESUMEN

Este presente estudio tuvo como objetivo determinar los niveles de dependencia emocional en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023. La muestra estuvo conformada por 189 alumnos. La investigación pertenece al tipo Básica, enfoque cuantitativo, nivel descriptivo, diseño no experimental, transversal. Para el recojo de la información se utilizó, el Cuestionario de Dependencia Emocional de Lemos y Londoño (2006). En los resultados se evidencia que el 44,4% presentan un nivel promedio, el 30,2% nivel alto, el 12,2% tienen nivel bajo 13,2% presentan nivel muy alto. Con respecto a la dimensión ansiedad por separación, se observa que el 29,6% presenta un nivel promedio, el 27% tienen nivel bajo, el 28% nivel muy bajo, el 14,3% nivel alto y el 1,1% nivel muy alto. En cuanto a la expresión afectiva de la pareja, el 32,8% tienen nivel promedio un 23,8% tienen un nivel bajo de expresión afectiva. El 20,6% tienen un nivel muy bajo el 18,5% de los estudiantes experimentan un nivel alto, el 4,2% tiene un nivel muy alto de expresión afectiva. En relación a la dimensión modificación de planes el 27,5% presenta el nivel promedio, el 27,5 muy bajo, el 24,9% nivel bajo, el 18,5% nivel alto y el 1,6% nivel muy alto. En relación a los niveles de miedo a la soledad el 39,7% tiene un nivel muy bajo, el 20,1% muestra un nivel bajo, el 20,1% presenta un nivel promedio, el 15,9% tiene nivel alto, solo el 4,2% muestra un nivel muy alto de miedo a estar solo. El 54,5% tiene un nivel muy bajo de expresión límite, el 14,3% presenta un nivel bajo, el 18% muestra un nivel promedio. El 12,2% tiene un nivel alto, solo el 1,1% presenta un nivel muy alto de expresión límite. Se observa que el 31,7% tienen nivel muy bajo de búsqueda de atención, el 29,6% tienen nivel bajo, el 28,6% muestra nivel promedio, el 7,9% tiene nivel alto, solo el 2,1% presenta un nivel muy alto. **Conclusión:** Predomina el nivel promedio de dependencia emocional, es decir tienen un equilibrio en sus relaciones, son influenciados por sus interacciones sociales, pero también mantienen una buena cantidad de autonomía emocional.

**Palabras claves:** Dependencia, emocional, estudiantes, décimo, noveno.

## ABSTRACT

The present research aimed to determine the levels of emotional dependency among Psychology students in the ninth and tenth semesters at the University of Huánuco, 2023. The sample consisted of 189 students. The research is categorized as Basic, with a quantitative approach, descriptive level, non-experimental, and cross-sectional design. To collect data, the Emotional Dependency Questionnaire by Lemos and Londoño (2006) was used. The results show that 44.4% present an average level, 30.2% a high level, 12.2% a low level, and 13.2% a very high level. Regarding the separation anxiety dimension, 29.6% have an average level, 27% a low level, 28% a very low level, 14.3% a high level, and 1.1% a very high level. For the couples affective expression dimension, 32.8% have an average level, 23.8% a low level, 20.6% a very low level, 18.5% a high level, and 4.2% a very high level of affective expression. In the dimension of plan modification, 27.5% present an average level, 27.5% a very low level, 24.9% a low level, 18.5% a high level, and 1.6% a very high level. Regarding levels of fear of loneliness, 39.7% show a very low level, 20.1% a low level, 20.1% an average level, 15.9% a high level, and only 4.2% show a very high level of fear of loneliness. For the limit expression dimension, 54.5% have a very low level, 14.3% a low level, 18% an average level, 12.2% a high level, and only 1.1% show a very high level of limit expression. Finally, in the attention-seeking dimension, 31.7% have a very low level, 29.6% a low level, 28.6% an average level, 7.9% a high level, and only 2.1% a very high level. Conclusion: The predominant level of emotional dependency is average, indicating that students have balanced relationships. They are influenced by their social interactions but also maintain a good degree of emotional autonomy.

**Keywords:** dependency, emotional, students, ninth, tenth.

## INTRODUCCIÓN

Este trabajo se centra en la codependencia emocional en jóvenes, ya que durante esta etapa se producen numerosos cambios, comenzando con el enamoramiento. La investigación previa indica que los jóvenes con un apego inseguro a sus parejas enfrentan problemas significativos. Por lo tanto, el objetivo es identificar el nivel de dependencia emocional en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco.

La tesis se estructura en cinco capítulos:

El capítulo I describe los objetivos, la formulación, los problemas, las justificaciones, la viabilidad y las limitaciones del estudio.

El capítulo II revisa antecedentes, muestra las bases teóricas, define términos clave, establece hipótesis, variables independiente y dependiente, y su operacionalización.

El capítulo III detalla la metodología, incluyendo el diseño y tipo de la investigación, selección de la muestra y la población, los instrumentos y las técnicas de recolección de datos, y métodos del análisis.

En el capítulo IV se presentan los resultados y se contrastan las hipótesis.

El capítulo V discute los resultados, presenta conclusiones, ofrece recomendaciones, incluye las referencias bibliográficas y adjunta anexos necesarios.

# CAPÍTULO I

## PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

### 1.1. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

La dependencia emocional es uno de los fenómenos psicológicos que es objeto de estudio en diversas investigaciones, especialmente en contextos universitarios donde los jóvenes están en una etapa importante de su desarrollo emocional y social. Este problema se caracteriza por la necesidad excesiva de afecto, aprobación y compañía de otra persona, a menudo a expensas de la propia autonomía y bienestar emocional del individuo (Rodríguez-Franco et al., 2018).

Estudios recientes han demostrado que la dependencia emocional es relativamente común entre estudiantes universitarios. Por ejemplo, según investigaciones realizadas por Martínez-Loredo et al. (2020), aproximadamente el 35% de los alumnos encuestados mostraron niveles significativos de dependencia emocional en sus relaciones interpersonales. Esta tendencia se observa con mayor frecuencia en estudiantes que experimentan niveles altos de estrés académico y con dificultades en la adaptación a la vida universitaria.

La dependencia emocional ha sido asociada con una serie de consecuencias negativas para los estudiantes universitarios. Por ejemplo, estudios como el de Pineda et al. (2019) han encontrado que los estudiantes con niveles elevados de dependencia emocional son propensos a presentar mayores niveles de ansiedad, depresión y estrés, lo que puede afectar su bienestar general y su rendimiento académico.

La dependencia emocional puede manifestarse de diferentes maneras y afectar tanto las relaciones de pareja como las amistades y la dinámica social en el campus universitario (Álvarez-García et al., 2021).

En el contexto peruano, la dependencia emocional entre estudiantes universitarios representa un fenómeno psicológico importante que afecta

significativamente su bienestar emocional y su capacidad para establecer relaciones interpersonales saludables. Estudios locales han encontrado que un porcentaje significativo de estudiantes universitarios en Perú experimenta algún grado de dependencia emocional. Por ejemplo, la investigación de Rodríguez et al. (2019) indica que aproximadamente el 40% de los estudiantes muestra síntomas de dependencia emocional en sus relaciones, ya sea con parejas románticas o amistades cercanas

Factores como el estrés académico, la presión familiar y social, así como las dificultades en la adaptación al ambiente universitario, la falta de habilidades de afrontamiento emocional y la búsqueda constante de validación externa contribuyen a desarrollar la dependencia emocional en los estudiantes peruanos (García & Gutiérrez, 2020).

La dependencia emocional en los universitarios del Perú se asocia con diversas consecuencias negativas. Esto incluye un impacto adverso en la salud mental, como niveles elevados de ansiedad, depresión y estrés (Vega et al., 2021).

La dinámica cultural peruana, que valora las relaciones familiares y comunitarias, puede también influir en la forma en que los estudiantes perciben y gestionan sus relaciones emocionales. Estos valores culturales pueden tanto facilitar como complicar la dependencia emocional, dependiendo del contexto familiar y social del individuo (Mendoza & Torres, 2018).

La dependencia emocional entre los universitarios en Perú es un problema de suma importancia que requiere atención y estudio continuo. Comprender sus dimensiones específicas dentro del contexto peruano es fundamental para diseñar intervenciones efectivas que promuevan relaciones interpersonales saludables y mejoren el bienestar emocional de los jóvenes universitarios en el país.

En la realidad de los universitarios de la Universidad de Huánuco, la dependencia emocional se presenta como un fenómeno psicológico importante que puede impactar significativamente en su experiencia académica y personal. Aunque no se cuenta con datos detallados de estudios

específicos para la Universidad de Huánuco, se puede inferir ciertos aspectos basados en estudios generales y la dinámica sociocultural de la región. Los factores que contribuyen a la dependencia emocional entre los estudiantes universitarios Del Programa Académico Profesional de Psicología son el estrés académico, las presiones familiares y sociales, las expectativas culturales en torno a las relaciones y la identidad personal, la falta de habilidades de afrontamiento emocional, baja autoestima, los valores familiares y comunitarios, así como la cultura local y el contexto social de Huánuco son factores significativos que puede afectar el rendimiento académico al distraer a los estudiantes de sus estudios y comprometer su capacidad para desarrollar relaciones saludables y equilibradas.

La dependencia emocional entre los alumnos de psicología del noveno y décimo ciclo en la Universidad de Huánuco es un tema que merece atención y estudio específico para entender mejor sus características locales y diseñar intervenciones adaptadas que promuevan el bienestar emocional y el éxito académico de los jóvenes en esta comunidad educativa.

## **1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA**

### **1.2.1. PROBLEMA GENERAL**

¿Cuál es el nivel de dependencia emocional en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023?

### **1.2.2. PROBLEMAS ESPECÍFICOS**

- ¿Cuál es el nivel de dependencia emocional en la dimensión ansiedad de separación que presentan en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023?
- ¿Cuál es el nivel de dependencia emocional en la dimensión expresión afectiva que presentan en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023?

- ¿Cuál es el nivel de dependencia emocional en la dimensión modificación de planes que presentan en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023?
- ¿Cuál es el nivel de dependencia emocional en la dimensión miedo a la soledad que presentan estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023?
- ¿Cuál es el nivel de dependencia emocional en la dimensión expresión límite que presentan estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023?
- ¿Cuál es el nivel de dependencia emocional en la dimensión búsqueda de atención que presentan estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023?

### **1.3. OBJETIVOS**

#### **1.3.1. OBJETIVO GENERAL**

¿Determinar el nivel de dependencia emocional que presentan estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023?

#### **1.3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Identificar el nivel de dependencia emocional en la dimensión ansiedad de separación que presentan estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023.
- Establecer el nivel de dependencia emocional en la dimensión expresión afectiva que presentan estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023.
- Analizar el nivel de dependencia emocional en la dimensión modificación de planes que presentan estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023.

- Describir el nivel de dependencia emocional en la dimensión miedo a la soledad que presentan estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023.
- Identificar el nivel de dependencia emocional en la dimensión expresión límite que presentan estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023.
- Determinar el nivel de dependencia emocional en la dimensión búsqueda de atención que presentan estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023.

## **1.4. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN**

### **1.4.1. JUSTIFICACIÓN TEÓRICA:**

El trabajo se fundamenta en la importancia de generar nuevos datos y conocimientos para el desarrollo psicológico y emocional de esta población. Es un aporte de nuevos datos porque existe una carencia de estudios específicos que aborden la codependencia emocional en jóvenes universitarios de manera detallada y sistemática. Este estudio busca llenar ese vacío proporcionando datos actualizados sobre la prevalencia, manifestaciones y los factores relacionados a la dependencia emocional en este grupo poblacional.

Los resultados obtenidos servirán como base teórica para futuras investigaciones en el campo de la psicología. Proporcionará información relevante que permitirá profundizar en aspectos específicos de la codependencia emocional, explorar nuevas hipótesis y diseñar intervenciones efectivas para la prevención y tratamiento de este problema.

La problemática de la codependencia emocional no es exclusiva de un contexto particular, sino que afecta a jóvenes en todo el mundo. Este estudio contribuirá a la comprensión de los índices elevados de apego emocional observados a nivel nacional e internacional, proporcionando

datos comparativos y contextualizados que permitirán entender mejor sus implicancias socioculturales y psicológicas.

#### **1.4.2. JUSTIFICACIÓN PRÁCTICA**

Los hallazgos del informe servirán para que bienestar universitario articule programas para abordar de manera proactiva la prevención y el fomento de la salud emocional, y así evitar la adicción emocional. El estudio de la codependencia emocional de los jóvenes universitarios es fundamental no solo para avanzar en el conocimiento científico de este fenómeno, sino también para implementar acciones concretas que mejoren la calidad de vida y el bienestar emocional de esta población vulnerable.

#### **1.4.3. JUSTIFICACIÓN METODOLÓGICA**

El estudio tiene importancia puesto que se utilizaron instrumentos validados y confiables. Esta investigación beneficiará a los estudiantes del Programa Académico Profesional de Psicología, proporcionándoles un conocimiento valioso sobre la situación de su población en relación con la dependencia emocional. Asimismo, la Universidad de Huánuco se verá favorecida, ya que el estudio se integrará a su base de datos, sirviendo como referencia para futuras investigaciones.

#### **1.4. LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN**

Para la presente investigación no se presentaron limitaciones debido a las coordinaciones realizadas y las facilidades otorgadas por la institución.

#### **1.5. VIABILIDAD DE LA INVESTIGACIÓN**

Con relación a los recursos de financiamiento, la viabilidad del trabajo se sustenta en que todos los gastos relacionados con la investigación han sido financiados por la propia investigadora, conforme al plan que se encuentra detallado dentro del presupuesto para el desarrollo del estudio. Esto aseguró la independencia financiera del proyecto y la ejecución adecuada de todas las

etapas del estudio, desde la recolección de datos hasta el análisis y la presentación de resultados

## **CAPÍTULO II**

### **MARCO TEÓRICO**

#### **2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN**

##### **2.1.1. ANTECEDENTES INTERNACIONALES:**

Gómez et al. (2022) desarrollaron un trabajo con el objetivo de evaluar el grado de dependencia emocional en los estudiantes de derecho de la Universidad Cooperativa de Villavicencio, Colombia. Conformaron la muestra 118 estudiantes de 18 a 25 años. El estudio empleó una metodología cuantitativa descriptiva de corte transversal, utilizando el Inventario de Dependencia Emocional. Los resultados del análisis de datos concluyeron que los estudiantes de derecho en la Universidad Cooperativa de Colombia de la sede Villavicencio, muestran bajos niveles de dependencia emocional.

Salvatierra (2021) realizó un estudio en la Universidad de Almería, España, enfocado en explorar la dependencia emocional en parejas sentimentales adultas y su relación con la autoestima. El objetivo fue contribuir con nuevos datos a la literatura actual sobre este tema. La muestra estuvo compuesta por 120 personas residentes en Almería, de edades entre 18 y 53 años, mujeres (86) y hombres (34). Se utilizaron dos instrumentos para recolectar los datos: la Escala de Autoestima de Rosenberg y el (CDE) Cuestionario de Dependencia Emocional. En Conclusión, el análisis de los datos reveló una correlación significativa inversa entre la autoestima y la dependencia emocional.

Pinos y Cumbe (2020) llevaron a cabo un estudio en la Facultad de Psicología en la Universidad de Cuenca, Ecuador, con la finalidad de evaluar la dependencia emocional en las relaciones de pareja entre estudiantes. El trabajo fue de enfoque cuantitativo, correlacional y transversal. La población lo conformaron 696 estudiantes y la muestra 367 estudiantes de dicha facultad en la temporada de marzo a julio de 2020. Se aplicaron dos instrumentos para la recolección de datos: un

cuestionario de dependencia emocional y una ficha sociodemográfica. Los principales resultados indicaron que los alumnos mostraron bajos niveles de dependencia emocional. El estudio reveló que la expresión emocional dentro de la relación y la búsqueda de atención fueron los principales motores de la codependencia emocional. Además, se demostró una correlación entre las variables sociodemográficas como el género, la edad, la situación socioeconómica y la cantidad de hijos, y la dependencia emocional. En resumen, esta investigación aporta al conocimiento de la dinámica de la codependencia emocional en las relaciones de pareja entre estudiantes universitarios de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca.

### **2.1.2. ANTECEDENTES NACIONALES**

Daga (2022) en su trabajo denominado Autoestima y la dependencia emocional en los estudiantes de una universidad privada de Chíncha, 2022, Este estudio se centró en investigar la conexión entre la autoestima y la dependencia emocional en estudiantes universitarios. Utilizando un enfoque cuantitativo, se recopilaron datos de 263 estudiantes mediante dos instrumentos: el Inventario de Dependencia Emocional y la Escala de Autoestima Individual de Rosenberg. Los resultados revelaron que una mayoría de estudiantes (65.4%) presentaba baja autoestima, mientras que la dependencia emocional se distribuyó en niveles altos (62.7%) y moderados (21.7%). El análisis demostró una correlación inversa moderada entre la autoestima y la dependencia emocional, lo que quiere decir que, mientras menos autoestima exista, habrá más dependencia emocional en estos estudiantes.

Rojas (2022) en su trabajo denominado Dependencia emocional y la autoestima en los estudiantes de las Universidades de Lima Metropolitana Este estudio examinó la conexión entre la dependencia emocional y la autoestima en estudiantes universitarios de Lima. Se utilizaron dos cuestionarios, uno para medir la dependencia emocional y otro para evaluar la autoestima, se empleó la muestra de 155 alumnos

de entre 18 y 30 años. El análisis de los datos reveló una correlación inversa significativa entre la dependencia emocional y la autoestima (-0.284), lo que sugiere que niveles más altos de dependencia emocional están asociados con niveles más bajos de la autoestima. Además, se encontró que todas las facetas de la codependencia emocional estaban relacionadas con una baja autoestima. En conclusión, este estudio destaca la influencia de la codependencia emocional en la autoestima de los estudiantes universitarios de Lima, resaltando la importancia de estas variables en el desarrollo emocional y educativo de los jóvenes.

Rojas (2022) desarrolló una tesis titulada Dependencia emocional y el bienestar psicológico en alumnos universitarios de la carrera de psicología de Lima Norte, Perú, Este estudio se propuso analizar la relación entre la dependencia emocional y el bienestar psicológico en estudiantes de psicología de Lima Norte. Se recopilaron datos de 197 estudiantes, utilizando cuestionarios para evaluar el bienestar psicológico y la dependencia emocional. Los resultados mostraron que no existe una relación significativa entre estas dos variables. Sin embargo, se encontró que el bienestar psicológico está relacionado con factores como la edad, el género, el tipo de familia y la situación laboral de los estudiantes. En resumen, los estudiantes mostraron una percepción positiva de su bienestar, lo que se refleja en su capacidad para establecer relaciones saludables, mantener el autocontrol y la aceptación personal, y desarrollar confianza y empatía en sus interacciones con los demás.

### **2.1.3. ANTECEDENTES LOCALES**

Campos (2022) realizó un estudio titulado Dependencia emocional en las estudiantes mujeres del quinto grado de secundaria en la Institución Educativa Illathupa en Huánuco. Este estudio se enfocó en determinar la presencia de dependencia emocional en estudiantes mujeres de quinto año de secundaria en Huánuco. Se evaluó a todas las estudiantes de este grado (50 en total) utilizando un cuestionario específico para medir la dependencia emocional. Los resultados

mostraron que la mayoría de las estudiantes (58%) no presentaban dependencia emocional, mientras que un porcentaje menor (40%) mostró niveles normales de dependencia. Solo un pequeño grupo (2%) presentó dependencia emocional patológica. Además, se observaron niveles bajos en los diferentes factores que componen la codependencia emocional, como la ansiedad por separación o la búsqueda de atención. En conclusión, este estudio aporta información sobre la prevalencia y los niveles de dependencia emocional en este grupo de estudiantes, destacando la importancia de comprender estos aspectos en el contexto educativo y su impacto en el desarrollo emocional de las jóvenes.

Rengifo (2022) llevó a cabo un estudio titulado Las características de la personalidad y la dependencia emocional en las mujeres víctimas de violencia familiar atendidas en la UAIVIT de Amarilis, 2022. Este estudio exploró la relación entre la dependencia emocional y las características de la personalidad en mujeres víctimas de violencia familiar. Se analizaron datos de 123 mujeres que recibieron atención en una institución específica. Se encontró una fuerte correlación entre ciertas características de la personalidad y la dependencia emocional, lo que sugiere una correlación significativa entre estos dos aspectos. Este hallazgo destaca la importancia de comprender cómo la personalidad y la dependencia emocional interactúan en el contexto de la violencia en el hogar, y resalta la necesidad de intervenciones psicológicas integrales para apoyar la recuperación y el bienestar emocional de estas mujeres.

Hilario et al. (2020) llevaron a cabo una revisión descriptiva de la literatura con el objetivo de analizar la relación entre la dependencia emocional y la violencia en las relaciones de pareja. Se revisaron 15 artículos científicos para identificar patrones y conclusiones relevantes. Los resultados de la revisión sugieren la existencia de una fuerte conexión entre la violencia y la dependencia emocional hacia la pareja, tanto física como psicológica o sexual. Los individuos con dependencia emocional suelen normalizar el maltrato y justificarlo como parte de la relación. La violencia psicológica, que incluye el abuso verbal y

emocional, es a menudo minimizada y no reconocida como una forma de abuso por las víctimas. El estudio también destaca que la dependencia emocional es más común en las mujeres que en los hombres, y que la violencia psicológica es una de las formas más frecuentes de violencia en relaciones afectadas por la dependencia emocional.

## **2.2. BASES TEÓRICAS**

### **2.2.1. CONCEPTOS DE DEPENDENCIA EMOCIONAL**

La dependencia emocional se define como una condición psicológica caracterizada por una serie de rasgos que incluyen la sensación de no poder vivir sin la otra persona, la presencia de una autoestima baja o muy baja, la ansiedad, la idealización del otro, el miedo al fin de la relación, la incapacidad de ser autosuficiente sin la pareja, sentimientos de culpa, vacío o preocupación, la adopción de un papel sumiso, la priorización de la pareja por encima de todo y una constante necesidad de aprobación (Pérez, 2015).

Castelló (2005) destaca que la dependencia emocional se caracteriza por las necesidades afectivas extremas que un individuo puede experimentar hacia sus parejas en el transcurso de sus diversas relaciones.

Larocca (2010) señala que la dependencia emocional es un amor de tipo patológico hacia otro individuo, en el cual perdemos el rumbo de nuestra propia vida al estar completamente enfocados en la otra persona. Es un estado en el que compartimos el mismo aire, deseamos controlar cada acción, palabra y pensamiento de la pareja, y casi quisiéramos estar en su piel para comprender todo sobre ella.

Indica que la dependencia emocional es similar a diversas actividades adictivas; provoca que todo en la vida de la persona afectada gire en torno a su pareja. Su estabilidad emocional depende de la satisfacción que su pareja le brinde, y constantemente buscará estar a

su lado, sintiendo angustia cuando no conoce su paradero. Las separaciones amorosas los experimentará de manera muy intensa, como golpes irreparables, manteniendo esperanzas y buscando incansablemente volver a la relación o iniciar una nueva (Sánchez, 2010).

La dependencia emocional describe una relación dañina y desequilibrada entre dos personas. En algunos casos, las personas se mantienen en estas relaciones por elección, por necesidad o por miedo a la soledad, lo que crea un ambiente emocionalmente hostil e inseguro. En estas relaciones, se observa una sumisión excesiva, a menudo con el objetivo de que uno sienta que es superior que el otro, aplicando un control y dominio sin respetar la individualidad y los derechos de cada persona (Congost, 2013).

Con el paso del tiempo, diferentes profesionales de la salud han utilizado diversos términos para describir la dependencia emocional. Aunque estos términos han sido útiles para tratar, comprender, y evaluar este fenómeno, no son sinónimos y no tienen el mismo significado preciso (Castelló, 2005).

Aquí, se analizará cada término, incluyendo aportaciones de distintos investigadores para complementar los datos:

### **2.2.2. ADICCIÓN AL AMOR**

La dependencia emocional presenta similitudes con la adicción, ya que el dependiente experimenta un intenso placer en la compañía de su pareja, comparable al placer que siente un adicto con su droga. Este placer es biológicamente equivalente al que siente un drogadicto con su droga, es decir, para el dependiente emocional, la persona amada es como una droga. Con el tiempo, se desarrolla tolerancia, necesitando más tiempo con la pareja. La ruptura de la relación genera un síndrome de abstinencia con síntomas similares a los de los adictos: angustia, pérdida de control, búsqueda constante de la pareja, náuseas, insomnio, gran tristeza y presión en el pecho. Al igual que un adicto necesita

desesperadamente su droga, la persona con dependencia emocional anhela desesperadamente volver a estar con su pareja (Mallor, 2006).

Sin embargo, Castelló (2005) destaca una diferencia fundamental: un adicto deja de serlo una vez supera el síndrome de abstinencia, mientras que un dependiente emocional sigue siendo dependiente incluso después de la ruptura. Tal como, un dependiente puede tener adicción hacia un individuo específico, pero al romper la relación, deja de ser adicto a esa persona en particular. A pesar de esto, la persona con dependencia emocional seguirá buscando otra persona a la que engancharse, incluso si no inicia una nueva relación o permanece solo. La esencia del problema radica en la intolerancia a la soledad y la falta de autoestima. La presencia del otro es una forma de compensar esta necesidad psicológica. El tratamiento también difiere. La desintoxicación y la deshabitación son claves para los adictos, pero no para los dependientes emocionales. Aunque superen una relación patológica, buscarán una nueva persona a la que aferrarse. La prevención de recaídas también es compleja, ya que no se puede evitar que el paciente tenga relaciones de pareja.

Se puede hablar de adicción al amor cuando una persona se encuentra en una relación donde depende excesivamente del otro, pero vuelve a un estado normal cuando la relación termina.

### **2.2.3. APEGO ANSIOSO**

Castelló (2005) señala que las personas con dependencia emocional suelen tener un estilo de apego ansioso-preocupado. Este estilo se caracteriza por una baja autoestima y una visión idealizada de los demás. Se manifiesta en la preocupación constante por las relaciones interpersonales, el miedo al abandono, la necesidad de aferrarse a los demás y la dificultad para tolerar la soledad. Sin embargo, el apego ansioso-preocupado no es lo mismo que la dependencia emocional. Si bien ambos comparten características, la dependencia emocional se centra más en la necesidad de afecto y en la calidad de la

relación, mientras que el apego ansioso-preocupado se enfoca en la búsqueda de proximidad y seguridad.

**Sociotropía.** Castelló (2005) destaca que la sociotropía se asemeja a la dependencia emocional en algunos aspectos. Ambas son características que predisponen a la depresión y tienden a ser estables en el tiempo. Las personas sociotrópicas suelen sobrevalorar a los demás, tienen un miedo intenso al rechazo y necesitan constantemente afecto. Sin embargo, la dependencia emocional se centra específicamente en las relaciones románticas, mientras que la sociotropía puede manifestarse en cualquier tipo de relación, como amistades o familiares.

Además, la sociotropía está directamente relacionada con la depresión, ya que predispone a trastornos depresivos. En cambio, la dependencia emocional es un concepto independiente que merece un estudio individualizado debido a su importancia y significado único.

#### **2.2.4. TRASTORNO DE LA PERSONALIDAD POR DEPENDENCIA**

Castelló (2005) señala que tanto el trastorno de personalidad por dependencia como la dependencia emocional comparten ciertas características, como la necesidad de estar constantemente con la persona de la que tiene dependencia, la ansiedad al abandono, el miedo y la sumisión para mantener al otro cerca, la aversión a la soledad y la búsqueda de una nueva figura de dependencia tras una ruptura. Sin embargo, existen diferencias cruciales. En el trastorno de personalidad por dependencia, la necesidad de otros surge de una profunda sensación de vulnerabilidad, desamparo, falta de autonomía y dificultad para tomar decisiones. Esto lleva a la persona a aferrarse a cualquier fuente de apoyo y seguridad, ya sea una pareja, un familiar o un amigo.

En contraste, la persona con dependencia emocional busca principalmente afecto de su pareja y no tolera la soledad. Su objetivo es compensar sentimientos negativos hacia sí misma a través de la compañía del otro, encontrando en la relación el sentido de su vida.

Asimismo, el dependiente emocional se apega exclusivamente a su pareja romántica, a diferencia del trastorno de personalidad por dependencia, donde la búsqueda de apoyo se extiende a múltiples relaciones.

### **2.2.5. LA VIOLENCIA Y EL MALTRATO EN LA CODEPENDENCIA EMOCIONAL**

La dependencia emocional es uno de los factores cruciales que dificultan que las mujeres que son víctimas de maltrato pongan fin a la relación con sus parejas. Estudios han demostrado que estas mujeres presentan altos niveles de dependencia hacia sus parejas, lo que las lleva a buscar desesperadamente retomar la relación incluso después de una ruptura, a pesar de la violencia que sufren (Castelló, 2005). Un informe de la Defensoría del Pueblo (citado en El Comercio, 2014) revela que, en el Callao, más de la mitad de las mujeres que sufren violencia doméstica y viven con su pareja no ponen fin a la relación, debido a la presencia de hijos o a la dependencia emocional que presentan.

La violencia en la pareja puede manifestarse de diversas formas: física, psicológica, y sexual (OMS, 2013).

Los maltratos psicológicos, que suelen preceder al físico, comienzan de forma sutil con acciones como miradas de desprecio, palabras hirientes o tonos de voz amenazantes. Estas conductas se intensifican gradualmente hasta que las mujeres se acostumbran a ellas. Este tipo de maltratos tiene un impacto en la salud igual o incluso más elevado que los maltratos físicos.

Algunas formas de agresión psicológica incluyen la denigración, que atacan la autoestima con palabras hirientes, humillaciones, críticas hacia el físico, actos de intimidación como tirar puertas o romper objetos, ignorar las necesidades afectivas y amenazas a las mujeres (Hirigoyen, 2005).

Los maltratos físicos ocurren de forma esporádica o repetitiva. Generalmente, si no se denuncia, tiende a aumentar en frecuencia e intensidad. Los tipos de violencia física incluyen bofetadas, pellizcos, patadas, puñetazos, intentos de estrangulamiento, quemaduras, mordiscos, fracturas, golpes con armas blancas o de fuego, y pueden incluso llevar a la muerte (Hirigoyen, 2005).

La violencia sexual puede tomar diversas formas crueles. Obligar a la pareja a participar en actividades sexuales peligrosas y degradantes, así como utilizar las relaciones sexuales como un medio de control y dominio, son ejemplos de este tipo de violencia (Hirigoyen, 2005). Las consecuencias de este abuso pueden ser devastadoras, incluyendo embarazos no deseados, abortos, infecciones de transmisión sexual, complicaciones ginecológicas, traumas pélvicos, etc. (OMS, 2011).

Las mujeres que sufren violencia experimentan consecuencias negativas en su salud mental y emocional. Trastornos de ansiedad, aislamiento social, baja autoestima y la tendencia a ocultar su situación son algunas de las secuelas comunes. Las mujeres maltratadas suelen hablar poco sobre sus problemas emocionales, se alejan de sus amigos, enfrentan dificultades para dormir, tienen un bajo rendimiento académico o laboral y pueden desarrollar problemas de salud, y otras dificultades.

Aquellas que han sido víctimas de violencia pueden experimentar un daño significativo en su identidad, autoestima y autoconcepto, impactando profundamente su bienestar emocional y psicológico a largo plazo (Gálligo, 2013).

## **2.2.6. CARACTERÍSTICAS DE UN DEPENDIENTE EMOCIONAL**

Castelló (2005) menciona que las personas con dependencia emocional se están agrupadas en 3 categorías:

1. **Baja autoestima:** Una baja autoestima hace que la persona dependa de la aprobación y afecto de otros para sentirse valorada y completa.

2. **Miedo e intolerancia a la soledad:** El miedo a estar solo y la incapacidad para tolerar la soledad pueden llevar a la persona a buscar constantemente compañía y evitar enfrentarse a sus propios pensamientos y emociones.
3. **Tendencia a establecer relaciones desequilibradas de pareja:** Esto incluye relaciones donde la persona asume un papel sumiso, busca constantemente la aprobación del otro, y puede estar dispuesta a sacrificar sus propias necesidades y valores.

Cumplir con más de estas características aumenta considerablemente la posibilidad de que un individuo esté experimentando dependencia emocional. Estos patrones de comportamiento y pensamiento pueden indicar una profunda necesidad de vínculo afectivo externo para sentirse completos o seguros, en lugar de desarrollar una autonomía emocional saludable.

### **2.2.7. ÁREA DE LAS RELACIONES DE PAREJA**

**La necesidad excesiva de la otra persona:** Se manifiesta en un fuerte deseo de estar siempre junto a la pareja. Esto puede incluir comportamientos como realizar llamadas frecuentes, enviar mensajes de texto continuamente o intentar ver a la pareja en momentos inapropiados, como en su trabajo. Estas acciones pueden hacer que la pareja se sienta abrumada y responda negativamente, lo que puede derivar en discusiones, separaciones, amenazas o humillaciones.

Para manejar esta dependencia, la pareja a menudo establece límites, como solicitar que el dependiente evite llamar o reduzca la cantidad de mensajes. En muchas ocasiones, la persona que sufre de dependencia emocional sigue estas pautas de manera estricta, lo que puede interpretarse como una falta de autonomía o sumisión en la relación (Castelló, 2005)

**El deseo de exclusividad en las relaciones:** Se manifiesta cuando la persona con dependencia dedica mucho tiempo y energía a

su actual pareja que gradualmente se aísla de su entorno personal y social. Está la presencia de un anhelo por parte del dependiente de que su pareja también dedique todo su tiempo y atención a él o ella de la misma manera. Sin embargo, la pareja no siempre responde de una misma manera y puede establecer sus propios límites y reglas en la relación.

Es importante destacar que estos deseos de exclusividad no son uniformes en todos los individuos que experimentan dependencia emocional. Algunos pueden sentirlos de manera intensa, buscando exclusividad total en el afecto y la atención de su pareja, mientras que otros pueden manifestar estos deseos de manera menos pronunciada o de forma intermitente (Castelló, 2012).

**Prioridad de las parejas antes de cualquier cosa:** La persona con dependencia emocional considera que su novio o novia es lo que tiene más importancia en su vida, a veces incluso le da más importancia que a él mismo o ella misma. La pareja se convierte en el centro de su existencia y en la fuente principal de sentido y propósito. Esta relación se percibe como algo necesario para su bienestar emocional y personal.

Además, el dependiente emocional pasa la mayoría del tiempo pensando en su pareja. Este pensamiento constante y centrado en la pareja es notable para quienes lo rodean, ya que puede manifestarse en acciones como hablar frecuentemente de la pareja, preocuparse constantemente por su bienestar o buscar su presencia de manera persistente (Castelló, 2005).

**Idealización de la pareja:** Debido a la baja autoestima, El dependiente emocional suele idealizar a su pareja, exaltando sus cualidades físicas e intelectuales, admirándola y viéndola como alguien excepcional. Esto lleva a no percibir los defectos de la pareja y a considerarla como un ser casi perfecto, a menudo llevándola a un nivel casi divino. El dependiente emocional busca en su pareja lo que él o ella siente que le falta: seguridad, autoestima y una posición de superioridad.

Al idealizar a su pareja, puede compensar sus propios sentimientos de inferioridad, lo que explica su atracción por individuos con egos altos y demasiada confianza en sí mismas (Castelló, 2005).

**Relación de subordinación y sumisión:** donde el dependiente emocional se vuelve complaciente con los deseos de su pareja. Esta sumisión tiene dos motivos: evitar el abandono y la baja autoestima que lleva a idealizar a la pareja. Esto genera un círculo vicioso: a mayor sumisión, mayor dominio por parte de la pareja, lo que intensifica la subordinación.

A pesar de esta dinámica perjudicial, el dependiente emocional puede tolerar mucho con tal de mantener la relación con su novio o novia, ya que enfrentar la posibilidad de la ruptura conlleva una soledad que siente que no podría soportar. Este miedo a la soledad y la dependencia emocional hacia la pareja son elementos centrales que perpetúan esta dinámica desequilibrada en la relación. (Castelló, 2005).

**Historial de relaciones de parejas inestables:** La persona con dependencia emocional típicamente experimenta relaciones desequilibradas a través de su vida, que pueden comenzar en la adolescencia o en los primeros años de la adultez. Sin embargo, hay variaciones en este patrón:

1. **Relaciones significativas y desequilibradas:** Puede haber una única relación amorosa desequilibrada, la cual es la más larga y significativa en la vida del dependiente emocional.
2. **Relaciones de transición:** Estas relaciones son temporales y no tan significativas emocionalmente para el dependiente. Sirven principalmente para llenar vacíos emocionales y evitar estar solos hasta que encuentren a un individuo que les interese realmente. Estas relaciones pueden surgir especialmente después de terminar una relación significativa, ayudando así a manejar el síndrome de la abstinencia emocional.

3. **Dependencia en amistades o en internet:** En periodos donde no tienen una pareja romántica, el dependiente emocional puede desarrollar una fuerte dependencia en amistades cercanas o incluso en relaciones virtuales a través de internet. Esto les proporciona un sentido de conexión emocional y evita sentirse solos.

Estos patrones reflejan cómo el dependiente emocional busca constantemente llenar un vacío afectivo y evitar la soledad, a menudo a través de relaciones que pueden no ser equilibradas emocionalmente o significativas a largo plazo (Castelló, 2005).

El temor a la ruptura es una de las características centrales en el dependiente emocional. Constantemente vive preocupado por la posibilidad de que la relación termine, y percibe esta eventualidad como algo extremadamente doloroso y devastador, incluso más que los maltratos y humillaciones que pueda experimentar en la relación. Esta ansiedad se intensifica debido a su profunda dependencia emocional hacia la pareja.

La pareja del dependiente emocional puede ser consciente de esta vulnerabilidad y utilizar la posibilidad de ruptura como amenazas o manipulación emocional. Esta dinámica refuerza el ciclo de dependencia y sumisión en la relación.

Para el dependiente emocional, terminar con la pareja es visto como algo prácticamente imposible y emocionalmente devastador. A pesar de reconocer que la relación puede no ser saludable o satisfactoria, sienten que estarían peor sin la pareja, lo cual puede llevarlos a permanecer en situaciones dañinas. Esta ambivalencia se refleja en expresiones como con él estaba mal, pero ahora estoy mucho peor, ilustrando la dificultad de romper el ciclo de dependencia emocional (Castelló, 2012, p.25).

**Autoestima baja:** es un factor fundamental en la codependencia emocional. Los dependientes buscan constantemente llenar el vacío de su autoestima a través del amor de su pareja.

### **2.2.8. CAUSAS DE LA CODEPENDENCIA EMOCIONAL**

Castelló (2005), clasifica 4 factores y son:

**Las privaciones afectivas en la infancia,** como la ausencia de elogios, reconocimientos, muestras de cariño y apoyo por parte de personas significativas, influyen profundamente en el desarrollo emocional de quien presenta dependencia emocional.

Como resultado de estas carencias en sus primeros años, la persona dependiente tiende a desarrollar una necesidad intensa de complacer y ser sumisa para obtener la aprobación y el afecto de su pareja. Este comportamiento puede estar basado en la creencia de que necesita merecer el amor y la atención de los demás a través de sacrificios y sumisión.

Además, el individuo dependiente puede haber interiorizado la idea de que debe buscar y suplicar por cariño y atención, lo que puede dar lugar a relaciones desiguales en las que la pareja se vuelve el centro de su vida y autoestima. Esta dinámica puede reforzar patrones de dependencia emocional, dificultando el establecimiento de relaciones más sanas y equilibradas en el futuro.

**El origen externo de la autoestima** en las personas con dependencia emocional está estrechamente relacionado con sus experiencias afectivas en la infancia con figuras importantes, como padres o cuidadores. Aunque estas figuras puedan haber mostrado actitudes negativas o no haber brindado el afecto y la aprobación necesarios de forma constante, el individuo dependiente sigue buscando su amor y validación de manera desesperada.

En este contexto, la persona dependiente no ha logrado desarrollar una fuente interna de autoestima que sea sólida y confiable. En lugar de

confiar en sí misma y en su propio valor, depende en gran medida de la retroalimentación y la aprobación externas para sentirse valorada y aceptada. Esta continua dependencia de fuentes externas de afecto y validación puede perpetuar un patrón de búsqueda incesante de aprobación en las relaciones adultas, contribuyendo así a la dependencia emocional que caracteriza a estos individuos.

**Los factores biológicos** pueden desempeñar un papel significativo en el origen y desarrollo de la codependencia emocional. Aquí hay algunos puntos clave relacionados con este aspecto:

- 1. Antecedentes familiares de adicciones:** La predisposición genética a las adicciones, incluidas las emocionales como la dependencia hacia otras personas, puede influir en la vulnerabilidad de una persona a desarrollar dependencia emocional. Si hay antecedentes familiares de adicciones, esto podría aumentar la probabilidad de que un individuo desarrolle patrones de dependencia en sus relaciones.
- 2. Problemas neurológicos asociados con ansiedad y depresión:** Trastornos neurológicos que afectan la regulación emocional, como la ansiedad y la depresión, contribuyen a desarrollar una codependencia emocional. Estos problemas pueden alterar la percepción de uno mismo, la gestión del estrés y la manera en que se mantienen y establecen relaciones emocionales.
- 3. Respuestas neurobiológicas ante el apego:** La investigación sugiere que las respuestas neurobiológicas al apego pueden variar entre las personas y pueden estar influenciadas por factores genéticos y neuroquímicos. Esto puede afectar cómo un individuo experimenta y gestiona las relaciones emocionales, incluida la tendencia hacia la dependencia emocional.

Estos factores biológicos pueden interactuar con experiencias ambientales y emocionales para influir en la predisposición de una persona hacia la dependencia emocional. Es importante considerar

estos aspectos al abordar tanto la comprensión como el tratamiento de la codependencia emocional.

**El factor de género y cultural**, juega un papel crucial en la forma en que se percibe y se vive la dependencia emocional, especialmente en relación con las expectativas de género y los roles sociales asignados. Aquí algunas consideraciones relevantes:

1. **Modelos socioculturales y educativos rígidos:** En muchas culturas y sociedades, existen modelos tradicionales y educativos que promueven roles de género rígidos. Estos modelos pueden enseñar a las mujeres a valorar la entrega absoluta y la dependencia emocional hacia la pareja como una virtud, incluso en circunstancias desfavorables. Esto puede llevar a una sobrevaloración del sacrificio personal y la sumisión en nombre del amor romántico, perpetuando patrones de dependencia emocional.
2. **Expectativas de género:** Las expectativas culturales y de género pueden influir en cómo se perciben y se comportan las mujeres en las relaciones de pareja. A menudo se espera que las mujeres sean emocionalmente cercanas, cuidadoras y atentas a las necesidades de sus parejas, a veces a expensas de sus propias necesidades y bienestar emocional. Estas expectativas pueden contribuir a la dependencia emocional al fomentar la priorización de las relaciones sobre la autonomía individual.
3. **Normas sociales y presión cultural:** Las normas sociales pueden reforzar la idea de que una mujer debe encontrar su principal satisfacción y sentido de identidad en su rol de pareja. Esto puede dificultar el reconocimiento y la valoración de la autonomía emocional y la independencia. La presión cultural para conformarse a estas normas puede limitar las opciones y la libertad de las mujeres en términos de cómo manejan sus relaciones afectivas.

El factor cultural y de género influye en cómo se enseña y se practica la dependencia emocional en las relaciones, a menudo

promoviendo modelos que enfatizan la entrega y la sumisión como ideales de amor y relación. Estos modelos pueden tener implicaciones significativas para la autoestima, la capacidad de las mujeres y el bienestar emocional para establecer relaciones equitativas y saludables.

### **2.2.9. FASES DE LAS RELACIONES AMOROSAS DE LOS DEPENDIENTES EMOCIONALES**

Para Castelló (2005), hay un esquema sobre el desarrollo de este tipo de vínculos:

**La fase de euforia:** Es caracterizada por un estado inicial de deslumbramiento y fascinación hacia la otra persona. Este periodo comienza con el primer acercamiento y se extiende hasta el establecimiento del vínculo inicial. Durante esta fase:

1. **Idealización de la pareja:** El dependiente emocional percibe a su pareja como perfecta, capaz de llenar los vacíos emocionales y evitar la soledad. Se enfoca en las cualidades positivas de la pareja, idealizando y atribuyéndole características extraordinarias.
2. **Dedicación y subordinación:** Para mantener la conexión y asegurar la cercanía emocional, el dependiente emocional adopta una actitud de subordinación y dedicación extrema hacia la pareja. Está dispuesto a complacer y satisfacer las necesidades de la pareja, incluso a costa de sus propios deseos y necesidades.
3. **Cumplimiento sin discusión:** Durante esta fase, las decisiones y los planes de la pareja se aceptan y realizan sin cuestionamientos por parte del dependiente emocional. Existe una tendencia marcada a seguir las directrices de la pareja y a actuar en función de sus preferencias y expectativas.

Esta fase inicial de euforia puede ser intensamente gratificante para el dependiente emocional, ya que proporciona una sensación de conexión emocional y seguridad. Sin embargo, también marca el inicio de patrones de comportamiento que pueden volverse problemáticos con

el tiempo, especialmente cuando la relación se vuelve desequilibrada y la dependencia emocional se profundiza.

**La fase de subordinación:** representa el punto culminante del desequilibrio en la relación. Aquí se manifiestan los aspectos más profundos de la dinámica de poder y sumisión:

**1. Auto involucración en la sumisión:** No es necesariamente la pareja quien obliga o presiona al dependiente emocional a adoptar este rol. En muchos casos, el dependiente emocional se involucra voluntariamente en esta dinámica, internalizando la necesidad de subordinarse para mantener la relación.

**2. Sumisión en todos los aspectos:** La sumisión se manifiesta en diversas áreas de la vida del dependiente emocional:

- **Organización de pasatiempos y actividades:** El dependiente emocional permite que la pareja decida cómo pasar el tiempo libre, abandonando sus propios intereses y hobbies.
- **Omisión de satisfacciones personales:** Las propias necesidades y deseos del dependiente emocional se dejan de lado en favor de las necesidades y deseos de la pareja.
- **Ámbito económico:** Las decisiones financieras se toman en función de lo que conviene o agrada a la pareja, incluso si esto significa un detrimento para el dependiente emocional.
- **Ámbito sexual:** Las preferencias y deseos sexuales de la pareja predominan, con poca o ninguna consideración por las necesidades y deseos del dependiente emocional.

**Destrucción de la autoestima:** En esta fase, la autoestima del dependiente emocional se ve gravemente afectada. La persona adopta un rol de inferioridad, creyendo que la relación y la pareja es lo que tiene más importancia en su vida. Todo en su día gira entorno a la pareja, y si no está con ella, nada parece tener sentido.

**Fase de deterioro:** Aquí, la relación se caracteriza por el control absoluto de la pareja sobre la persona con dependencia emocional. La persona dependiente experimenta burlas, humillaciones, y maltratos, convirtiéndose en víctima constante de todo tipo de abusos. La dinámica de poder se vuelve extremadamente desequilibrada, y la persona dependiente pierde todo control sobre la relación y su propia vida. La pareja abusiva ejerce un dominio total, y la persona con dependencia emocional se encuentra atrapada en un ciclo de maltrato del que le resulta extremadamente difícil salir.

**Fase de síndrome de abstinencia y ruptura:** Terminar la relación suele ser iniciado por la pareja, quien desarrolló una gran intolerancia hacia el individuo con dependencia emocional. La ruptura deja al dependiente emocional sintiéndose extremadamente solo y dolido. En esta fase, el dependiente experimenta lo que se denomina síndrome de abstinencia, caracterizado por una intensa necesidad de retomar la relación. Este síndrome se manifiesta en intentos reiterados de contactarse con la expareja, ya sea para verla o conversar. Cada contacto exitoso aumenta la esperanza del dependiente de recuperar la relación, prolongando el ciclo de dolor y dependencia.

**Fase de vínculos o relaciones de transición:** En esta etapa, la persona con dependencia emocional busca desesperadamente una nueva pareja para aliviar el dolor de la soledad. Sin embargo, si la nueva pareja no cumple con sus expectativas ideales, la relación se termina. El dependiente emocional continúa buscando hasta encontrar a alguien que satisfaga sus necesidades, lo que se conoce como vínculos de transición. Durante la fase de abstinencia, el dependiente emocional no se arriesga a iniciar una relación de transición si aún tiene la esperanza de reconciliarse con su pareja anterior, ya que teme perder la oportunidad de volver con ella.

**Reiniciar las fases:** Tras superar la fase de las relaciones de transición, el dependiente emocional puede reiniciar el ciclo completo de las fases de dependencia emocional, comenzando de nuevo con la fase

de euforia, seguida por las fases de subordinación, deterioro, y eventualmente, ruptura y síndrome de abstinencia. Este ciclo perpetuo puede continuar indefinidamente hasta que la persona busque y reciba ayuda para abordar y tratar su dependencia emocional.

#### **2.2.10. DIMENSIONES RELACIONADAS CON LA DEPENDENCIA EMOCIONAL**

Basándonos en las definiciones de dependencia emocional, podemos decir que se trata de un tipo de adicción a las relaciones sentimentales, pero que va más allá de una simple adicción. Castelló (2005) identifica seis áreas específicas de dependencia emocional:

- 1. Ansiedad por separación:** Es manifestada como un intenso miedo a la separación, al abandono, o el aislamiento. Este miedo establece las bases para la dependencia interpersonal, en la cual la persona está aferrada a su pareja. Las personas con ansiedad por separación creen que necesitan una pareja para ser felices, ya que la ven como la única forma de evitar la angustia de la soledad. Cualquier separación, incluso temporal, como las que ocurren en la vida diaria, o cualquier situación que genere desconfianza sobre el regreso de su pareja, les provoca ansiedad. Estos sentimientos se basan en el miedo a la pérdida y la soledad (Castelló, 2005)
- 2. Expresión afectiva:** La persona emocionalmente dependiente experimenta una constante sensación de inseguridad y desconfianza respecto al amor de su pareja, lo que la lleva a necesitar una garantía constante de que es amada para poder sentirse segura. Esta necesidad insaciable de sentirse segura o amada está estrechamente relacionada con la dependencia emocional.
- 3. Modificación de los planes:** Las personas emocionalmente dependientes postergan sus actividades o sus planes con el fin de estar mayor tiempo con su pareja. La pareja se convierte en el centro de su mundo, eclipsando todo lo demás. Su atención se centra en

satisfacer las necesidades, deseos e incluso caprichos de la otra persona. Este deseo de exclusividad también se refleja en la expectativa de que su pareja comparta el mismo nivel de dedicación y compromiso (Castelló, 2005).

**4. Miedo estar solo:** Este miedo se manifiesta como el temor a no tener ninguna pareja, sintiendo que necesita a alguien para sentirse seguro y equilibrado. La idea de estar solo le resulta extremadamente aterradora. Aunque esta área de dependencia puede confundirse con la ansiedad por separación, es referida a un miedo diferente totalmente, ya que el primero se centra en el temor a quedarse solo y no en la separación de una figura específica.

**5. Límite de expresión:** Para una persona emocionalmente dependiente, la ruptura de una relación puede ser tan devastadora que puede llevarla a cometer actos autodestructivos o expresar deseos de hacerse daño. Este comportamiento se asemeja a las características del trastorno límite de la personalidad. La persona dependiente está dispuesta a hacer cualquier cosa, incluso dañarse a sí misma, para evitar la ruptura, lo que refleja una estrategia para aferrarse a la relación.

**6. La búsqueda de atención:** La búsqueda de atención constante por parte de la pareja es una necesidad psicológica para el individuo dependiente, con el objetivo de que la relación sea lo más importante de sus vidas. Esta búsqueda de atención puede considerarse una tendencia observada en individuos con dependencia emocional. (Castelló, 2005).

### **2.3. DEFINICIONES CONCEPTUALES**

- **Dependencia Emocional:** Un deseo intenso y constante de afecto de parte de otro individuo, que es manifestado en diferentes relaciones románticas (Aiquipa, 2012)

- **Relación de Pareja:** Un vínculo sentimental romántico entre dos personas, que puede tomar diferentes formas como noviazgo, concubinato o matrimonio.
- **Adaptación:** Un cambio en un organismo, ya sea físico o de comportamiento, que le permite sobrevivir y reproducirse mejor en su entorno.
- **Dependencia:** La necesidad constante de que otro individuo brinde apoyo emocional.
- **Emociones:** Son las reacciones físicas y mentales que se producen en respuesta a algo que percibimos, como un lugar, una persona, o recuerdos.
- **Estado Mental:** Estados de la mente de una persona, que incluye cosas como la percepción, el dolor, las creencias, los deseos, las intenciones, las emociones y los recuerdos.
- **Interrelación:** Una relación mutua entre dos o más personas, objetos o elementos.
- **Violencia Física:** Acciones físicas que causan impactos o daños en el cuerpo, ya sea interno o externo.
- **Violencia Psicológica:** Agresiones psicológicas que ocasionan daño emocional a la víctima y utilizarse para controlar a otra persona.

## 2.4. HIPÓTESIS

### 2.4.1. HIPÓTESIS GENERAL

Hi: La dependencia emocional es significativa en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023.

Ho: La dependencia emocional no es significativa en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023.

## 2.4.2. HIPÓTESIS ESPECÍFICOS

H<sub>i1</sub>: La dependencia emocional en la dimensión ansiedad de separación es significativa en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023.

H<sub>o1</sub>: La dependencia emocional en la dimensión ansiedad de separación no es significativa en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023.

H<sub>i2</sub>: La dependencia emocional en la dimensión expresión afectiva es significativa en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023.

H<sub>o2</sub>: La dependencia emocional en la dimensión expresión afectiva no es significativa en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023.

H<sub>i3</sub>: La dependencia emocional en la dimensión modificación de planes es significativa en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023.

H<sub>o3</sub>: La dependencia emocional en la dimensión modificación de planes no es significativa en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023.

H<sub>i4</sub>: La dependencia emocional en la dimensión miedo a la soledad es significativa en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023.

H<sub>o4</sub>: La dependencia emocional en la dimensión miedo a la soledad no es significativa en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023.

H<sub>i5</sub>: La dependencia emocional en la dimensión expresión límite es significativa en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023

H<sub>05</sub>: La dependencia emocional en la dimensión expresión límite no es significativa en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023.

H<sub>i6</sub>: La dependencia emocional en la dimensión búsqueda de atención es significativa en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023.

H<sub>06</sub>: La dependencia emocional en la dimensión búsqueda de atención no es significativa en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023.

## **2.5. VARIABLE**

**Dependencia emocional.** Es una manera de apego que puede llevar a una persona a sentirse incapaz de funcionar sin la presencia o aprobación de otra. Esta dependencia puede ser perjudicial, ya que se relaciona con la falta de autoestima y el miedo a la soledad (Serrano, 2020)

## 2.6. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

| VARIABLE              | DEFINICIÓN CONCEPTUAL   | DEFINICIÓN OPERACIONAL  | DIMENSIONES            | INDICADORES   | ITEMS            | INSTRUMENTO                         | ESCALA DE MEDICIÓN |
|-----------------------|---|---|------------------------|---|------------------|-------------------------------------|--------------------|
| DEPENDENCIA EMOCIONAL | La dependencia emocional se caracteriza por patrones de comportamiento y pensamientos que surgen de necesidades afectivas insatisfechas. Estas necesidades se expresan de forma inadecuada en las relaciones con otras personas. (Castello, 2000) | La dependencia emocional es una clase de respuesta aprendida ante un conjunto de estímulos de estrés, que emite el organismo en sus diferentes modos de interacción con el ambiente | Ansiedad de separación | Alto: Miedo constante a que la pareja lo/la abandone y a que la relación termine. Bajo: Sensación de tranquilidad y confianza en la pareja, sin miedo a la separación.  | 2,6,7,8,13,15,17 | Cuestionario de:                    | Ordinal            |
|                       |   |   | Expresión afectiva     | Alto: Necesidad de que la pareja le demuestre amor y atención constantemente para sentirse seguro/a. Deseo que la pareja sea exclusiva y le dedique toda su atención. Bajo: Sensación de altos grados de conexión e intimidad con la pareja, lo que fortalece sus vínculos afectivos. | 5,11,12,14       | Autor:<br>Lemos M. y Londoño, 2006. |                    |
|                       |   |   | Modificación de planes | Alto: Cambiar sus planes y comportamientos para complacer a la pareja por miedo a perderla.   | 16,21,22,23      |                                     |                    |

---

|                      |    |   |         |
|----------------------|----|---|---------|
|                      |    | Bajo: Capacidad de asumir responsabilidades y tomar decisiones de forma independiente, con respeto al espacio y las necesidades de la pareja.   |         |
| Miedo a la soledad   | la | Alto: Temor constante a la soledad y a no ser amado/a, lo que genera miedo a la pérdida de la pareja. Bajo: Sensación de seguridad y confianza en la pareja, sin miedo a la soledad o al abandono.  | 1,18,19 |
| Expresión límite     |    | Alto: Sensación de pérdida del sentido de la vida que puede llevar a comportamientos impulsivos y autodestructivos. Bajo: Ausencia de pensamientos o comportamientos impulsivos y autodestructivos. | 9,10,20 |
| Búsqueda de atención | de | Alto: Deseo de ser el centro de atención de la pareja, buscando ser su único foco de su   | 3,4     |

---

---

atención. Bajo:  
Reconocimiento de la  
necesidad de atención  
mutua y madura en la  
relación, sin necesitar  
ser su único foco de  
atención.

---

## **CAPÍTULO III**

### **METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

#### **3.1. TIPO DE INVESTIGACIÓN**

##### **3.1.1. TIPO**

Esta investigación se clasifica como básica, ya que se basa en un marco teórico existente y busca ampliar el conocimiento científico sin una aplicación práctica inmediata. Su objetivo es formular nuevas teorías o modificar las existentes, sin enfocarse en la resolución de problemas concretos (Chalco, 2010)

##### **3.1.2. ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN**

La investigación utiliza un enfoque cuantitativo, lo que significa que se basa en la recolección y análisis de datos numéricos. Para ello, se utilizan instrumentos estandarizados como cuestionarios, escalas de medición u observaciones estructuradas (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018).

##### **3.1.3. ALCANCE O NIVEL DE LA INVESTIGACIÓN**

Este trabajo se considera descriptivo, ya que su objetivo es describir situaciones y eventos. En otras palabras, busca comprender cómo se manifiesta un fenómeno en particular y cuáles son sus características (Chalco, 2010).

##### **3.1.4. DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN**

El presente trabajo tiene un diseño no experimental y transversal. En este tipo de diseño, los investigadores no alteran la variable estudiada; en cambio, observan y recogen datos tal como son presentados en sus contextos naturales, sin intervención directa. El enfoque transversal consiste en recolectar datos en un único momento o periodo de tiempo, permitiendo hacer inferencias sobre la variable en ese momento (Hernández, 2024)

La investigación pertenece al diseño descriptivo, representado por el siguiente esquema:

M ----- O

Donde:

M: Muestra: Estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023.

O: Observación: La dependencia emocional de los alumnos

## **3.2. POBLACIÓN Y MUESTRA**

### **3.2.1. POBLACIÓN**

Para la investigación, la población se representó por la totalidad de los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, un total de 189 estudiantes entre ambos sexos.

### **3.2.2. MUESTRA**

La muestra fue censal porque estuvo representada por la totalidad de estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco.

#### **➤ Criterios de selección**

- **Criterio de inclusión**

- ✓ Alumno de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco.
- ✓ Alumnos que aceptaron el consentimiento informado

- **Criterios de exclusión**

- ✓ Alumnos que no pertenecían a psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco.
- ✓ Alumnos que no aceptaron el consentimiento informado

- ✓ Estudiantes que no asistieron por otros motivos

### **3.3. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS**

#### **3.3.1. TÉCNICA DE RECOLECCIÓN DE DATOS.**

**La Encuesta:** Permite cuantificar, categorizar y representar datos a través de presentaciones tabulares y gráficas que aclararon nuestros hallazgos del campo de estudio.

Hernández et al. (2010) La técnica principal que se aplicó para recolectar datos en este trabajo es la encuesta. Esta técnica consiste en formular un conjunto de preguntas sobre una o más variables que se desean medir (p.310)

#### **3.3.2. INSTRUMENTO**

##### **➤ Cuestionario**

Es una herramienta diseñada con preguntas e indicadores claros, concisos y específicos de las variables a medir.

Según Hernández et al. (2010), el instrumento utilizado para recolectar los datos es un cuestionario, que contiene una serie de preguntas abiertas y/o cerradas sobre las variables que se desean medir. Los cuestionarios son uno de los instrumentos más comunes para recolectar datos.

Para la evaluación de la dependencia emocional, se empleó el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE), que fue desarrollado en Colombia por Lemos y Londoño (2006). Este cuestionario consta de 23 ítems distribuidos en seis dimensiones.

##### **➤ FICHA TÉCNICA DEL INSTRUMENTO**

Nombre del instrumento Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE)

Autor(a): Lemos, M. & Nora Londoño, N. (2006).

País: Colombia

Adaptación Peruana: Vargas et al. (2020).

Objetivo del estudio: Determinar el nivel de la codependencia emocional.

Administración: Individual /Físico

Duración: 20 minutos

Muestra: Estudiantes

Dimensiones: - Ansiedad de separación (7 ítems)

- Expresión Afectiva (4 ítems)
- Modificación de Planes (4 ítems)
- Miedo a la soledad (3 ítems)
- Expresión Límite (3 ítems)
- Búsqueda de atención (2 ítems)

En la escala de dependencia emocional de Lemos & Londoño (2006), los niveles se utilizan para clasificar la intensidad de la codependencia emocional que una persona puede experimentar en sus relaciones interpersonales. Aquí te explico lo que cada nivel generalmente significa:

1. **Nivel Muy Bajo:** Indica que la persona tiene una dependencia emocional muy reducida. Las relaciones interpersonales no afectan significativamente su bienestar emocional y tiende a tener un buen equilibrio entre su autonomía y las relaciones con los demás.
2. **Nivel Bajo:** Refleja una dependencia emocional relativamente baja. Aunque la persona puede valorar y disfrutar de las relaciones cercanas, no se siente excesivamente afectada por ellas ni depende de los demás para su estabilidad emocional.

3. **Nivel Promedio:** Señala una dependencia emocional moderada. La persona tiene una interdependencia normal en sus relaciones, es decir, puede ser afectada por sus relaciones, pero también mantiene un grado razonable de autonomía.
4. **Nivel Alto:** Indica una dependencia emocional significativa. La persona depende bastante de sus relaciones para sentirse bien emocionalmente. Las interacciones y la aprobación de los demás tienen un impacto considerable en su estado emocional y bienestar.
5. **Nivel Muy Alto:** Refleja una dependencia emocional muy alta. La persona está extremadamente influenciada por sus relaciones y su estabilidad emocional depende en gran medida de la aprobación y la presencia de los demás. La falta de estas relaciones puede llevar a un gran malestar emocional.

Estos niveles ayudan a entender los grados de dependencia emocional que un individuo experimenta y pueden ser útiles para diseñar intervenciones o terapias adecuadas para manejar y equilibrar la dependencia en relaciones interpersonales.

### **3.4. TÉCNICAS PARA EL PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE INVESTIGACIÓN**

#### **3.4.1. PROCESAMIENTO DE LOS DATOS**

Para el procesamiento de los datos se aplicó el programa SPSS 26 que ayudó a generar gráficos y tablas con datos de nivel complejo.

#### **3.4.2. ANÁLISIS DE LA INVESTIGACIÓN**

**Estadística descriptiva.** Estadística que nos permitió analizar las variables del estudio mediante resultados estadísticos visualizados en gráficos y tablas de frecuencias.

## CAPÍTULO IV

### RESULTADOS

#### 4.1. PROCESAMIENTO DE DATOS

**Tabla 1**

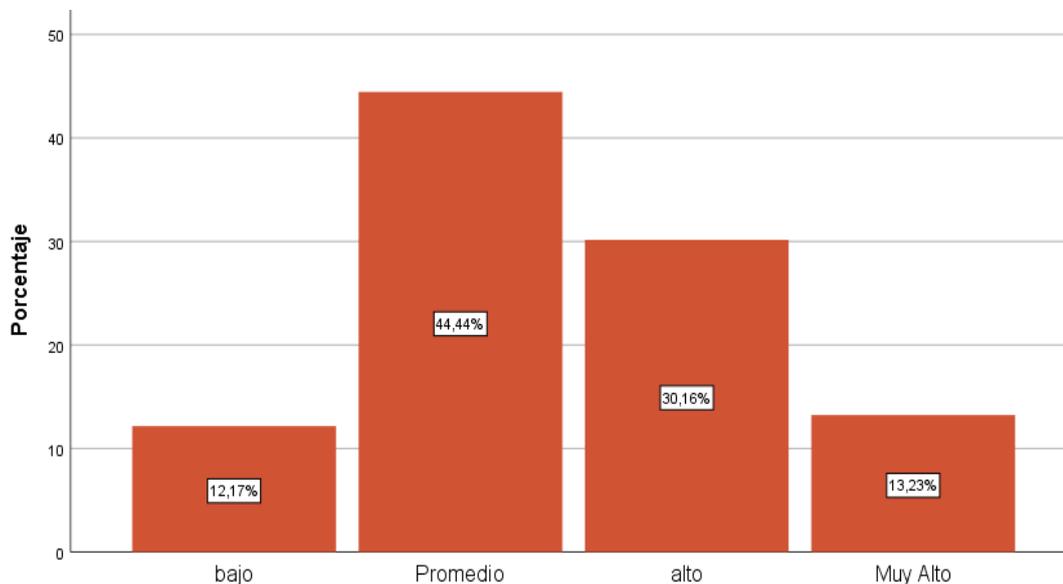
*Nivel de dependencia emocional que presentan estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023*

|        |          | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------|----------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Válido | bajo     | 23         | 12,2       | 12,2              | 12,2                 |
|        | Promedio | 84         | 44,4       | 44,4              | 56,6                 |
|        | alto     | 57         | 30,2       | 30,2              | 86,8                 |
|        | Muy Alto | 25         | 13,2       | 13,2              | 100,0                |
|        | Total    | 189        | 100,0      | 100,0             |                      |

*Fuente.* Instrumento de recolección de datos

**Figura 1**

*Nivel de dependencia emocional*



*Fuente.* Instrumento de recolección de datos

**En la Tabla 1:** Se presentan los niveles de dependencia emocional de los estudiantes, se evidencia que el 44,4% presentan un nivel promedio, el 30,2% nivel alto, el 12,2% tienen nivel bajo 13,2% presentan nivel muy alto. Observamos en los resultados que, la mayoría de estudiantes tiene una dependencia emocional de nivel promedio es decir tienen un equilibrio en sus relaciones. Son influenciados por sus interacciones sociales, pero también

mantienen una buena cantidad de autonomía emocional. Las relaciones les afectan, pero no de manera abrumadora.

**Tabla 2**

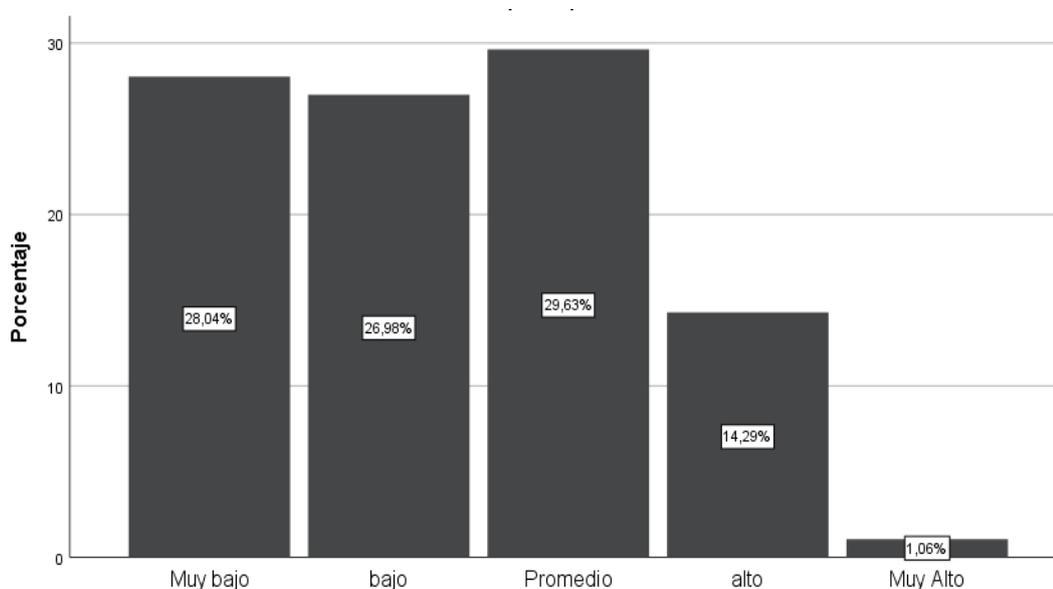
*Nivel en la dimensión ansiedad de separación que presentan en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023*

|        |          | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------|----------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Válido | Muy bajo | 53         | 28,0       | 28,0              | 28,0                 |
|        | bajo     | 51         | 27,0       | 27,0              | 55,0                 |
|        | Promedio | 56         | 29,6       | 29,6              | 84,7                 |
|        | alto     | 27         | 14,3       | 14,3              | 98,9                 |
|        | Muy Alto | 2          | 1,1        | 1,1               | 100,0                |
|        | Total    | 189        | 100,0      | 100,0             |                      |

*Fuente.* Instrumento de recolección de datos

**Figura 2**

*Nivel de ansiedad por separación*



*Fuente.* Instrumento de recolección de datos

**En la Tabla 2:** Respecto al nivel de ansiedad por separación, se observa que el 29,6% presenta un nivel promedio, el 27% tienen nivel bajo, el 28% nivel muy bajo, el 14,3% nivel alto y el 1,1% nivel muy alto. Muchos estudiantes se sienten angustiados y temerosos cuando pasan mucho tiempo separados de sus parejas. La soledad les genera una sensación de vacío y les cuesta adaptarse a ella. Esto significa que el 29,6% de ellos experimentan una cantidad moderada de angustia cuando están separados de sus parejas. Aunque la mayoría de los estudiantes maneja su ansiedad por separación de

manera moderada o baja, un grupo pequeño, pero significativo, experimenta una gran dificultad en su bienestar emocional cuando se encuentran separados de sus seres queridos

**Tabla 3**

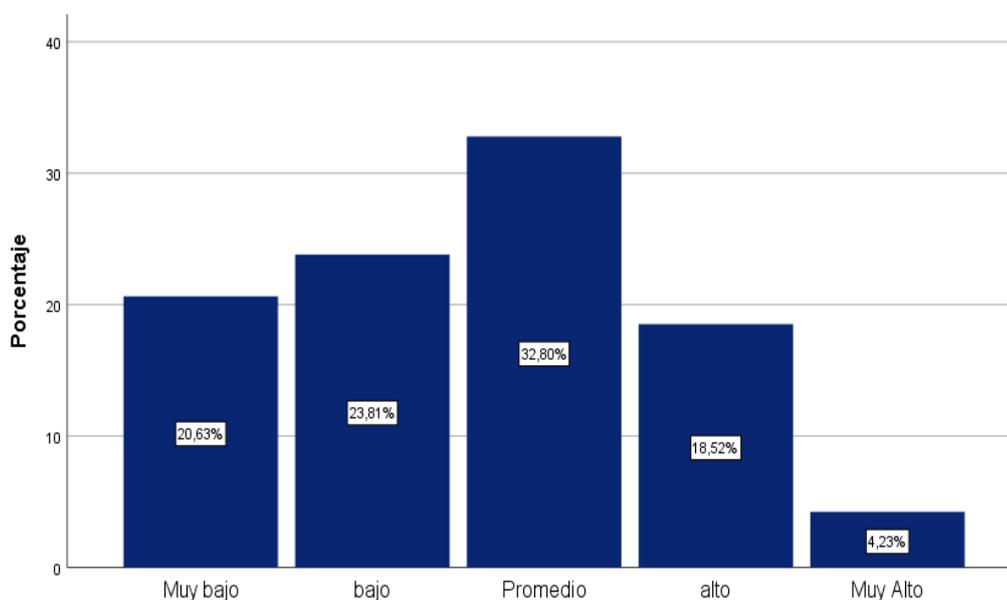
*Nivel en la dimensión expresión afectiva que presentan estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023*

|        |          | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------|----------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Válido | Muy bajo | 39         | 20,6       | 20,6              | 20,6                 |
|        | bajo     | 45         | 23,8       | 23,8              | 44,4                 |
|        | Promedio | 62         | 32,8       | 32,8              | 77,2                 |
|        | alto     | 35         | 18,5       | 18,5              | 95,8                 |
|        | Muy Alto | 8          | 4,2        | 4,2               | 100,0                |
|        | Total    | 189        | 100,0      | 100,0             |                      |

*Fuente.* Instrumento de recolección de datos

**Figura 3**

*Nivel expresión afectiva de la pareja*



*Fuente.* Instrumento de recolección de datos

**En la Tabla 3:** En cuanto a la expresión afectiva de la pareja, el 32,8% tienen nivel promedio de expresión afectiva por parte de su pareja. Un 23,8% tienen un nivel bajo. El 20,6% tienen un nivel muy bajo. Asimismo, el 18,5% de los estudiantes experimentan un nivel alto, lo que implica que su pareja muestra una cantidad significativa de afecto. Finalmente, el 4,2% tiene un nivel muy alto, lo que significa que la pareja expresa un cariño y afecto de manera muy intensa y frecuente.

**Tabla 4**

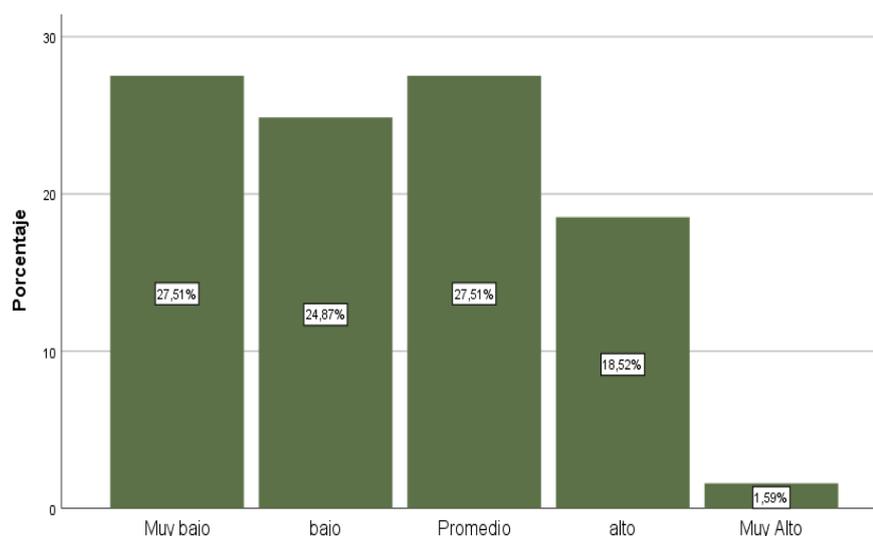
*Nivel en la dimensión modificación de planes que presentan en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023*

|        |          | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------|----------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Válido | Muy bajo | 52         | 27,5       | 27,5              | 27,5                 |
|        | bajo     | 47         | 24,9       | 24,9              | 52,4                 |
|        | Promedio | 52         | 27,5       | 27,5              | 79,9                 |
|        | alto     | 35         | 18,5       | 18,5              | 98,4                 |
|        | Muy Alto | 3          | 1,6        | 1,6               | 100,0                |
|        | Total    |            | 189        | 100,0             | 100,0                |

*Fuente.* Instrumento de recolección de datos

**Figura 4**

*Nivel de modificación de planes*



*Fuente.* Instrumento de recolección de datos

**En la Tabla 4:** Se muestra el nivel de dependencia emocional en la dimensión modificación de planes el 27,5% presenta el nivel promedio, el 27,5% muy bajo, es decir no se sienten muy afectados por ello, el 24,9% nivel bajo indicando que experimentan cierta afectación por las modificaciones en sus planes, aunque de manera no tan significativa. El 18,5% nivel alto y el 1,6% nivel muy alto. La mayor parte de los estudiantes tiene una dependencia emocional de nivel promedio o medio en relación con la modificación de sus planes, reflejando que, en general, son moderadamente afectados por los cambios en sus actividades o planes debido a su dependencia emocional.

**Tabla 5**

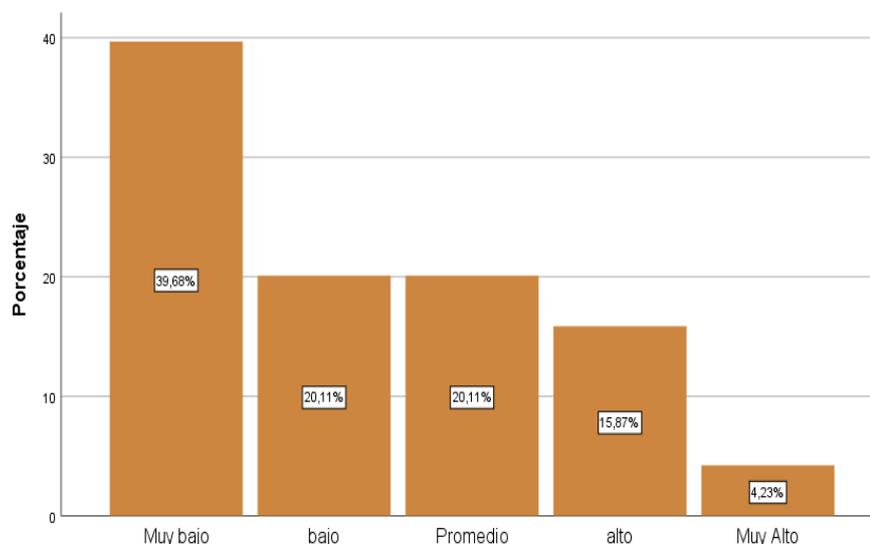
*Nivel en la dimensión miedo a la soledad que presentan en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023*

|        |          | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------|----------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Válido | Muy bajo | 75         | 39,7       | 39,7              | 39,7                 |
|        | bajo     | 38         | 20,1       | 20,1              | 59,8                 |
|        | Promedio | 38         | 20,1       | 20,1              | 79,9                 |
|        | alto     | 30         | 15,9       | 15,9              | 95,8                 |
|        | Muy Alto | 8          | 4,2        | 4,2               | 100,0                |
|        | Total    |            | 189        | 100,0             | 100,0                |

*Fuente.* Instrumento de recolección de datos

**Figura 5**

*Niveles de miedo a la soledad*



*Fuente.* Instrumento de recolección de datos

**Tabla 5:** Con respecto a los niveles de miedo a la soledad el 39,7% tiene un nivel muy bajo de miedo a la soledad, significa que se sienten bastante cómodos y no experimentan gran inquietud cuando están solos. El 20,1% muestra un nivel bajo, el 20,1% presenta un nivel promedio, lo que sugiere que tienen moderada inquietud cuando están solos. El 15,9% tiene nivel alto, solo el 4,2% muestra un nivel muy alto de miedo a estar solos, indicando que estos estudiantes tienen una gran angustia y malestar en situaciones de soledad.

**Tabla 6**

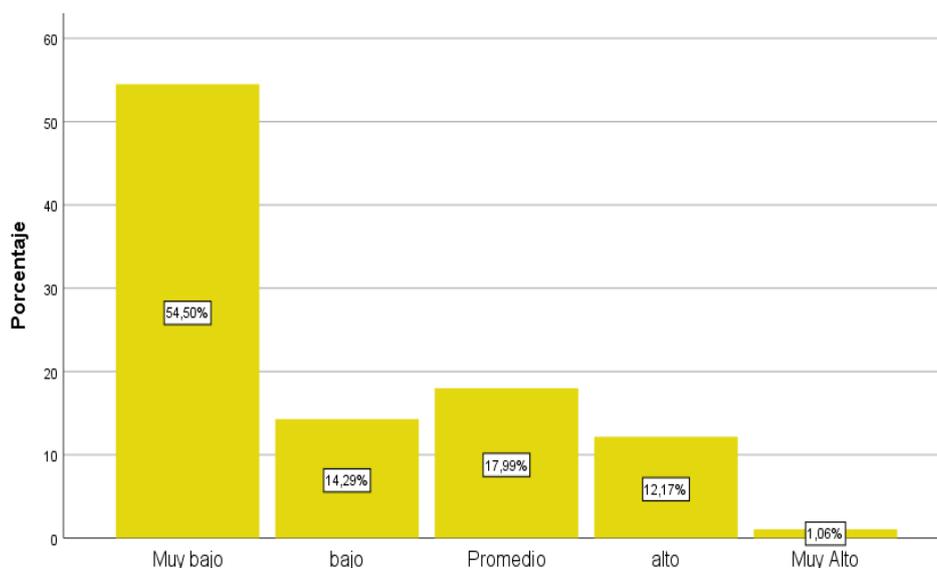
*Nivel en la dimensión expresión límite que presentan en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023*

|        |          | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------|----------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Válido | Muy bajo | 103        | 54,5       | 54,5              | 54,5                 |
|        | bajo     | 27         | 14,3       | 14,3              | 68,8                 |
|        | Promedio | 34         | 18,0       | 18,0              | 86,8                 |
|        | alto     | 23         | 12,2       | 12,2              | 98,9                 |
|        | Muy Alto | 2          | 1,1        | 1,1               | 100,0                |
|        | Total    |            | 189        | 100,0             | 100,0                |

*Fuente.* Instrumento de recolección de datos

**Figura 6**

*Nivel en la dimensión expresión límite*



*Fuente.* Instrumento de recolección de datos

**Tabla 6** Se observa que el 54,5% tiene un nivel muy bajo de expresión límite, tienden a no expresar intensamente sus emociones en situaciones extremas. El 14,3% presenta un nivel bajo. El 18% muestra un nivel promedio. El 12,2% tiene un nivel alto de expresión límite, solo el 1,1% presenta un nivel muy alto de expresión límite, sugiriendo que estos estudiantes exhiben una gran intensidad de expresión emocional en situaciones límite.

**Tabla 7**

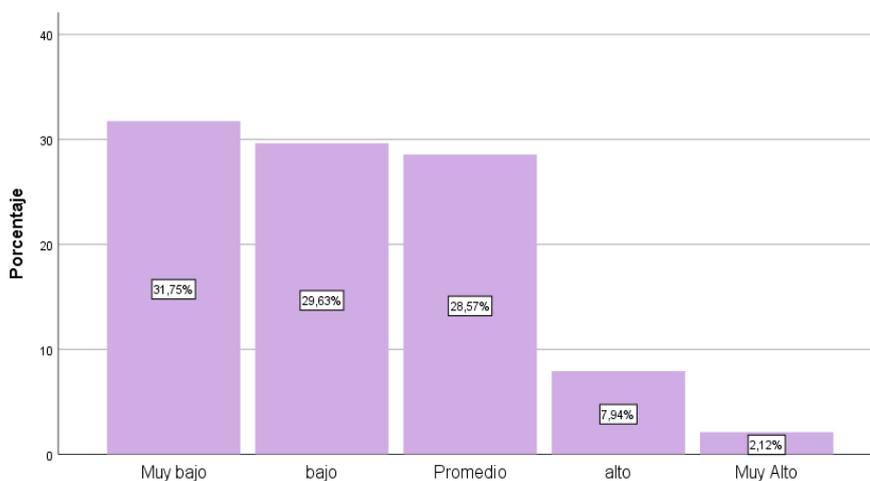
*Nivel en la dimensión búsqueda de atención que presentan en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023*

|        |          | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------|----------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Válido | Muy bajo | 60         | 31,7       | 31,7              | 31,7                 |
|        | bajo     | 56         | 29,6       | 29,6              | 61,4                 |
|        | Promedio | 54         | 28,6       | 28,6              | 89,9                 |
|        | alto     | 15         | 7,9        | 7,9               | 97,9                 |
|        | Muy Alto | 4          | 2,1        | 2,1               | 100,0                |
|        | Total    | 189        | 100,0      | 100,0             |                      |

*Fuente. Instrumento de recolección de datos*

**Figura 7**

*Niveles de búsqueda de atención.*



*Fuente. Instrumento de recolección de datos*

**Tabla 7:** Se observa que el 31,7% tienen nivel muy bajo de búsqueda de atención, lo que significa que estos estudiantes buscan poca o ninguna atención de los demás y prefieren mantener un perfil bajo. El 29,6% tienen nivel bajo. El 28,6% muestra nivel promedio indicando que tienen moderada necesidad de atención y lo buscan en un grado equilibrado. El 7,9% tiene nivel alto y son más notables en su comportamiento para atraer la atención. Solo el 2,1% presenta un nivel muy alto, lo que indica que estos estudiantes tienen una necesidad muy fuerte de ser el centro de atención y hacen grandes esfuerzos para conseguirlo.

## CAPÍTULO

### DISCUSIÓN DE RESULTADOS

El objetivo del presente estudio fue analizar los niveles de dependencia emocional entre los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco. Los resultados obtenidos revelan que, en general, los estudiantes exhiben un nivel promedio de dependencia emocional. Esto indica que una parte significativa de la muestra presenta una dependencia emocional moderada en sus relaciones interpersonales, lo cual sugiere que, aunque estos estudiantes están relativamente influenciados por sus interacciones sociales, no lo están de manera excesiva.

Estos hallazgos están en consonancia con Gómez et al. (2022), quienes realizaron una evaluación del grado de dependencia emocional en estudiantes de derecho en la Universidad Cooperativa de Villavicencio, en Colombia, y hallaron resultados similares. De manera paralela, Salvatierra (2021) llevó a cabo una investigación en la Universidad de Almería, España, concluyendo la existencia de una correlación significativa entre la autoestima y la dependencia emocional. De forma análoga, Pino y Cumbe (2020) y Daga (2022) estudiaron la relación entre la dependencia emocional y la autoestima en los estudiantes de una universidad privada en Chincha, encontrando que una baja autoestima se asocia con una mayor dependencia emocional. Rojas (2022), en su investigación titulada Dependencia emocional y autoestima en estudiantes de las Universidades de Lima Metropolitana, también halló que la dependencia emocional se correlaciona con una autoestima baja, subrayando la importancia de estas variables en el ámbito educativo y emocional de los estudiantes universitarios.

En términos de dimensiones específicas de la codependencia emocional, como la expresión afectiva, la ansiedad por separación, y la modificación de planes, los resultados sugieren que los estudiantes experimentan una dependencia emocional moderada. Sin embargo, en relación con el miedo a estar solos, los estudiantes presentan un nivel muy bajo, lo que indica una alta capacidad para manejar y aceptar la soledad sin

experimentar malestar significativo. De igual manera, el nivel de expresión límite es muy bajo, sugiriendo que los estudiantes tienden a mantener un control adecuado sobre sus emociones y no suelen manifestar sus sentimientos de manera intensa durante situaciones difíciles. Además, los niveles de búsqueda de atención también son muy bajos, lo que implica que los estudiantes prefieren mantener un perfil bajo y no buscan significativamente la atención de los demás.

Estos resultados son consistentes con los hallazgos de Campos (2022), quien investigó la dependencia emocional en las estudiantes mujeres del quinto grado de secundaria en la Institución Educativa Illathupa en Huánuco, encontrando niveles bajos en las mismas dimensiones mencionadas. En otro contexto, Rengifo (2022) examinó la correlación entre las características de la personalidad y la dependencia emocional en las mujeres víctimas de violencia atendidas en la Unidad de Atención Integral a Víctimas de Violencia (UAIVIT) Amarilis, encontrando una alta correlación entre ambas variables, lo que subraya la necesidad de enfoques psicológicos integrales para abordar la recuperación y bienestar emocional en estos casos.

Finalmente, la revisión de literatura realizada por Hilario et al. (2020) sobre la relación entre la violencia en parejas y la dependencia emocional reveló una correlación significativa entre la presencia de violencia física, psicológica o sexual en las relaciones y la dependencia emocional. Esta revisión también destacó que la violencia psicológica es una de las formas más comunes de abuso en relaciones afectadas por la dependencia emocional, y que esta problemática es más prevalente en mujeres. Congost (2013) complementa esta visión al describir la dependencia emocional como una relación perjudicial que puede hacer que las personas permanezcan en un entorno emocionalmente hostil por necesidad o miedo a la soledad. En resumen, los resultados del estudio apuntan a una dependencia emocional moderada entre los estudiantes analizados, con variaciones en diferentes dimensiones de esta dependencia. Estos hallazgos resaltan la importancia de considerar tanto la autoestima como el manejo de las emociones en el contexto educativo y emocional de los jóvenes, y sugieren que las

intervenciones deben ser adaptadas para abordar estas dinámicas de manera efectiva.

## CONCLUSIONES

Los niveles de dependencia emocional entre los estudiantes revelan que el 44,4% de ellos tienen un nivel promedio de dependencia emocional. Esto sugiere que una gran parte de la población estudiantil tiene una dependencia emocional moderada en sus relaciones, lo que significa que están razonablemente afectados por sus interacciones y relaciones, pero no de manera excesiva. Esta dependencia promedio implica que estos estudiantes equilibran sus necesidades emocionales con una cierta autonomía, manejando adecuadamente el impacto de sus relaciones en su bienestar general. La predominancia de este nivel promedio puede indicar que la mayor parte de los estudiantes se encuentran en un punto intermedio en la escala de dependencia emocional, mostrando un nivel de afecto y conexión en sus relaciones sin caer en extremos de dependencia o independencia. Esta conclusión refleja un equilibrio saludable en la mayor parte de los casos.

Con respecto a la ansiedad por separación, el 29,6% de los estudiantes presenta un nivel promedio. Esto indica que existe una proporción bastante significativa de la población estudiantil que experimenta una cantidad moderada de ansiedad cuando está separado de sus parejas o seres queridos. Este nivel promedio de ansiedad por separación indica que estos estudiantes sienten una preocupación o malestar razonable en situaciones de separación, pero no de manera extrema. La ansiedad es evidente, pero no tan intensa como para causarles un malestar extremo o desproporcionado.

En relación con los niveles de expresión afectiva de la pareja: El 32,8% de los estudiantes presenta un nivel promedio de expresión afectiva, lo que sugiere que una parte significativa de ellos experimenta una cantidad moderada de afecto y manifestaciones emocionales por parte de sus parejas. Este nivel promedio indica que la expresión de cariño y afecto en estas relaciones es equilibrada y ni excesiva ni insuficiente. En general, la predominancia del nivel promedio de expresión afectiva indica que, para muchos estudiantes, la cantidad de afecto recibido de sus parejas es adecuada y equilibrada, lo que puede contribuir a una dinámica saludable en las relaciones.

En la dimensión de modificación de planes, se observa que el 27,5% de los estudiantes tuvo un nivel promedio de dependencia emocional. Experimentan una cantidad moderada de dependencia emocional cuando se trata de adaptarse a cambios en sus planes o actividades. Este nivel promedio implica que estos estudiantes se ven afectados en una medida equilibrada por las alteraciones en sus planes, reflejando una dependencia emocional moderada en esta área. Estos estudiantes pueden sentirse algo incómodos o desestabilizados cuando sus planes cambian, pero no de manera extrema.

En relación con el miedo a estar solos, se observa que el 39,7% de los estudiantes tiene un nivel muy bajo de miedo a estar solos, que una gran parte de la población estudiantil se siente bastante cómoda con la soledad y no experimenta una preocupación significativa cuando está sola. Este nivel muy bajo de miedo a la soledad indica que estos estudiantes tienen una capacidad alta para manejar y aceptar la soledad sin que esto les cause un malestar importante. Esta resiliencia frente a la soledad puede reflejar una mayor independencia emocional y una habilidad para disfrutar del tiempo en solitario sin sentirse angustiados.

En relación con la expresión límite, el 54,5% de los estudiantes tiene un nivel muy bajo. Esto indica que más de la mitad de los estudiantes muestra una expresión muy limitada de emociones en situaciones críticas o extremas. Este nivel muy bajo de expresión límite señala que la mayor parte de los estudiantes tiende a mantener sus emociones bajo control y no manifiesta de manera intensa o visible sus sentimientos en momentos de alta tensión o dificultades. Es posible que estos estudiantes prefieren manejar sus emociones de manera interna y no expresarlas abiertamente en situaciones desafiantes.

En relación con la búsqueda de atención, el 31,7% de los estudiantes tiene un nivel muy bajo. Esto indica que una parte considerable de la población estudiantil busca muy poca o ninguna atención de los demás. Este nivel muy bajo de búsqueda de atención indica que estos estudiantes tienden a ser más reservados y menos inclinados a buscar reconocimiento o destacar en sus

interacciones sociales. Prefieren mantener un perfil bajo y no sienten una necesidad significativa de atraer la atención de los demás.

## RECOMENDACIONES

A la Universidad se sugiere que la universidad cree y ofrezca programas específicos para apoyar el bienestar emocional de los estudiantes. Estos programas deberían centrarse en enseñar habilidades para relacionarse de manera saludable con otros y fomentar la independencia emocional. Además, hacer campañas educativas sobre dependencia emocional podría ayudar a los estudiantes a reconocer y abordar este problema.

Se recomienda que los profesores y tutores sean proactivos en informar a los estudiantes sobre los recursos disponibles en la universidad, como el servicio de orientación psicológica o psicopedagogía, que puede asistir a aquellos que enfrentan problemas de dependencia emocional.

Se recomienda a los estudiantes que participen en actividades grupales, como el arte y el deporte, para mejorar sus habilidades sociales y autoestima. Además, deben acudir a las sesiones de consejería psicológica disponibles para aprender a manejar la dependencia emocional de manera efectiva.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aiquipa, T. (2012). *Diseño y validación del inventario de dependencia emocional* (Tesis de licenciatura). Universidad Mayor de San Marcos. <https://doi.org/10.15381/rinvp.v15i1.3673>
- Alberich, M. (2018). *Estudio de la relación entre la satisfacción vital y la dependencia emocional en parejas jóvenes* (Tesis de maestría). Universitat Ramon Llull. Recuperado de <https://congresestudiants.blanquerna.edu/wp-content/uploads/2018/10/ALBERICH.pdf>
- Altamirano, E. (2017). *Dependencia afectiva patológica y violencia de género en usuarios que acuden a sala de primera acogida Hospital Provincial General Docente Riobamba – Universidad Nacional de Chimborazo* (Tesis de licenciatura). Universidad Nacional de Chimborazo.
- Álvarez, S., & Maldonado, K. (2017). *Funcionamiento familiar y dependencia emocional en estudiantes universitarios* (Tesis de licenciatura). Universidad Nacional de San Agustín. <https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/3261700>
- Anicama, J. (2016). *La evaluación de la codependencia emocional: La escala ACCA en estudiantes universitarios. Acta Psicológica Peruana, 1*, 83-106. <http://revistas.autonoma.edu.pe/index.php/ACPP/article/view/47/35>
- Campos, A. (2022). *Dependencia emocional en estudiantes mujeres del quinto año de secundaria de la Institución Educativa Illathupa – Huánuco* [Tesis de licenciatura]. Universidad Nacional Hermilio Valdizán de Huánuco. <https://hdl.handle.net/20.500.13080/8365>
- Castelló, J. (2005). *Análisis del concepto dependencia emocional* I Congreso Virtual de Psiquiatría. [https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/2656/castillo\\_he?sequence](https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/2656/castillo_he?sequence)

- Celis, R. (2016). *Perfil emocional de estudiantes de enfermería en el inicio de las prácticas clínicas* (Tesis de licenciatura). Universidad de Huánuco.  
<https://repositorio.usanpedro.edu.pe/server/api/core/bitstreams/912fc6c9-d5dc-4626-b38b-7aa538d24f0a/content>
- Congost, S. (2011). *Manual de dependencia emocional afectiva*.  
<https://www.psicok.es/guias/dependencia-emocional-afectiva>
- Cristóbal, H., & Ramos, L. (2018). *Inteligencia emocional y rendimiento académico de estudiantes de Psicología*. Universidad Nacional Hermilio Valdizán. <https://repositorio.unheval.edu.pe/item/131a3df5-6ec6-43d8-9764-4b1c6a0a2bbe>
- Daga, J. (2022). *Autoestima y dependencia emocional en estudiantes de una universidad privada de Chíncha* [Tesis de licenciatura]. Universidad Privada de Chíncha. <https://repositorio.upsjb.edu.pe/item/1f723bc4-af70-490f-8f56-053cd9295783>
- Frisancho, R., & Quiroz, J. (2015). *Dependencia emocional hacia la pareja en estudiantes universitarios hijos únicos*. Universidad Católica de Santa María. <https://repositorio.ucsm.edu.pe/items/e0f1fdb7-301e-404c-8626-a79baf2014b7>
- Gómez, J., Félix, D., & Infante, K. (2022). *Dependencia emocional en estudiantes de la facultad de Derecho de la Universidad Cooperativa de Colombia sede Villavicencio* (Tesis de licenciatura). Universidad Cooperativa de Colombia, Sede Villavicencio. <https://repository.ucc.edu.co/entities/publication/28dbd4b6-0681-4cd5-a8ce-6c0bbf8dc41f>
- Hernández, R., & Sampieri, R. (2007). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill.  
<http://187.191.86.244/rceis/registro/Methodolog%C3%ADa%20de%20a%20Investigaci%C3%B3n%20SAMPIERI.pdf>
- Hernández, R., & Sampieri, R. (2018). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill. <https://virtual.cuautitlan.unam.mx/rudics/?p=2612>

- Hilario, G., Izquierdo, J., Valdez, V., & Ríos, C. (2020). *Dependencia emocional y su relación con la violencia en parejas. Una aproximación descriptiva a la revisión de literatura*. *Desafíos*, 11(2), 165–170. <http://revistas.udh.edu.pe/index.php/udh/article/view/211e>
- Mallma, N. (2014). *Relaciones intrafamiliares y dependencia emocional en estudiantes de psicología*. Centro de Formación Superior de Lima Sur, Universidad Autónoma del Perú. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/96>
- Papalia, D., Wendkos, S., & Duskin, R. (2009). *Psicología del desarrollo* (11.ª ed.). McGraw Hill. [https://www.academia.edu/12711436/Papalia\\_Wendkos\\_y\\_Duskin\\_Psicolog%C3%ADa\\_del\\_desarrollo\\_11\\_edic\\_Mc\\_Graw\\_Hill](https://www.academia.edu/12711436/Papalia_Wendkos_y_Duskin_Psicolog%C3%ADa_del_desarrollo_11_edic_Mc_Graw_Hill)
- Picoy, J. (2015). *Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes*. Facultad de Psicología, Universidad Nacional Hermilio Valdizán. <https://repositorio.unheval.edu.pe/item/60b4b5d2-81bc-4198-a511-b5a5d90fd902>
- Pino, J., & Cumbe, A. (2020). *Dependencia emocional en relación de pareja en estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca* [Tesis de licenciatura]. Universidad de Cuenca. <https://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/34975>
- Rengifo, D. (2022). *Dependencia emocional y características de la personalidad en mujeres víctimas de violencia familiar atendidas en la UAIVIT Amarilis* [Tesis de licenciatura]. Universidad de Huánuco. <https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/9402172>
- Rojas, K. S. (2022). *Dependencia emocional y autoestima en estudiantes de las Universidades de Lima Metropolitana* [Tesis de licenciatura]. Universidad Privada del Norte.
- Salvatierra, Y. (2021). *Dependencia emocional en las parejas sentimentales de edad adulta y su relación con la autoestima* (Tesis de maestría). Universidad de Almería, España.

- Serrano, A. (2020). *Qué es la dependencia emocional* Psicología y Mente. <https://psicologiaymente.com/clinica/dependencia-emocional>
- Tello, J. (2016). *Autoestima y dependencia emocional en los adolescentes de tercero de Bachillerato* [Tesis de licenciatura]. Universidad Técnica de Ambato.
- Tigasi, P. (2017). *Autoestima y dependencia emocional en estudiantes de primeros semestres* (Tesis de licenciatura). Universidad Técnica de Cotopaxi. <https://repositorio.uta.edu.ec/items/692b6a1e-d152-49fa-9b45-17fe0c9ff81b>
- Urbiola, I., & Estévez, A. (2015). *Dependencia emocional y esquemas des adaptativos tempranos en el noviazgo de jóvenes y adolescentes. Psicología Conductual, 23(3), 571-587.* [https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2018/10/09.Urbiola\\_23-3.pdf](https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2018/10/09.Urbiola_23-3.pdf)
- Ventura & Caycho (2016). *Análisis psicométrico de una escala de dependencia emocional en universitarios peruanos.* Universidad San Martín de Porres.

### **COMO CITAR ESTE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN**

Verástegui Malpartida, J. (2025). *Dependencia emocional en los estudiantes de Psicología del noveno al décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023* [Tesis de pregrado, Universidad de Huánuco]. Repositorio Institucional UDH. <http://...>

## **ANEXOS**

## ANEXO 1

### MATRIZ DE CONSISTENCIA

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN LOS ESTUDIANTES DE PSICOLOGÍA DEL NOVENO Y DÉCIMO CICLO DE LA UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO, 2023

| PROBLEMA  | OBJETIVO   | HIPÓTESIS   | VARIABLES Y DIMENSIONES  | METODOLOGÍA  | MUESTRA  | TÉCNICAS E INSTRUMENTOS  |
|---|--|---|--|--|--|--|
| <p><b>PROBLEMA GENERAL</b><br/>¿Cuál es el nivel de dependencia emocional en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023?</p> <p><b>PROBLEMAS ESPECÍFICOS</b><br/>¿Cuál es el nivel de dependencia emocional en la dimensión ansiedad de separación que presentan en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023?</p> | <p><b>OBJETIVO GENERAL</b><br/>¿Determinar el nivel de dependencia emocional que presentan en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023?</p> <p><b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b><br/>Identificar el nivel de dependencia emocional en la dimensión de ansiedad de separación que presentan en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la</p> | <p><b>HIPÓTESIS GENERAL</b><br/>Hi: La dependencia emocional es significativa en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023</p> <p>Ho: La dependencia emocional no es significativa en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023</p> <p><b>HIPÓTESIS ESPECÍFICOS</b><br/>Hi La dependencia emocional en la</p> | <p><b>VARIABLE:</b><br/>Dependencia emocional</p> <p><b>DIMENSIONES:</b><br/>Ansiedad de separación<br/>Expresión afectiva<br/>Modificación de planes<br/>Miedo a la soledad<br/>Expresión Límite<br/>Búsqueda de atención</p> | <p>Tipo de Investigación: Básica</p> <p>Enfoque: Cuantitativa</p> <p>Alcance o Nivel: descriptivo</p> <p>Diseño: Descriptivo</p> <p>Esquema: M – O</p> <p>Donde: Muestra: Estudiantes en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco.</p> | <p>Población: La población lo conformaron 189 estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco. Muestra censal lo conformaron el total de alumnos</p> <p>Criterios de selección<br/>Criterio de inclusión<br/>estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, Alumnos que firmaron el consentimiento informado</p> <p>Criterios de exclusión<br/>Alumnos que no pertenecían al noveno y décimo ciclo de psicología de la Universidad de Huánuco, Alumnos que no firmaron el consentimiento informado</p> | <p>Técnica: Psicometría</p> <p>Cuestionario de: Escala dependencia emocional</p> <p>Autor: Lemos M. y Londoño, 2006.</p> |

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| <p>¿Cuál es el nivel de dependencia emocional en la dimensión expresión afectiva que presentan en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023?</p>     | <p>Universidad de Huánuco,2023. Describir el nivel de dependencia emocional en la dimensión expresión afectiva que presentan en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco,2023.</p>      | <p>dimensión de ansiedad de separación es en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023</p> <p>Ho La dependencia emocional en la dimensión ansiedad de separación no es significativa en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023</p> | <p>O: Observación: Estudiantes que no dependencia asistieron por algún otro emocional de los motivo alumnos</p> |
| <p>¿Cuál es el nivel de dependencia emocional en la dimensión modificación de planes que presentan en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023?</p> | <p>Universidad de Huánuco,2023. Describir el nivel de dependencia emocional en la dimensión modificación de planes que presentan en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023.</p> | <p>Hi La dependencia emocional en la dimensión expresión afectiva es significativa en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023</p>  |   |
| <p>¿Cuál es el nivel de dependencia emocional en la dimensión miedo a la soledad que presentan en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023?</p>     | <p>Universidad de Huánuco, 2023. Describir el nivel de dependencia emocional en la dimensión miedo a la soledad que presentan en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023.</p>    | <p>Hi La dependencia emocional en la dimensión expresión afectiva es significativa en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023</p>  |   |

---

|  |   |  |
|--|---|--|
| <p>noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023?</p>   | <p>estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023.</p>  | <p>Ho La dependencia emocional en la dimensión de expresión afectiva no es significativa en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023</p>   |
| <p>¿Cuál es el nivel de dependencia emocional en la dimensión de expresión límite que presentan en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023?</p>     | <p>Identificar el nivel de dependencia emocional en la dimensión de expresión límite que presentan en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023</p>    | <p>Hi La dependencia emocional en la dimensión de modificación de planes es significativa en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023.</p> |
| <p>¿Cuál es el nivel de dependencia emocional en la dimensión de búsqueda de atención que presentan en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023?</p> | <p>Describir el nivel de dependencia emocional en la dimensión de búsqueda de atención que presentan en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023.</p> | <p>Ho La dependencia emocional en la dimensión de modificación de planes no es significativa en los estudiantes de</p>   |

---

---

psicología del  
noven y décimo  
ciclo de la  
Universidad de  
Huánuco, 2023.

Hi La  
dependencia  
emocional en la  
dimensión miedo a  
la soledad es  
significativa en los  
estudiantes de  
psicología del  
noven y décimo  
ciclo de la  
Universidad de  
Huánuco, 2023.

Ho La  
dependencia  
emocional en la  
dimensión miedo a  
la soledad no es  
significativa en los  
estudiantes de  
psicología del  
noven y décimo  
ciclo de la  
Universidad de  
Huánuco, 2023

Hi La dependencia  
emocional en la  
dimensión  
expresión límite es  
significativa en los

---

---

estudiantes de  
psicología del  
noven y décimo  
ciclo de la  
Universidad de  
Huánuco, 2023

Ho La  
dependencia  
emocional en la  
dimensión  
expresión límite no  
es significativa en  
los estudiantes de  
psicología del  
noven y décimo  
ciclo de la  
Universidad de  
Huánuco, 2023.

Hi La dependencia  
emocional en la  
dimensión  
búsqueda de  
atención es  
significativa en los  
estudiantes de  
psicología del  
noven y décimo  
ciclo de la  
Universidad de  
Huánuco, 2023.

Ho La  
dependencia  
emocional en la  
dimensión  
búsqueda de

---

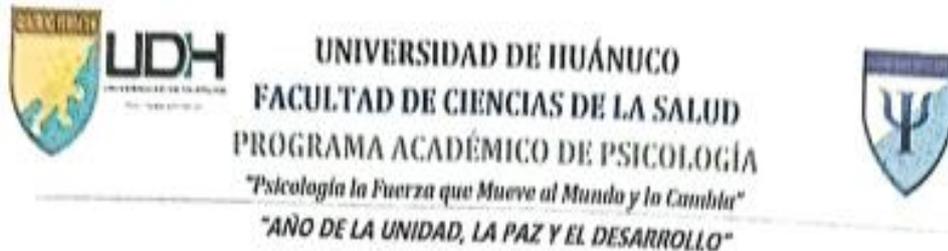
---

atención no es significativa en los estudiantes de psicología del noveno y décimo ciclo de la Universidad de Huánuco, 2023.

---

## ANEXO 2

### VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO



Huánuco 20 de setiembre de 2023

SEÑORA:

VERASTEGUI MALPARTIDA JOHANA EVELING

Le reitero un cordial saludo y a su vez visto la solicitud presentada, que solicita autorización para la aplicación de instrumento para su Trabajo de Investigación titulado **"DEPENDENCIA EMOCIONAL EN LOS ESTUDIANTES DE PSICOLOGIA DEL NOVENO AL DECIMO CICLO DE LA UNIVERSIDAD DE HUANUCO - 2023"**, es grato informarle que **TIENE LA AUTORIZACIÓN**, para la ejecución de su trabajo de Investigación durante el semestre académico 2023-2.

Se expide el presente documento a solicitud del interesado, para fines que estime conveniente.

Atentamente,

UNIVERSIDAD DE HUÁNUCO  
V. Karina Vanessa Diestro Caloretti  
COORDINADORA E. P. PSICOLOGÍA



### FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

Título de la Investigación:

- I. DATOS INFORMATIVOS DEL EXPERTO VALIDADOR  
Apellidos y Nombres : *Vela Ramirez Petita*  
Cargo o Institución donde labora: *Universidad de Huánuco - Docente*  
Grado : *Magister*  
Nombre del Instrumento de Evaluación:

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO:

| Indicadores       | Criterios   | Valoración |    |
|-------------------|---|------------|----|
|                   |   | SI         | NO |
| Claridad          | Los indicadores están formulados con un lenguaje apropiado y claro.                         | X          |    |
| Objetividad       | Los indicadores que se están midiendo están expresados en conductas observables.            | X          |    |
| Contextualización | El problema que se está investigando está adecuado al avance de la ciencia y la tecnología. | X          |    |
| Organización      | Los ítems guardan un criterio de organización lógica.                                       | X          |    |
| Cobertura         | Abarca todos los aspectos en cantidad y calidad   | X          |    |
| Intencionalidad   | Sus instrumentos son adecuados para valorar aspectos de las estrategias                     | X          |    |
| Consistencia      | Sus dimensiones e indicadores están basados en aspectos teórico científicos                 | X          |    |
| Coherencia        | Existe coherencia entre los indicadores y las dimensiones de su variable                    | X          |    |
| Metodología       | La estrategia que se está utilizando responde al propósito de la investigación              | X          |    |
| Oportunidad       | El instrumento será aplicado en el momento oportuno o más adecuado                          | X          |    |

III. OPINIÓN GENERAL DEL EXPERTO ACERCA DE LOS INSTRUMENTOS:

IV. RECOMENDACIONES

M. PETITA VELA RAMIREZ  
PSICÓLOGA  
C.Ps.P. 33969

Firma del experto  
DNI: *71550799*

**FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN**

Título de la Investigación:

**I. DATOS INFORMATIVOS DEL EXPERTO VALIDADOR**

Apellidos y Nombres : *FERRAZ-DAVILA ALVARO, JORGE*  
 Cargo o Institución donde labora: *DECANO UNIVERSITARIO*  
 Grado : *MAESTRO*  
 Nombre del Instrumento de Evaluación: *DEPENDENCIA EMOCIONAL*

**II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO:**

| Indicadores       | Criterios   | Valoración |    |
|-------------------|---|------------|----|
|                   |   | SI         | NO |
| Claridad          | Los indicadores están formulados con un lenguaje apropiado y claro.                         | ✓          |    |
| Objetividad       | Los indicadores que se están midiendo están expresados en conductas observables.            | ✓          |    |
| Contextualización | El problema que se está investigando está adecuado al avance de la ciencia y la tecnología. | ✓          |    |
| Organización      | Los Items guardan un criterio de organización lógica.                                       | ✓          |    |
| Cobertura         | Abarca todos los aspectos en cantidad y calidad   | ✓          |    |
| Intencionalidad   | Sus instrumentos son adecuados para valorar aspectos de las estrategias                     | ✓          |    |
| Consistencia      | Sus dimensiones e indicadores están basados en aspectos teórico científicos                 | ✓          |    |
| Coherencia        | Existe coherencia entre los indicadores y las dimensiones de su variable                    | ✓          |    |
| Metodología       | La estrategia que se está utilizando responde al propósito de la investigación              | ✓          |    |
| Oportunidad       | El instrumento será aplicado en el momento oportuno o más adecuado                          | ✓          |    |

**III. OPINIÓN GENERAL DEL EXPERTO ACERCA DE LOS INSTRUMENTOS:**
**IV. RECOMENDACIONES**

M<sup>g</sup>. Jorge Ferraz Davila Alvaro  
 PSICÓLOGO C<sup>o</sup> N<sup>o</sup> 11889

Firma del experto

 DNI: *41906174*

FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

Título de la Investigación:

I. DATOS INFORMATIVOS DEL EXPERTO VALIDADOR

Apellidos y Nombres : *Isolina Puc Puc*  
 Cargo o Institución donde labora: *Universidad de Huánuco - Decano*  
 Grado : *Magister*  
 Nombre del Instrumento de Evaluación:

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO:

| Indicadores       | Criterios   | Valoración |    |
|-------------------|---|------------|----|
|                   |   | SI         | NO |
| Claridad          | Los indicadores están formulados con un lenguaje apropiado y claro.                         | X          |    |
| Objetividad       | Los indicadores que se están midiendo están expresados en conductas observables.            | Y          |    |
| Contextualización | El problema que se está investigando está adecuado al avance de la ciencia y la tecnología. | Y          |    |
| Organización      | Los ítems guardan un criterio de organización lógica.                                       | Y          |    |
| Cobertura         | Abarca todos los aspectos en cantidad y calidad   | Y          |    |
| Intencionalidad   | Sus instrumentos son adecuados para valorar aspectos de las estrategias                     | Y          |    |
| Consistencia      | Sus dimensiones e indicadores están basados en aspectos teórico científicos                 | X          |    |
| Coherencia        | Existe coherencia entre los indicadores y las dimensiones de su variable                    | X          |    |
| Metodología       | La estrategia que se está utilizando responde al propósito de la investigación              | X          |    |
| Oportunidad       | El instrumento será aplicado en el momento oportuno o más adecuado                          | X          |    |

III. OPINIÓN GENERAL DEL EXPERTO ACERCA DE LOS INSTRUMENTOS:

IV. RECOMENDACIONES

Firma del experto  
 DNI: 45532971

## ANEXO 3

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

#### CONSENTIMIENTO INFORMADO CUESTIONARIO (CDE)

Estimado alumno / Alumna reciba un cordial saludo, soy alumna de la Facultad de Psicología de la Universidad de Huánuco, mi nombre es Verastegui Malpartida, Johana Eveling; debido a la realización de una investigación para mi tesis denominada " **DEPENDENCIA EMOCIONAL EN LOS ESTUDIANTES DE PSICOLOGIA DEL NOVENO AL DECIMO CICLO DE LA UNIVERSIDAD DE HUANUCO-2023**"; requerimos de su ayuda, de manera que puedan resolver el cuestionario que presento a continuación. Así mismo, es necesario mencionar que la información que se recoja será anónima y confidencial, ya que solo se usarán los datos con fines propios del estudio realizado. No hay límite de tiempo para contestar los Cuestionarios. No hay respuestas correctas o erróneas. Será útil en la medida que sea sincero/a en sus respuestas. Como muestra de mi conformidad:

Acepto (  )



No acepto (  )

### CONSENTIMIENTO INFORMADO CUESTIONARIO (CDE)

Estimado alumno / Alumna reciba un cordial saludo, soy alumna de la Facultad de Psicología de la Universidad de Huánuco, mi nombre es Verastegui Malpartida, Johana Eveling; debido a la realización de una investigación para mi tesis denominada " **DEPENDENCIA EMOCIONAL EN LOS ESTUDIANTES DE PSICOLOGIA DEL NOVENO AL DECIMO CICLO DE LA UNIVERSIDAD DE HUANUCO-2023**", requerimos de su ayuda, de manera que puedan resolver el cuestionario que presento a continuación. Así mismo, es necesario mencionar que la información que se recoja será anónima y confidencial, ya que solo se usarán los datos con fines propios del estudio realizado. No hay límite de tiempo para contestar los Cuestionarios. No hay respuestas correctas o erróneas. Será útil en la medida que sea sincero/a en sus respuestas. Como muestra de mi conformidad:

Acepto (  )



No acepto (  )

### CONSENTIMIENTO INFORMADO CUESTIONARIO (CDE)

Estimado alumno / Alumna reciba un cordial saludo, soy alumna de la Facultad de Psicología de la Universidad de Huánuco, mi nombre es Verastegui Malpartida, Johana Eveling; debido a la realización de una investigación para mi tesis denominada " **DEPENDENCIA EMOCIONAL EN LOS ESTUDIANTES DE PSICOLOGIA DEL NOVENO AL DECIMO CICLO DE LA UNIVERSIDAD DE HUANUCO-2023**"; requerimos de su ayuda, de manera que puedan resolver el cuestionario que presento a continuación. Así mismo, es necesario mencionar que la información que se recoja será anónima y confidencial, ya que solo se usarán los datos con fines propios del estudio realizado. No hay límite de tiempo para contestar los Cuestionarios. No hay respuestas correctas o erróneas. Será útil en la medida que sea sincero/a en sus respuestas. Como muestra de mi conformidad:

Acepto (  )



No acepto (  )

## ANEXO 4 INSTRUMENTO

Edad: ... 23 años

Lemos M. & Londoño, N. H. (2006)

Sexo: ... F...

**Instrucciones:**

Usted encontrará unas afirmaciones que una persona podría usar para describirse a sí misma. Por favor, lea cada frase y decida que tan bien lo(a) describe. Cuando no esté seguro(a), base su respuesta en lo que usted siente, no en lo que usted piense que es correcto. Elija el puntaje más alto de 1 a 6 que mejor lo(a) describa según la siguiente escala:

| 1                         | 2   | 3                                   | 4                             | 5                              | 6   |
|---------------------------|---|-------------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|---|
| Completamente falso de mí | La mayor parte falso de mí  | Ligeramente más verdadero que falso | Moderadamente verdadero de mí | La mayor parte verdadero de mí | Me describe Perfectamente                     |
| 1.                        | Me siento desamparado cuando estoy solo   |                                     |                               |                                | <input checked="" type="checkbox"/> 2 3 4 5 6 |
| 2.                        | Me preocupa la idea de ser abandonado por mi pareja   |                                     |                               |                                | <input checked="" type="checkbox"/> 2 3 4 5 6 |
| 3.                        | Para atraer a mi pareja busco deslumbrarla o divertirla   |                                     |                               |                                | <input checked="" type="checkbox"/> 2 3 4 5 6 |
| 4.                        | Hago todo lo posible por ser el centro de atención en la vida de mi pareja                        |                                     |                               |                                | <input checked="" type="checkbox"/> 2 3 4 5 6 |
| 5.                        | Necesito constantemente expresiones de afecto de mi pareja  |                                     |                               |                                | <input checked="" type="checkbox"/> 2 3 4 5 6 |
| 6.                        | Si mi pareja no llama o no aparece a la hora acordada me angustia pensar que está enojada conmigo |                                     |                               |                                | 1 2 3 <input checked="" type="checkbox"/> 5 6 |
| 7.                        | Cuando mi pareja debe ausentarse por algunos días me siento angustiado                            |                                     |                               |                                | <input checked="" type="checkbox"/> 2 3 4 5 6 |
| 8.                        | Cuando discuto con mi pareja me preocupa que deje de quererme                                     |                                     |                               |                                | <input checked="" type="checkbox"/> 2 3 4 5 6 |
| 9.                        | He amenazado con hacerme daño para que mi pareja no me deje                                       |                                     |                               |                                | <input checked="" type="checkbox"/> 2 3 4 5 6 |
| 10.                       | Soy alguien necesitado y débil  |                                     |                               |                                | <input checked="" type="checkbox"/> 2 3 4 5 6 |
| 11.                       | Necesito demasiado que mi pareja sea expresiva conmigo  |                                     |                               |                                | <input checked="" type="checkbox"/> 2 3 4 5 6 |
| 12.                       | Necesito tener a una persona para quien yo sea más especial que los demás                         |                                     |                               |                                | <input checked="" type="checkbox"/> 2 3 4 5 6 |
| 13.                       | Cuando tengo una discusión con mi pareja me siento vacío  |                                     |                               |                                | 1 2 3 <input checked="" type="checkbox"/> 5 6 |
| 14.                       | Me siento muy mal si mi pareja no me expresa constantemente el afecto                             |                                     |                               |                                | <input checked="" type="checkbox"/> 2 3 4 5 6 |
| 15.                       | Siento temor a que mi pareja me abandone  |                                     |                               |                                | <input checked="" type="checkbox"/> 2 3 4 5 6 |
| 16.                       | Si mi pareja me propone un programa dejo todas las actividades que tenga para estar con ella      |                                     |                               |                                | <input checked="" type="checkbox"/> 2 3 4 5 6 |
| 17.                       | Si desconozco donde está mi pareja me siento intranquilo  |                                     |                               |                                | 1 2 3 <input checked="" type="checkbox"/> 5 6 |
| 18.                       | Siento una fuerte sensación de vacío cuando estoy solo  |                                     |                               |                                | <input checked="" type="checkbox"/> 2 3 4 5 6 |
| 19.                       | No tolero la soledad  |                                     |                               |                                | <input checked="" type="checkbox"/> 2 3 4 5 6 |
| 20.                       | Soy capaz de hacer cosas temerarias, hasta arriesgar mi vida, por conservar el amor del otro      |                                     |                               |                                | <input checked="" type="checkbox"/> 2 3 4 5 6 |
| 21.                       | Si tengo planes y mi pareja aparece los cambio sólo por estar con ella                            |                                     |                               |                                | <input checked="" type="checkbox"/> 2 3 4 5 6 |
| 22.                       | Me alejo demasiado de mis amigos cuando tengo una relación de pareja                              |                                     |                               |                                | <input checked="" type="checkbox"/> 2 3 4 5 6 |
| 23.                       | Me divierto solo cuando estoy con mi pareja   |                                     |                               |                                | <input checked="" type="checkbox"/> 2 3 4 5 6 |

SP  
Baja

Edad: 19.....

Sexo: f.....

**Instrucciones:**

Usted encontrará unas afirmaciones que una persona podría usar para describirse a sí misma.

Por favor, lea cada frase y decida que tan bien lo(a) describe. Cuando no esté seguro(a), base su respuesta en lo que usted siente, no en lo que usted piense que es correcto. Elija el puntaje más alto de 1 a 6 que mejor lo(a) describa según la siguiente escala:

| 1                         | 2   | 3                                   | 4                             | 5                              | 6                         |
|---------------------------|---|-------------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|---------------------------|
| Completamente falso de mí | La mayor parte falso de mí  | Ligeramente más verdadero que falso | Moderadamente verdadero de mí | La mayor parte verdadero de mí | Me describe Perfectamente |
| 1.                        | Me siento desamparado cuando estoy solo   |                                     |                               |                                | 1 2 3 4 5 6               |
| 2.                        | Me preocupa la idea de ser abandonado por mi pareja   |                                     |                               |                                | 1 2 3 4 5 6               |
| 3.                        | Para atraer a mi pareja busco deslumbrada o divertirla  |                                     |                               |                                | 1 2 3 4 5 6               |
| 4.                        | Hago todo lo posible por ser el centro de atención en la vida de mi pareja                        |                                     |                               |                                | 1 2 3 4 5 6               |
| 5.                        | Necesito constantemente expresiones de afecto de mi pareja  |                                     |                               |                                | 1 2 3 4 5 6               |
| 6.                        | Si mi pareja no llama o no aparece a la hora acordada me angustia pensar que está enojada conmigo |                                     |                               |                                | 1 2 3 4 5 6               |
| 7.                        | Cuando mi pareja debe ausentarse por algunos días me siento angustiado                            |                                     |                               |                                | 1 2 3 4 5 6               |
| 8.                        | Cuando discuto con mi pareja me preocupa que deje de quererme                                     |                                     |                               |                                | 1 2 3 4 5 6               |
| 9.                        | He amenazado con hacerme daño para que mi pareja no me deje                                       |                                     |                               |                                | 1 2 3 4 5 6               |
| 10.                       | Soy alguien necesitado y débil  |                                     |                               |                                | 1 2 3 4 5 6               |
| 11.                       | Necesito demasiado que mi pareja sea expresiva conmigo  |                                     |                               |                                | 1 2 3 4 5 6               |
| 12.                       | Necesito tener a una persona para quien yo sea más especial que los demás                         |                                     |                               |                                | 1 2 3 4 5 6               |
| 13.                       | Cuando tengo una discusión con mi pareja me siento vacío  |                                     |                               |                                | 1 2 3 4 5 6               |
| 14.                       | Me siento muy mal si mi pareja no me expresa constantemente el afecto                             |                                     |                               |                                | 1 2 3 4 5 6               |
| 15.                       | Siento temor a que mi pareja me abandone  |                                     |                               |                                | 1 2 3 4 5 6               |
| 16.                       | Si mi pareja me propone un programa dejo todas las actividades que tenga para estar con ella      |                                     |                               |                                | 1 2 3 4 5 6               |
| 17.                       | Si desconozco donde está mi pareja me siento intranquilo  |                                     |                               |                                | 1 2 3 4 5 6               |
| 18.                       | Siento una fuerte sensación de vacío cuando estoy solo  |                                     |                               |                                | 1 2 3 4 5 6               |
| 19.                       | No tolero la soledad  |                                     |                               |                                | 1 2 3 4 5 6               |
| 20.                       | Soy capaz de hacer cosas temerarias, hasta arriesgar mi vida, por conservar el amor del otro      |                                     |                               |                                | 1 2 3 4 5 6               |
| 21.                       | Si tengo planes y mi pareja aparece los cambio sólo por estar con ella                            |                                     |                               |                                | 1 2 3 4 5 6               |
| 22.                       | Me alejo demasiado de mis amigos cuando tengo una relación de pareja                              |                                     |                               |                                | 1 2 3 4 5 6               |
| 23.                       | Me divierto solo cuando estoy con mi pareja   |                                     |                               |                                | 1 2 3 4 5 6               |

83  
Pineda

Lemos M. & Londoño, N. H. (2006)

Edad: ...22...

Sexo: ...F...

**Instrucciones:**

Usted encontrará unas afirmaciones que una persona podría usar para describirse a sí misma. Por favor, lea cada frase y decida que tan bien lo(a) describe. Cuando no esté seguro(a), base su respuesta en lo que usted siente, no en lo que usted piense que es correcto. Elija el puntaje más alto de 1 a 6 que mejor lo(a) describa según la siguiente escala:

| 1)                        | 2   | 3                                   | 4                             | 5                              | 6                         |
|---------------------------|---|-------------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|---------------------------|
| Completamente falso de mi | La mayor parte falso de mí  | Ligeramente más verdadero que falso | Moderadamente verdadero de mí | La mayor parte verdadero de mí | Me describe Perfectamente |
| 1.                        | Me siento desamparado cuando estoy solo   |                                     |                               |                                | 1 2 3 4 5 6               |
| 2.                        | Me preocupa la idea de ser abandonado por mi pareja   |                                     |                               |                                | X 2 3 4 5 6               |
| 3.                        | Para atraer a mi pareja busco deslumbrarla o divertirla   |                                     |                               |                                | X 2 3 4 5 6               |
| 4.                        | Hago todo lo posible por ser el centro de atención en la vida de mi pareja                        |                                     |                               |                                | X 2 3 4 5 6               |
| 5.                        | Necesito constantemente expresiones de afecto de mi pareja  |                                     |                               |                                | X 2 3 4 5 6               |
| 6.                        | Si mi pareja no llama o no aparece a la hora acordada me angustia pensar que está enojada conmigo |                                     |                               |                                | X 2 3 4 5 6               |
| 7.                        | Cuando mi pareja debe ausentarse por algunos días me siento angustiado                            |                                     |                               |                                | X 2 3 4 5 6               |
| 8.                        | Cuando discuto con mi pareja me preocupa que deje de quererme                                     |                                     |                               |                                | X 2 3 4 5 6               |
| 9.                        | He amenazado con hacerme daño para que mi pareja no me deje                                       |                                     |                               |                                | X 2 3 4 5 6               |
| 10.                       | Soy alguien necesitado y débil  |                                     |                               |                                | X 2 3 4 5 6               |
| 11.                       | Necesito demasiado que mi pareja sea expresiva conmigo  |                                     |                               |                                | X 2 3 4 5 6               |
| 12.                       | Necesito tener a una persona para quien yo sea más especial que los demás                         |                                     |                               |                                | X 2 3 4 5 6               |
| 13.                       | Cuando tengo una discusión con mi pareja me siento vacío  |                                     |                               |                                | 1 X 3 4 5 6               |
| 14.                       | Me siento muy mal si mi pareja no me expresa constantemente el afecto                             |                                     |                               |                                | X 2 3 4 5 6               |
| 15.                       | Siento temor a que mi pareja me abandone  |                                     |                               |                                | 1 X 3 4 5 6               |
| 16.                       | Si mi pareja me propone un programa dejo todas las actividades que tenga para estar con ella      |                                     |                               |                                | X 2 3 4 5 6               |
| 17.                       | Si desconozco donde está mi pareja me siento intranquilo  |                                     |                               |                                | 1 X 3 4 5 6               |
| 18.                       | Siento una fuerte sensación de vacío cuando estoy solo  |                                     |                               |                                | 1 X 3 4 5 6               |
| 19.                       | No tolero la soledad  |                                     |                               |                                | X 2 3 4 5 6               |
| 20.                       | Soy capaz de hacer cosas temerarias, hasta arriesgar mi vida, por conservar el amor del otro      |                                     |                               |                                | X 2 3 4 5 6               |
| 21.                       | Si tengo planes y mi pareja aparece los cambio sólo por estar con ella                            |                                     |                               |                                | 1 X 3 4 5 6               |
| 22.                       | Me alejo demasiado de mis amigos cuando tengo una relación de pareja                              |                                     |                               |                                | X 2 3 4 5 6               |
| 23.                       | Me divierto solo cuando estoy con mi pareja   |                                     |                               |                                | X 2 3 4 5 6               |

31 Bajo

## ANEXO 5 FOTOGRAFÍAS

