

UADE
UNA GRAN UNIVERSIDAD



Universidad Argentina de la Empresa

Facultad de Ciencias de la Salud

Licenciatura en Psicología

Trabajo de Integración Final

Relación entre dependencia emocional y esquemas tempranos

desadaptativos en adultos argentinos de 18 a 60 años

Alumna: Yamila Giselle Vesque

LU.: 1038753

Tutor: Dr. Ricardo Papaleo

Firma:

Septiembre de 2021

Resumen

El presente estudio tuvo como objetivo identificar la relación entre la dependencia emocional y los esquemas tempranos desadaptativos en una muestra de población general argentina de 18 a 60 años de edad. Se realizó un estudio cuantitativo, transversal descriptivo y correlacional, con una muestra no probabilística con un total de 585 participantes, abarcando el 38,63% hombres y el 61,37 % mujeres. **Instrumentos:** Para medir la dependencia emocional se utilizó la Escala de Dependencia Emocional ACCA (Anicama et al., 2014), para medir los esquemas desadaptativos tempranos el Cuestionario de Esquemas de Young Forma reducida (Schema Questionnaire short Form, 1999) (YSQ-SF) y un cuestionario sociodemográfico. **Resultados:** Se hallaron relaciones significativas en ambas variables, además de diferencias significativas en las distinciones por género y edad. Los esquemas desadaptativos tempranos se relacionan de manera positiva con la dependencia emocional. Los resultados fueron discutidos en base a estudios previos, se establecieron limitaciones y recomendaciones para futuras líneas de investigación.

Palabras clave: dependencia emocional, esquemas desadaptativos tempranos

Abstract

The present study aimed to identify the relationship between emotional dependence and early maladaptive patterns in a sample of the general Argentine population between 18 and 60 years of age. A quantitative, descriptive and correlational cross-sectional study was carried out, with a non-probabilistic sample with a total of 585 participants, covering 38.63% men and 61.37% women. **Results:** Significant relationships were found in both variables, in addition to significant differences in the distinctions by gender and age. Early maladaptive schemas are positively related to emotional dependence. The results were discussed based on previous studies, limitations and recommendations were established for future lines of research.

Key words: emotional dependence, early maladaptive schemas

Al equipo docente, por guiarme en el camino hacia la profesión.

A mi familia, en especial a mi papá, por acompañarme desde el primer día.

A mis amigos, por no dejar de creer en mí.

A mi mamá y a mi abuela, amores que llevo conmigo por siempre.

*“No quiero nada, nada más
que la mentira de tu amor, como limosna.
¿Qué voy a hacer si me dejás
con el vacío de mi decepción?
No te vayas te lo ruego,
no destroces mi corazón,
si no lo hacés por amor
hacelo por compasión
pero por Dios no me dejes
jamás te molestaré,
seré una sombra a tus pies,
tirada en algún rincón.”*

Juan D'Arienzo / Luis Rubistein

Índice

| | |
|--|----|
| Resumen..... | 2 |
| Abstract..... | 2 |
| Introducción | 6 |
| Fundamentación | 9 |
| Pregunta de investigación | 9 |
| Objetivo general | 9 |
| Objetivos específicos | 9 |
| Hipótesis | 9 |
| Marco teórico | 10 |
| Dependencia emocional | 10 |
| Esquemas tempranos desadaptativos | 14 |
| Estado del arte..... | 18 |
| Metodología | 24 |
| Diseño | 24 |
| Participantes | 24 |
| Instrumentos | 24 |
| Procedimiento de recolección de datos | 26 |
| Procedimiento de análisis de datos | 27 |
| Discusión | 35 |
| Limitaciones y futuras líneas de investigación | 38 |
| Conclusión | 39 |
| Referencias bibliográficas..... | 40 |
| Anexos | 44 |

Introducción

El ser humano desde su nacimiento necesita de diferentes cuidados para lograr sobrevivir, generando de esta manera dependencia hacia aquellos que podrían suplir estas necesidades.

La dependencia de otros es evidenciada principalmente en la niñez y la tercera edad, es en estas etapas donde es mayor la necesidad de contar con un soporte a nivel emocional y físico que permitan al ser humano adaptarse con su realidad.

Es necesario entender el concepto propiamente dicho de la dependencia emocional, visto desde diferentes ángulos, este podría ser saludable e incluso natural si posibilita la formación de vínculos afectivos con las personas que nos rodean, sin afectar su crecimiento personal. Sin embargo, puede tornarse una dependencia patológica si es que se da el sometimiento hacia el otro y renunciando a las responsabilidades de índole laboral, familiar y social (Bosch, 2009).

La dependencia hace referencia a una forma de comportamiento no positivo en los individuos que impide un desarrollo óptimo a nivel personal y social. La dependencia emocional es vista por Castelló (2005) como situación de extrema necesidad afectiva sostenida en el tiempo que conlleva a quienes la padecen a buscar la satisfacción en sus relaciones de pareja, para lo cual quien es dependiente toma un rol pasivo en la relación mientras que su pareja asume un rol dominante, convirtiendo su vida en un por y para la otra persona.

Los estudios previos señalan que son cuatro aquellos factores que originan y mantienen la dependencia emocional: carencias afectivas a temprana edad, búsqueda de fuentes externas a la propia autoestima para sostener la vinculación con la pareja, factores biológicos y, finalmente, factores socioculturales. Pero los factores encargados de la

dependencia emocional son aquellos que fortifican e incluso alteran lo ocasionado aquellos factores causales, principalmente la personalidad (Castelló, 2005).

Asimismo, Young (1999) señala que los esquemas personales vienen a ser aquellos elementos cognitivos que influyen en la forma cómo las personas distinguen el mundo y, por esa razón, una distorsión cognitiva a este nivel producirá en el individuo una situación de mala adaptación o desajuste frente a situaciones recreadas por el sujeto que son irreales.

Estos esquemas disfuncionales son sostenidos, ya que la persona en un primer lugar refuerza y sobrevalora la información que confirmaría este esquema. Por ello, se tiende a negar y/o contradecir aquella información que ponga en tela de juicio estas creencias (Riso, 2006).

La terapia de tipo cognitivo-conductual se enfoca en crear terapias cognitivas favorecedoras de un tratamiento eficaz de los diversos inconvenientes, de tipo mentales, emocionales y/o conductuales, y ha brindado alcances que permiten el abordaje terapéutico de las diversas problemáticas que se dan en los sujetos, dentro de las cuales la dependencia emocional no se encuentra exenta a este tipo de intervención.

Es así como toma importancia este estudio a través del cual se busca detallar cómo es que se relaciona el concepto de dependencia emocional y los esquemas cognitivos (en este caso disfuncionales) en la población general seleccionada.

Fundamentación

Pregunta de investigación

¿Qué relación existe entre los esquemas desadaptativos tempranos y la dependencia emocional?

Objetivo general

Describir y analizar la relación entre la dependencia emocional y los esquemas desadaptativos tempranos, en adultos argentinos de 18 a 60 años.

Objetivos específicos

1. Describir los niveles de dependencia emocional y los esquemas desadaptativos tempranos en la muestra seleccionada.
2. Analizar si existen diferencias significativas en la dependencia emocional y los esquemas desadaptativos tempranos según género.
3. Analizar qué relación entre dependencia emocional y esquemas desadaptativos tempranos.

Hipótesis

1. Existen diferencias significativas en los niveles de dependencia emocional según edad y género, presentándose los valores más altos en la población femenina de todo el rango etario.
2. Los esquemas tempranos desadaptativos correlacionan de manera positiva con la dependencia emocional.

Marco teórico

Dependencia emocional

La dependencia emocional es entendida como una serie de comportamientos y respuestas cognitivas, que llevan a un sujeto a apearse a una relación con otra persona, pudiendo esta relación ser de tipo fraternal, filial o sentimental. Este modelo de necesidades contiene la visión de la relación con otros, y creencias sobre la visión de sí mismo. En relación con las otras personas, se encuentra la visión de creencias sobre valoradas frente a la intimidad, la interdependencia y la amistad. Conjuntamente, creencias sobre las emociones que se generan por las relaciones íntimas y cercanas, por la separación y la soledad.(Castelló, 2000).

Según Anicama (2014) consiste en un patrón persistente de comportamiento, el cual sirve como medio de expresión para una serie de necesidades sobre emociones no satisfechas, que el sujeto procura satisfacer por vías inapropiadas con otros. El patrón en cuestión incorpora elementos como las creencias del sujeto sobre sí y sobre sus relaciones con otras personas, que suelen sobrestimar la amistad, las relaciones íntimas, familiares y demás, llegando al extremo de dejar todo lo que se está haciendo por hacer la actividad que el otro le pide, ya que se piensa que, al complacerlo de esa manera, no lo va a perder.

Como se puede ver, la dependencia emocional no es un comportamiento exclusivo de las relaciones sentimentales, sexuales o de pareja. Se puede presentar también en relaciones de amistad, lo mismo que en relaciones familiares. Sin embargo, la dependencia emocional ocurre con mayor frecuencia e intensidad en el marco de las relaciones de pareja, aunque es posible que un sujeto que muestre comportamientos de dependencia emocional con sus parejas sentimentales o sexuales, también lo haga con amigos y/o familiares. Ello dependerá del grado de la dependencia que manifieste y el contexto en el que se haya desarrollado este tipo de comportamiento.

Reguera (2017) publicó un trabajo de investigación cuyo objetivo fue demostrar que los sujetos emocionalmente dependientes requieren un afecto, aprobación y nivel de atención excesivos. La autora hace referencia constante al peligro de “las emociones destructivas”, que generalmente son productos de la dependencia emocional. En este trabajo, la autora coloca como punto de partida la condición antropológica de la proyección social. Y, finalmente, se llega a la conclusión de que la dependencia emocional puede ser controlada a través del adecuado desarrollo de la autoestima.

Según May (2000) la dependencia emocional es una vinculación insana inaccesible; la cual se basa en el desequilibrio y en la desigualdad, ya que una persona es sometida por otra, esto es posible porque su compañía se vuelve más importante que el sentir amor (Sannuti, 2006). La dependencia produce daños físicos y emocionales, estas personas creen que amar es poseer u ofrecerlo todo, justificando las conductas de la pareja de manera idealizada y suelen tener celos irrealistas ante la ansiedad de perderle (Retana Franco y Sánchez Aragón, 2005). La baja autoestima y la baja autoimagen conllevan al temor del abandono y del rechazo que provocan aferrarse a la relación, siendo incapaces de terminarla (Riso, 2008). La dependencia emocional puede ser llamada como “amor obsesivo”, es cuando el amor se convierte en adicción y se comienza a depender de la persona que uno ama (Brenlla, Brizzio y Palermo, 2009).

Asimismo, Riso (2008) describe dependencia emocional como una adicción afectiva que exhibe características de cualquier otra adicción; no obstante, con ciertas singularidades donde hay evidencia de auto mutilación psicológica.

Hay autores que consideran la dependencia emocional como un trastorno de la personalidad. Según el DSM-5, un trastorno de personalidad se define como “un patrón permanente de experiencia interna y de comportamiento que se aparta acusadamente de las expectativas de la cultura del sujeto; se trata de un fenómeno generalizado y poco flexible,

estable en el tiempo, que tiene su inicio en la adolescencia o en la edad adulta temprana y que da lugar a un malestar o deterioro”. La dependencia emocional es una forma de dependencia interpersonal, las cuales causan en los individuos una “marcada necesidad de cuidado, protección y apoyo, incluso en situaciones en las cuales la persona es capaz de funcionar de manera autónoma y resolver conflictos/problemas por sí sola” (Borsntein, 1992). El Trastorno de Personalidad por Dependencia (TDP) sería una de las formas existentes de dependencia interpersonal, aunque podemos encontrar formas menos rígidas caracterizadas por ciertos rasgos de personalidad dependientes, donde se situaría la dependencia emocional hacia la pareja.

Otros autores consideran que la dependencia emocional por sí misma cumple con los criterios del DSM para el trastorno de personalidad general (Castelló, 2005). Actualmente solo cabría dentro de la categoría de Trastorno de la Personalidad no especificado. Castelló (2005) ha diseñado una categoría propia para la dependencia emocional, a la que ha denominado Trastorno de la Personalidad por Necesidades Emocionales. La define como “una tendencia persistente a las relaciones de pareja caracterizadas por el desequilibrio entre ambos miembros, la necesidad afectiva claramente excesiva hacia la otra persona y el sometimiento inapropiado hacia ella, que empieza al principio de la edad adulta y se da en diversos contextos” (Castelló, 2005)

El autor además desarrolla la exageración de las características propias en un vínculo de pareja, así como los sentimientos positivos de estar con el otro elegido, sentir el apoyo, afecto y cariño. La diferencia es mas bien cuantitativa, explica, entre el querer ‘normal’ y la necesidad, la misma entendida como el no despegarse del otro hasta en las funciones o conductas mas cotidianas. No se puede concebir siquiera la idea de la vida sin ese otro idealizado al que se le brinda el poder de ser el sentido de su vida misma.

Ximena Márquez Otero (2005) menciona en su investigación un tipo de vínculo que denomina como “Los irrompibles”, y tienen como principal característica no poder mantenerse unidas ni tampoco separarse, lo cual les impide tanto una incapacidad de iniciar un duelo por separación como de integrarse como pareja. La pareja irrompible, además de tener un funcionamiento patológico, suma dependencia emocional, inestabilidad, incertidumbre y ambivalencia. Se mantiene una fuerte dependencia emocional, expresados en ansiedad, baja autoestima, frustración, falta de límites claros, enojo y tristeza, entre otros. La autora aclara que no necesariamente toda pareja dependiente sea de tipo irrompible.

Por otra parte, se entiende a los dependientes emocionales como sujetos que a causa de estar inmersos en situaciones que los llevan a sentirse desválidos en todo tipo de ámbito, buscan ser validados por otras personas que los sustenten en estos momentos de soledad continua, cediendo su propia libertad e identidad. (Medina, Moreno, Lillo y Guija, 2014)

Se debe mencionar que la semejanza entre el “apego ansioso” y la “dependencia emocional”, como señalan West, Rose y Sheldon (1993), se encuentra en tres aspectos: el miedo a perder la figura vinculada, la búsqueda de proximidad y la protesta ante la separación. Mientras que la diferencia radica en el hecho de que en la dependencia emocional la necesidad insatisfecha no es de protección y cuidado, única involucrada en la teoría del apego, sino la de afecto. (Citados por Medina, Moreno, Lillo y Guija, 2014)

A su vez, investigando la dependencia emocional en mujeres, se define la dependencia emocional como un patrón de comportamientos desadaptativos y estables de subordinación, asimetría y búsqueda de atención que afectan a las relaciones de pareja de una persona (Izquierdo-Martínez y Gómez-Acosta, 2013). Debido a estos patrones, se evitan algunos aspectos relacionales que valora de forma negativa y termina siendo controlada por la necesidad de permanecer con la otra persona y por los pensamientos y emociones asociados a la posible pérdida de la relación, aun soportando todo tipo de consecuencias negativas que

sesgan su razonamiento y limitan sus acciones. (citado por Gonzalez-Bueso, Santamaría, Merino, Montero, Fernández, Ribas, 2018)

Asimismo, Sirvent (2004) define a la dependencia afectiva o sentimental como un trastorno afectivo relacional donde se manifiestan comportamientos adictivos basados en una asimetría de rol y en una actitud dependiente hacia el otro. Realiza una clasificación de las dependencias relacionales:

a) Dependencias sentimentales (reactivas), donde se encuentran la adicción al amor como rasgo, la dependencia emocional o afectiva como rasgo, y las dependencias sentimentales atípicas, como el apego ansioso o la sociotropía.

b) Coadicciones, donde encontramos la codependencia y la bidependencia.

c) Dependencias situacionales, que pueden ser reactivas, caracteropática y hasta incluso psicótica.

Menciona además la materialización de este tipo de patologías como si se tratasen de un “*mal de amor pasajero*”.

Cabe destacar que éstas son relaciones que devienen en dependencias caracterizadas por búsqueda constante de placer, por la idealización del otro con una intención notoria de monopolizar sus afectos, recortando su autonomía (Jimenez y Ruiz, 2008)

Desde su acercamiento a la intervención integral en dependencias sentimentales, Jimenez y Ruiz proponen también una clasificación etiológica de los trastornos relacionales en torno a tres componentes generales: 1º) Adictofílicos (que asemejan al dependiente afectivo a un adicto convencional): 1.a) Necesidad afectiva extrema con subordinación sentimental, 1.b) Vacío emocional, 1.c) Craving o anhelo intenso de la pareja, 1.d) Síntomas de abstinencia en su ausencia, 1.e) Búsqueda de sensaciones; 2º) Vinculares (patología de la relación): 2.a) Apego invalidante con menoscabo de la propia autonomía, 2.b.) Rol ejercido

(subordinado o antidependiente, sobrecontrol, pseudoaltruismo, orientación rescatadora, juegos de poder), 2.c) Estilo relacional (acomodación al status patológico) y, finalmente, 3º) Cognitivo-afectivos (psicopatología asociada): 3.a) Mecanismos de negación y autoengaño, 3.b) Sentimientos negativos (inescapabilidad emocional, abandono, culpa) y 3.c) Integridad del yo (asertividad, límites, egotismo).

Esto mismo trae síntomas mas visibles que llevan al sujeto a la consulta profesional, en búsqueda de resaltar y encontrar las habilidades, recursos y competencias necesarios como herramientas para mejorar la condición presente.

Esquemas tempranos desadaptativos

En el contexto de la psicología y la psicoterapia, en general, se puede pensar en un esquema como en cualquier principio organizador global que sirve para dar sentido a la propia experiencia vital. Un concepto importante con relevancia para la psicoterapia es la idea de que los esquemas, muchos de los cuales se configuran en la infancia, se mantienen y elaboran y, posteriormente, se imponen en las experiencias vitales de la vida adulta, incluso aunque ya no sean aplicables. A esto solemos referirnos como la necesidad de “coherencia cognitiva”, para mantener un punto de vista estable sobre uno mismo y el mundo, incluso aunque sea un punto de vista inexacto e inapropiado o distorsionado de la realidad. En términos generales, por lo tanto, un esquema puede ser positivo o negativo, adaptativo o desadaptativo, puede haberse formado en la infancia o en la edad adulta.

Hollon y Kriss (1984) agregan que “un esquema es una entidad organizacional cognitiva y estable, que contiene todo el conocimiento acerca de uno mismo y del mundo”. Además señalan que una característica propia de un esquema es la estabilidad a través del tiempo, el mismo que explicaría por qué el modificarlos vendría a ser un proceso complicado.

Young (1990, 1999) supuso que algunos de estos esquemas (especialmente los esquemas desarrollados sobre todo como resultado de las experiencias infantiles tóxicas) podrían encontrarse en el núcleo de los trastornos de personalidad, de los problemas caracterológicos menos severos y en muchos trastornos crónicos del Eje I. Para examinar esta idea, definió una serie de esquemas que él denominó Esquemas Precoces Desadaptativos.

Los esquemas precoces desadaptativos son patrones emocionales y cognitivos contraproducentes que se inician al comienzo de nuestro desarrollo y se van repitiendo a lo largo de la vida. Young teoriza que las conductas disfuncionales se desarrollan como respuestas a un esquema. Por consiguiente, tales conductas están provocadas por los esquemas pero no son parte de los mismos.

No todos los esquemas tienen sus orígenes en un trauma o maltrato infantil. De hecho, un individuo puede desarrollar un esquema de dependencia sin haber experimentado ninguna experiencia traumática en la infancia. Sin embargo, aunque no todos los esquemas tengan un trauma en sus orígenes, todos ellos son destructivos y la mayoría han sido causados por experiencias nocivas que se repitieron de manera regular a lo largo de la infancia y la adolescencia. El efecto de todas estas experiencias tóxicas es acumulativo y, en conjunto, generan la aparición de esquemas plenos.

Los esquemas precoces desadaptativos luchan por mantenerse. El esquema es lo que el individuo conoce. Aunque produzca sufrimiento, es cómodo y familiar. Las personas se sienten arrastradas hacia sucesos que activan sus esquemas. Este es uno de los motivos por los que cuesta tanto modificarlos. Los pacientes consideran que sus esquemas son verdades a priori, y por consiguiente, tales esquemas influyen sobre el procesamiento de las experiencias posteriores. Desempeñan un papel crucial sobre el modo de pensar, sentir, actuar y de relacionarse con los demás y, paradójicamente, les llevan a recrear inadvertidamente en su vida adulta las condiciones infantiles que tan dolorosas fueron para ellos. (Young, 2003)

El autor explica cómo además, como paradójicamente la persona recrea situaciones similares a experiencias anteriores que llevaron a formarse a los esquemas. Los mismos son dimensionales, lo cual implica distintos niveles de gravedad en las cuales de acuerdo también a la gravedad de la situación se activarán.

Además se mencionan los tres estilos de mantenimiento disfuncionales que la persona puede presentar frente al esquema desadaptativo temprano. Los mismos son:

A) Rendición al esquema: El mismo se mantiene, no se lucha por evitarlo o modificarlo. Se repiten los patrones promovidos por el esquema.

B) Evitación del esquema: Se evita al mismo con conductas que bloqueen su activación, muchas de las mismas son nocivas, pero frente al trato con un otro, el mismo se presenta de manera normal.

C) Sobrecompensación del esquema: Es un intento parcial de lucha contra el mismo, pero es superador y el mismo se perpetúa. La conducta puede llegar a ser exagerada, una vía de huida que produzca el efecto contrario.

Según Young, 1990, como se cita en Klosko, Young y Weishaar (2013); considera los siguientes puntos para explicar los orígenes de de los Esquemas Desadaptativos Tempranos:

A) Necesidades emocionales nucleares:

Los esquemas se derivan de necesidades emocionales nucleares insatisfechas durante la infancia. La existencia de cinco necesidades emocionales nucleares de los seres

humanos: (1) Vínculos seguros de los demás, (2) Autonomía, competencia (3)

Libertad para expresar necesidades y emociones validas (4) Espontaneidad y Juego (5)

Limites realistas y autocontrol. Consideramos que estas necesidades son universales,

sin embargo en la interacción entre el temperamento innato del niño y el contexto temprano produce más frustración que gratificación de estas necesidades básicas.

B) Experiencias vitales tempranas

Los Esquemas que se desarrollan más tempranamente y tienen mayor impacto se origina típicamente en la familia nuclear. La experiencias tempranas que promueven la adquisición de esquemas: Primera experiencia, cuando el niño experimenta “muy poco de algo bueno” y adquiere esquemas tales como la Privación Emocional o Abandono / Inestabilidad, por deficiencias en su ambiente temprano, el ambiente del niño no brinda la estabilidad, comprensión y amor. Segunda experiencia vital temprana es la traumatización, donde el niño es dañado, criticado, controlado o victimizado y desarrolla esquemas tales como desconfianza/abuso, imperfección o vulnerabilidad al peligro. Tercera experiencia, donde el niño experimenta demasiado de algo bueno, los padres dan al niño demasiado de algo que, en moderación es saludable para el niño, siendo que los esquemas tales como dependencia o grandiosidad. Cuarto tipo de experiencia vital que crea esquemas desadaptativos es la interiorización selectiva identificación con otros significativos como de sus padres.

C) Temperamento emocional

Umbral biológico, o tolerancia biológica determinada por factores prenatales, herencia y cuidados prenatales. Los diferentes temperamentos exponen de modo selectivo a los niños a diferentes circunstancias vitales. Ejemplo, un niño de temperamento melancólico tendría una mayor probabilidad de producir abandono por tener un padre o madre distante que un niño de temperamento sanguíneo.

Por otra parte, Hoffart (2005) menciona que los Esquemas Desadaptativos Tempranos explican una serie de trastornos de la personalidad, representan factores predisponentes para el desarrollo y mantenimiento de síntomas clínicos, así como para dar explicación a distintos tipos de problemas interpersonales (citado por Ribero, Dos Santos, Cazassa y Olivera, 2014)

Estado del arte

La búsqueda y revisión bibliográfica se llevó a cabo mediante las bases de datos Redalyc, Scielo, Ebsco, Dialnet, en las cuales se utilizaron las palabras clave dependencia emocional, modelos cognitivos, autoestima, distorsiones cognitivas y esquemas emocionales. Los estudios relevados fueron aquellos en los cuales se relacionaron tanto las variables del presente estudio entre sí (dependencia emocional y modelos cognitivos), como aquellos donde al menos una de estas se relacionó con aspectos tales como el sexo, la edad y el tipo de población.

Acero, Alvarado y Morales (2018) realizaron una investigación cuyo objetivo fue el análisis de la relación entre los esquemas emocionales y la dependencia emocional en estudiantes universitarios de Lima, Perú. En una muestra de 451 estudiantes de ambos sexos con edades entre 20 y 40 años, aplicaron la Escala de Esquemas emocionales de Leahy adaptado en su estructura por Aguirre, Cirilo, Brocca (2017) en muestra universitaria y el Instrumento de Dependencia Emocional – ACCA . En lo que respecta a los resultados relevantes al presente trabajo, se observó en los resultados específicos del esquema emocional respecto al sexo muestran diferencias solo en el esquema insensibilidad a favor de los hombres. Se evidencio correlaciones entre los esquemas y la dependencia emocional de magnitud baja y negativas en su mayoría, sin embargo altamente significativas. Se comprendería que los universitarios no entenderían sus emociones dificultándoles afrontar adecuadamente y no clarificándose cuando esta la tendencia hacia la necesidad de afecto extremo. Se concluye que a mayor inestabilidad emocional y rigidez mental encontraremos mayor dependencia emocional.

Con relación a ambas variables, Lemos, Londoño y Zapata (2007) realizaron un estudio con el objetivo de establecer las distorsiones cognitivas que mejor discriminan las personas que presentan dependencia emocional. Para ello, se utilizo el Cuestionario de

Dependencia Emocional y el Inventario de Pensamientos Automáticos (IPA) en una muestra de 116 participantes de ambos sexos con una edad media de 30,8 años. Se analizaron las diferencias significativas de las distorsiones cognitivas con pruebas no paramétricas para dos muestras independientes: Grupo 1: personas sin dependencia emocional (SDE) y grupo 2: personas con dependencia emocional (CDE). Se encontraron diferencias significativas en el procesamiento de información en las personas con dependencia emocional, con mayor número de distorsiones cognitivas. Los resultados pusieron de manifiesto que las personas dependientes emocionalmente justifican sus necesidades afectivas de acuerdo con los *deberías* relacionados con el amor romántico y generan un procesamiento de información con predominio de *control*, que les garantiza acceder rápidamente a su pareja.

Lemos, Jaller, Gonzalez, Leon, y De la Ossa (2011) analizaron e identificaron el perfil cognitivo de los estudiantes universitarios con dependencia emocional. Se tomó una muestra aleatoria estratificada de 569 estudiantes. Se aplicó el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE), el Cuestionario de Esquemas de Young y Brown (1994) adaptado, el Cuestionario de Creencias Centrales de los Trastornos de Personalidad (CCE-TP), el Inventario de Pensamientos Automáticos (IPA) y el Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento Modificado. Los resultados pusieron de manifiesto que los hombres presentan mayores niveles en todas las dimensiones del autoconcepto físico, mientras que las mujeres presentan mayores niveles de ansiedad. Los resultados arrojaron un modelo que explica el 89.3 % de la variabilidad, con alta capacidad predictiva (sensibilidad 91.4 %, especificidad 97.7 %), conformado por el esquema de desconfianza/abuso, creencias centrales del trastorno de la personalidad paranoide y dependiente, distorsión cognitiva de falacia de cambio y estrategia hipodesarrollada de afrontamiento de autonomía.

Niños (2015), realizó una investigación con el objetivo de identificar la asociación de ser dependiente emocionalmente y la manera como se enfrenta el estrés. La muestra fue de

110 estudiantes universitarios colombianos de ambos sexos de la carrera de psicología con edades entre 18 a 33 años. Se utilizó la Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) y Escala de Estrategias de Coping modificada (EEC-M), los cuales se realizó la evaluación de validez. La investigación fue de diseño no experimental de tipo descriptivo-correlacional. Los resultados identificaron una relación positiva moderada entre el estar ligado emocionalmente y la estrategia reacción agresiva, así también como una relación negativa entre el total de la dependencia emocional, estrategias de solución de problemas y la reevaluación positiva. Los hallazgos obtenidos en la presente investigación muestran que en cuanto a la Dependencia Emocional, el 25% de los participantes presentan tendencia para que con frecuencia aparezcan en sus vidas características de dependencia emocional esto según Castelló (2005) significa que en estas personas constantemente aparecen pensamientos de desprecio por estar solos sin estar dentro de una relación de pareja, además idealizan constantemente el ser amado perfecto que llegue a sus vidas y que siempre permanezca a su lado. Conjuntamente se encontró que la mayoría de los participantes, según el Cuestionario de Dependencia Emocional, se ubicaron por debajo del percentil 75, lo que indica según, Lemos y Londoño, (2006) que éstas personas no presentan patología en cuanto a la dependencia emocional. Los hallazgos obtenidos en la presente investigación muestran que en cuanto a la Dependencia Emocional, el 25% de los participantes presentan tendencia para que con frecuencia aparezcan en sus vidas características de dependencia emocional esto según Castelló (2005) significa que en estas personas constantemente aparecen pensamientos de desprecio por estar solos sin estar dentro de una relación de pareja, además idealizan constantemente el ser amado perfecto que llegue a sus vidas y que siempre permanezca a su lado. Conjuntamente se encontró que la mayoría de los participantes, según el Cuestionario de Dependencia Emocional, se ubicaron por debajo del percentil 75, lo que indica según, Lemos y Londoño, (2006) que éstas personas no presentan patología en cuanto a la dependencia emocional.

Asimismo, Jiménez y Sáez (2020) profundizan sobre el análisis de las distorsiones cognitivas y las estrategias de afrontamiento más utilizadas en los jóvenes, poniendo como condición que los mismos estén involucrados en una relación afectivo-dependiente. Se tomó la muestra en un total de 241 jóvenes españoles de entre 16-26 años, dentro de los cuales se encontró que un 24,89% de los mismos presentan dependencia emocional. Se encontró que emplean estrategias de afrontamiento como el apoyo social, la religión, la negación, la auto inculcación, la desconexión y el desahogo. Además tienden a la modificación de sus planes y a la búsqueda de atención como aspectos representativos de la dependencia. Se concluye que los jóvenes con dependencia emocional presentan un perfil cognitivo característico con distorsiones cognitivas y estrategias de afrontamiento que afectan su percepción de la relación afectiva. Afirman además que los jóvenes tienen la percepción errónea de que cuanto más sufrimiento y más abducción emocional haya en la pareja más se ama. Se destaca que no hallan diferencias en los niveles de dependencia emocional según el nivel de estudios y el rango de edad.

Calvete y Orué (2008) evaluaron la asociación de Esquemas Cognitivos Disfuncionales y síntomas de ansiedad social utilizando dentro sus instrumentos el Cuestionario de Esquemas de Young, versión reducida (*Young Schema Questionnaire-Short Form, YSQ-SF; Young y Brown, 1994*) en una muestra de estudiantes de entre 17 y 55 años. Dentro de sus resultados, los participantes que manifestaban ansiedad social generalizada puntuaban más alto en los esquemas de abandono, imperfección, fracaso inhibición emocional, autocontrol insuficiente y dependencia. Por último no indican diferencias significativas dentro de los géneros.

Jiménez y Ruiz (2009) realizaron un análisis entre la Dependencia Afectiva y Género. Se evaluaron los factores sintomáticos diferenciales de 78 casos diagnosticados de dependencia afectiva con respecto a la población general ($N=311$) de entre 20 y 59 años. Los

dependientes afectivos experimentan una dependencia con rasgos de posesividad y manifestación de craving (anhelo irresistible de estar con la persona de la que se depende) y abstinencia, desajustes afectivos en forma de sentimientos negativos como la culpa, el vacío emocional y el miedo al abandono. Destacan que los varones son más buscadores de sensaciones y se muestran más inflexibles y las mujeres emplean más mecanismos de negación y no afrontamiento con conciencia del problema nula o distorsionada.

Cotriña y Cobeñas (2016) en Perú realizaron una investigación con objetivo de determinar si existen diferencias significativas en las distorsiones cognitivas según los niveles de dependencia emocional en estudiantes de una universidad privada. La población estuvo formada por 372 sujetos de entre 17 y 34 años. Se utilizó el Inventario de Pensamientos Automáticos (IPA, elaborado por Ruiz y Luján en 1991 y readaptado en 2015) y el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE, elaborado por Lemos y Londoño y readaptado en 2015). Los resultados demuestran que existen diferencias altamente significativas en las distorsiones cognitivas según niveles de dependencia emocional en estudiantes de una universidad privada. La distorsión cognitiva predominante en los estudiantes universitarios es la falacia de recompensa divina (la misma ocurre cuando el sujeto piensa que por sacrificarse por alguna causa en el presente tendrá su recompensa en el futuro) representado por el 38%.

Iruarrizaga, Estévez, Momeñe, Olave, Fernández-Cárdaba, Chávez-Vera y Ferre-Navarrete (2019) llevaron a cabo un estudio sobre la relación entre la adicción al sexo, las dificultades en la regulación emocional, los esquemas desadaptativos tempranos y la dependencia emocional. Los resultados mostraron cómo éstos últimos se relacionan de manera significativa, así como los esquemas disfuncionales tempranos se vincularon positivamente con las dificultades en la regulación emocional del control de impulsos, falta de aceptación emocional, interferencia en conductas dirigidas a metas, falta de claridad

emocional y acceso limitado a estrategias de regulación sexual y, negativamente, con la falta de conciencia emocional. A medida que aumentan los esquemas disfuncionales tempranos, la dependencia emocional y los déficits en la regulación emocional también irán en aumento, exceptuando la falta de conciencia emocional, la cual disminuirá.

Jaramillo y Hoyos (2009), en Colombia, realizaron un estudio para identificar los esquemas desadaptativos presentes en estudiantes universitarios con dependencia emocional hacia su pareja. Con una muestra de promedio de 19,9 años de edad, se les aplicó el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE), construido y validado por Lemos y Londoño (2006) y el Cuestionario de Esquemas (YSQ 11F). La dependencia emocional se presenta en el 24.6% de los estudiantes evaluados. De la población con dependencia emocional, el 74.8% era mujer y el 25.2% era hombre. El análisis arrojó un esquema conformado por esquemas desadaptativos tempranos de desconfianza/abuso y autocontrol insuficiente.

Metodología

Diseño

El presente trabajo se realizó con un diseño no experimental de tipo transversal, con un enfoque cuantitativo y un alcance descriptivo-correlacional, en el cual se recolectaron los datos en un único momento y se describió y analizó la relación entre las variables seleccionadas (Hernández Sampieri, Fernández Collado y Baptista Lucio, 2014).

Participantes

Se recolectó una muestra no probabilística de tipo incidental conformada por 585 sujetos de ambos sexos, el 23.9% masculino ($n = 113$) y el 76.1% femenino ($n = 359$) con una edad comprendida entre los 18 y 60 años ($M = 28.01$; $DE = 7.49$), residentes en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y la Provincia de Buenos Aires.

Como criterio de inclusión, se consideró aquellos participantes que tengan una edad comprendida entre 18 y 60 años y que residan en CABA o GBA. Como criterio de exclusión, no se consideró aquellos sujetos que no residan en la República Argentina, aquellos que sean menores de edad o mayores de 60 años y aquellos que no sepan leer o escribir.

Instrumentos

Cuestionario sociodemográfico

Se diseñó un cuestionario sociodemográfico *ad hoc* para recolectar información sobre las características sociodemográficas de los participantes tales como sexo, edad, estado civil, situación laboral, nivel máximo de estudios alcanzados y lugar de residencia.

1. Escala de Dependencia Emocional ACCA (Anicama et al., 2014)

Es una escala con el propósito de evaluar la dependencia emocional como un tipo de respuesta inadaptada de 37 ítems compuesta por 9 dimensiones y 5 ítems de control, en una dimensión única, que atiende a la deseabilidad social con la que contestó el sujeto. Así, consta de 42 ítems en total, siendo todos de tipo dicotómico (sí o no).

Los resultados se calculan comparando la prueba realizada con una prueba tipo, que indica en qué opciones de respuesta marcar un punto, y que opciones la puntuación debe permanecer en cero, siendo estos los únicos valores posibles para cada ítem. Posterior a esto, se comparan los resultados con un baremo, que indica que, a mayor puntuación en las 9 dimensiones diagnósticas, mayor nivel de dependencia. Y, con respecto a la dimensión de deseabilidad social, si la evaluada contesta 4 o 5 preguntas demostrando dicha reactividad, la prueba se declara desierta. La Escala de dependencia emocional ACCA (Anicama et al., 2014) utilizó el método del juicio de expertos para la evaluación de la validez. En cuanto a la confiabilidad, la prueba cuenta con consistencia interna, que fue obtenida por medio del método global, vía el estadístico Alfa de Cronbach. El mismo mostró un resultado de 0.786, mientras que la prueba de Mitades de Guttman dio como resultado 0.826 ($p < .01$) (Anicama et al., 2014).

2. Cuestionario de Esquemas de Young Forma reducida (Schema Questionnaire short Form, 1999) (YSQ-SF)

EL YSQ-SF reúne 75 reactivos, que evalúa 15 esquemas desadaptativos tempranos organizados en 5 dimensiones, cuyas opciones de respuestas son de tipo Likert.

El cuestionario de Esquemas de Young (YSQSF) presenta alta consistencia interna ($\alpha = 0.981$). Los resultados muestran una adecuada confiabilidad para cada esquema; la confiabilidad mínima se encontró en el esquema de Estándares inflexibles/ Hipercriticismo

(EIH) con un valor de $\alpha = 0.728$, mientras que la confiabilidad más alta estuvo en el esquema de Fracaso (FR) $\alpha = 0.972$. En cuanto a Dimensiones, la confiabilidad mínima se encontró en la dimensión Límites inadecuados con un valor de $\alpha = 0.860$, mientras que la confiabilidad más alta estuvo en la dimensión de Perjuicio en autonomía y desempeño con un $\alpha = 0.885$.

Validez: Los cálculos estimados para los criterios de aceptación que identifican correlaciones con significancia al $p < 0.05$, y resulta el análisis de los ítems con correlaciones significativas que confirman la validez de la escala. EL YSQ-SF reúne 75 reactivos, que evalúa 15 esquemas desadaptativos tempranos organizados en 5 dimensiones, cuyas opciones de respuestas son de tipo Likert.

Confiabilidad: El cuestionario de Esquemas de Young (YSQSF) presenta alta consistencia interna ($\alpha = 0.981$). Los resultados muestran una adecuada confiabilidad para cada esquema; la confiabilidad mínima se encontró en el esquema de Estándares inflexibles/ Hipercriticismo (EIH) con un valor de $\alpha = 0.728$, mientras que la confiabilidad más alta estuvo en el esquema de Fracaso (FR) $\alpha = 0.972$. En cuanto a Dimensiones, la confiabilidad mínima se encontró en la dimensión Límites inadecuados con un valor de $\alpha = 0.860$, mientras que la confiabilidad más alta estuvo en la dimensión de Perjuicio en autonomía y desempeño con un $\alpha = 0.885$.

Validez: Los cálculos estimados para los criterios de aceptación que identifican correlaciones con significancia al $p < 0.05$, y resulta el análisis de los ítems con correlaciones significativas que confirman la validez de la escala.

Procedimiento de recolección de datos

Se llevó a cabo un muestreo tipo bola de nieve, donde la recolección de datos fue realizada mediante la plataforma Formularios Google y se utilizaron *e-mails* y redes sociales para invitar colaboradores. Para ello, se confeccionó un documento conformado por la batería de instrumentos precedida de un consentimiento informado donde se informaron los objetivos

de la investigación y se solicitó la aceptación del participante para formar parte del estudio. A la vez, en este último se informó el carácter confidencial, anónimo y voluntario del trabajo y que los datos recolectados para este serán de uso exclusivamente académico.

Procedimiento de análisis de datos

Para llevar a cabo el análisis de datos, se confeccionó una matriz con estos que fue volcada al software *SPSS Statistics 25*, con el cual, para cumplimentar con los objetivos propuestos, se realizaron los siguientes análisis estadísticos: r de Pearson para el objetivo general, análisis de frecuencias para el objetivo específico 1, t de Student para el objetivo específico 2 y un análisis de correlación de Pearson para el objetivo específico 3.

Resultados

Estadísticos descriptivos

En la tabla 1 se presentan los estadísticos descriptivos correspondientes a las dimensiones de dependencia emocional. Como puede apreciarse, la dimensión con mayor puntaje fue percepción de autoeficacia, con una media de 3.66 ($DE = 1.30$), seguida de apego a la seguridad/protección, con una media de 3.16 ($DE = 0.83$) y percepción de autoestima con una media de 2.41 ($DE = 0.85$). En el resto de las dimensiones se observaron puntuaciones menores, a saber: ansiedad de separación ($M = 1.70$; $DE = 1.02$); búsqueda de aceptación/atención ($M = 1.19$; $DE = 0.90$); abandono de planes ($M = 1.05$; $DE = 1.40$); y en menor medida las dimensiones temor al abandono ($M = 0.78$; $DE = 1.02$); idealización de la pareja ($M = 0.63$; $DE = 0.75$) y expresiones límite ($M = 0.60$; $DE = 0.87$).

Tabla 1. Estadísticos descriptivos de dependencia emocional

| | Media (DE) | Mínimo | Máximo |
|---------------------------------|----------------|--------|--------|
| Temor al abandono | 0.78 (1.02) | 0 | 4 |
| Expresiones límite | 0.60 (0.87) | 0 | 5 |
| Ansiedad de separación | 1.70 (1.02) | 0 | 3 |
| Búsqueda de aceptación/atención | 1.19 (0.90) | 0 | 3 |
| Percepción de autoestima | 2.41 (0.85) | 0 | 4 |
| Apego a la seguridad/protección | 3.16 (0.83) | 0 | 4 |
| Percepción de autoeficacia | 3.66 (1.30) | 0 | 5 |
| Idealización de la pareja | 0.63 (0.75) | 0 | 3 |
| Abandono de planes | 1.05 (1.40) | 0 | 6 |

Tabla 2. Estadísticos descriptivos de esquemas tempranos desadaptativos

| | Media (DE) | Mínimo | Máximo |
|-----------------------|----------------|--------|--------|
| Privación emocional | 15.58 (4.63) | 5 | 30 |
| Abandono | 12.51 (4.68) | 5 | 28 |
| Desconfianza/Maltrato | 11.74 (5.00) | 4 | 24 |
| Defectuosidad | 14.40 (5.03) | 5 | 29 |
| Aislamiento social | 13.05 (4.89) | 5 | 28 |

| | | | |
|--------------------------|--------------|---|----|
| Fracaso | 12.68 (4.70) | 5 | 30 |
| Dependencia | 14.02 (4.94) | 5 | 30 |
| Vulnerabilidad | 14.30 (4.94) | 5 | 30 |
| Apego | 13.67 (5.61) | 5 | 30 |
| Subyugación | 12.93 (4.65) | 5 | 29 |
| Autosacrificio | 13.09 (5.05) | 5 | 30 |
| Inhibición emocional | 14.92 (4.89) | 5 | 30 |
| Estándares inflexibles | 11.86 (4.96) | 5 | 30 |
| Grandiosidad | 12.03 (4.85) | 5 | 30 |
| Autocontrol insuficiente | 14.49 (5.51) | 5 | 30 |

En la tabla 2 se presentan los estadísticos descriptivos correspondientes a las dimensiones de los esquemas desadaptativos tempranos. La dimensión con mayor porcentaje fue privación emocional, con una media de 15.58 ($DE= 4.63$), seguida de inhibición emocional con una media de 14.92 ($DE= 4.89$) y de autocontrol insuficiente con una media de 14.49 ($DE=5.51$). En el resto de las dimensiones se encontraron valores menores, las mismas siendo: defectuosidad ($DE =14.40$; $M = 5.03$), vulnerabilidad ($DE =14.30$; $M = 4.94$), dependencia ($DE =14.02$; $M = 4.94$), apego ($DE =13.67$; $M = 5.61$), autosacrificio ($DE =13.09$; $M = 5.05$), aislamiento social ($DE =13.05$; $M = 4.89$), subyugación ($DE =12.93$; $M = 4.65$), fracaso ($DE =12.68$; $M = 4.70$), abandono ($DE =12.51$; $M = 4.68$), grandiosidad ($DE =12.03$; $M = 4.85$), estándares inflexibles ($DE =11.86$; $M = 4.96$) y por último desconfianza/maltrato ($DE =11.74$; $M = 5.00$).

Diferencia de grupos

En la tabla 3 se presentan los resultados de la prueba *t* de Student para muestras independientes llevada a cabo para analizar las diferencias en dependencia emocional según el género de los participantes. Como puede observarse, existen diferencias estadísticamente significativas en temor al abandono ($t_{(585)} = -2.842$; $p < 0.5$) entre hombres ($M = 0.63$; $DE = 0.96$) y mujeres ($M = 0.87$; $DE = 1.05$); en ansiedad de separación ($t_{(585)} = -4.014$; $p < 0.1$), donde las mujeres ($M = 1.84$; $DE = 0.99$) obtuvieron mayor puntaje que los hombres ($M = 1.49$; $DE = 0.99$); en percepción de autoestima ($t_{(585)} = -3.665$; $p < 0.5$), donde de manera similar las mujeres ($M = 2.51$; $DE = 0.79$) exhibieron una media mayor que los hombres ($M =$

2.24; $DE = 0.79$); en idealización de la pareja ($t_{(585)} = 3.678$; $p < 0.1$) entre hombres ($M = 0.78$; $DE = 0.80$) y mujeres ($M = 0.54$; $DE = 0.71$); y en abandono de planes ($t_{(585)} = -2.965$; $p < 0.1$) entre hombres ($M = 1.36$; $DE = 1.43$) y mujeres ($M = 0.86$; $DE = 1.35$). No obstante, no se observaron diferencias estadísticamente significativas en las dimensiones restantes.

Tabla 3. Diferencias en dependencia emocional según género

| | Género | | $t_{(585)}$ | $gl_{(585)}$ |
|---------------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------|--------------|
| | Masculino | Femenino | | |
| | Media (DE) $n = 226$ | Media (DE) $n = 359$ | | |
| Temor al abandono | 0.63 (0.96) | 0.87 (1.05) | -2.842* | 508.69 |
| Expresiones límite | 0.61 (0.88) | 0.59 (0.86) | .233ns | 583 |
| Ansiedad de separación | 1.49 (1.04) | 1.84 (0.99) | -4.014** | 461.12 |
| Búsqueda de aceptación/atención | 1.14 (0.85) | 1.23 (0.93) | -1.093ns | 583 |
| Percepción de autoestima | 2.24 (0.91) | 2.51 (0.79) | -3.665* | 511.72 |
| Apego a la seguridad/protección | 3.22 (0.84) | 3.13 (0.83) | 1.353ns | 583 |
| Percepción de autoeficacia | 3.58 (1.34) | 3.70 (1.27) | -1.065ns | 583 |
| Idealización de la pareja | 0.78 (0.80) | 0.54 (0.71) | 3.678** | 433.33 |
| Abandono de planes | 1.36 (1.43) | 0.86 (1.35) | -2.965** | 480.19 |

** . La diferencia es significativa en el nivel 0.1

* . La diferencia es significativa en el nivel 0.5

ns. No significativa

Tabla 4. Diferencias en esquemas tempranos desadaptativos según género

| | Género | | $t_{(585)}$ | $gl_{(585)}$ |
|-----------------------|-------------------------|-------------------------|-------------|--------------|
| | Masculino | Femenino | | |
| | Media (DE) $n = 226$ | Media (DE) $n = 359$ | | |
| Privación emocional | 15.46 (4.09) | 15.66 (4.95) | -.515ns | 583 |
| Abandono | 12.10 (4.37) | 12.77 (4.86) | -1.704ns | 583 |
| Desconfianza/Maltrato | 11.39 (4.64) | 11.95 (5.21) | -1.327ns | 583 |
| Defectuosidad | 14.35 (4.57) | 14.42 (5.31) | -.162ns | 583 |
| Aislamiento social | 13.14 (4.84) | 13.00 (4.93) | .340ns | 583 |

| | | | | |
|--------------------------|--------------|--------------|------------------|-----|
| Fracaso | 12.71 (4.28) | 12.66 (4.95) | .126 <i>ns</i> | 583 |
| Dependencia | 14.19 (4.42) | 13.91 (5.24) | .661 <i>ns</i> | 583 |
| Vulnerabilidad | 13.82 (4.63) | 13.82 (4.63) | -1.833 <i>ns</i> | 583 |
| Apego | 14.21 (5.30) | 13.33 (5.78) | 1.845 <i>ns</i> | 583 |
| Subyugación | 13.17 (5.41) | 12.78 (4.73) | .976 <i>ns</i> | 583 |
| Autosacrificio | 13.04 (4.68) | 13.13 (5.29) | -.222 <i>ns</i> | 583 |
| Inhibición emocional | 14.97 (4.64) | 14.88 (5.04) | .224 <i>ns</i> | 583 |
| Estándares inflexibles | 12.22 (4.83) | 11.63 (5.03) | 1.405 <i>ns</i> | 583 |
| Grandiosidad | 11.41 (4.81) | 12.42 (4.84) | -2.456 <i>ns</i> | 583 |
| Autocontrol insuficiente | 14.45 (5.43) | 14.52 (5.56) | -.143 <i>ns</i> | 583 |

ns. No significativa

En la tabla 5 se presentan los resultados de la *r* de Pearson llevada a cabo para analizar la relación entre las dimensiones de dependencia emocional y edad. Como puede observarse, existen correlaciones negativas y significativas entre edad y las dimensiones temor al abandono ($r = -.158$; $p < 0.1$), ansiedad de separación ($r = -.171$; $p < 0.1$); búsqueda de aceptación/atención ($r = -.157$; $p < 0.1$); y percepción de autoestima ($r = -.218$; $p < 0.1$). Sin embargo, en lo que respecta a las dimensiones restantes no se observaron correlaciones significativas.

Tabla 5. Correlación entre dependencia emocional y edad

| | Edad |
|---------------------------------|-----------------|
| Temor al abandono | -.158** |
| Expresiones límite | -.076 <i>ns</i> |
| Ansiedad de separación | -.173** |
| Búsqueda de aceptación/atención | -.157** |
| Percepción de autoestima | -.218** |
| Apego a la seguridad/protección | -.001 <i>ns</i> |
| Percepción de autoeficacia | .048 <i>ns</i> |
| Idealización de la pareja | -.049 <i>ns</i> |
| Abandono de planes | .004 <i>ns</i> |

** . La correlación es significativa en el nivel 0.01 (bilateral)
ns. No significativa

Tabla 6. Correlación entre esquemas tempranos desadaptativos y edad.

| | Edad |
|--------------------------|-----------------|
| Privación emocional | -.145** |
| Abandono | -.145** |
| Desconfianza/Maltrato | -.048 <i>ns</i> |
| Defectuosidad | -.127** |
| Aislamiento social | -.155** |
| Fracaso | -.201** |
| Dependencia | -.184** |
| Vulnerabilidad | -.177** |
| Apego | -.170** |
| Subyugación | -.118** |
| Autosacrificio | -.181** |
| Inhibición emocional | -.128** |
| Estándares inflexibles | -.122** |
| Grandiosidad | -.192** |
| Autocontrol insuficiente | -.150** |

** . La correlación es significativa en el nivel 0.01 (bilateral)
ns. No significativa

En la tabla 6 se presentan los resultados de la *r* de Pearson llevada a cabo para analizar la correlación entre los esquemas tempranos desadaptativos y la edad. Como puede observarse, existen correlaciones negativas y significativas entre edad y las dimensiones de fracaso ($r = -.201$; $p < 0.1$), grandiosidad ($r = -.192$; $p < 0.1$), dependencia ($r = -.184$; $p < 0.1$), autosacrificio ($r = -.181$; $p < 0.1$), vulnerabilidad ($r = -.177$; $p < 0.1$), apego ($r = -.170$;

$p < 0.1$), aislamiento social ($r = -.155$; $p < 0.1$), autocontrol insuficiente ($r = -.150$; $p < 0.1$), privación emocional ($r = -.145$; $p < 0.1$), abandono ($r = -.145$; $p < 0.1$), inhibición emocional ($r = -.128$; $p < 0.1$), estándares inflexibles ($r = -.122$; $p < 0.1$), subyugación ($r = -.118$; $p < 0.1$). En la única dimensión que no se encuentra una correlación significativa es en la de Desconfianza/Maltrato.

Tabla 7. Correlación entre dependencia emocional y esquemas tempranos desadaptativos

| | Temor | Expresiones | Anx | Búsqueda | | Apego | Autoeficacia | Idealización | Complacencia |
|----------------|----------|-------------|------------|----------|------------|-----------|--------------|-------------------|--------------|
| | Abandono | Limite | Separación | Acep | Autoestima | Seguridad | | Pareja | AbandPlanes |
| | | | | Atenc | | | | | |
| Privación | | | | | | | | | |
| Emocional | ,186** | ,133** | ,329** | ,216** | ,279** | ,025 | -,373** | ,157** | ,210** |
| Abandono | ,288** | ,237** | ,302** | ,273** | ,318** | ,054 | -,255** | ,162** | ,295** |
| Desconfianza | | | | | | | | | |
| Maltrato | ,218** | ,175** | ,242** | ,140** | ,242** | -,047 | -,296** | ,122** | ,189** |
| Defectuosidad | ,289** | ,254** | ,380** | ,275** | ,298** | -,045 | -,344** | ,202** | ,223** |
| Aislam Social | ,234** | ,204** | ,251** | ,195** | ,246** | ,009 | -,379** | ,108** | ,231** |
| Fracaso | ,306** | ,274** | ,323** | ,303** | ,139** | ,012 | -,332** | ,245** | ,340** |
| Dependencia | ,175** | ,177** | ,235** | ,213** | ,152** | ,044 | -,384** | ,118** | ,185** |
| Vulnerabilidad | ,351** | ,294** | ,378** | ,311** | ,238** | ,020 | -,366** | ,192** | ,317** |
| Apego | ,341** | ,247** | ,388** | ,276** | ,258** | ,021 | -,399** | ,205** | ,268** |
| Subyugacion | ,214** | ,192** | ,277** | ,251** | ,234** | ,050 | -,317** | ,179** | ,198** |
| Autosacrificio | ,221** | ,253** | ,304** | ,246** | ,223** | -,034 | -,551** | ,170** | ,287** |
| Inhibición | | | | | | | | | |
| Emocional | ,232** | ,199** | ,247** | ,272** | ,280** | ,003 | -,153** | ,166** | ,189** |
| Estandares | | | | | | | | | |
| Inflexibles | ,241** | ,258** | ,293** | ,296** | ,245** | ,064 | -,376** | ,211** | ,277** |
| Grandiosidad | ,267** | ,182** | ,321** | ,291** | ,291** | -,021 | -,316** | ,086 ^c | ,130** |
| Autocontrol | | | | | | | | | |
| Insuficiente | ,265** | ,265** | ,313** | ,248** | ,246** | ,012 | -,409** | ,159** | ,296** |

** . La correlación es significativa en el nivel 0.01 (bilateral)

ns. No significativa

Así mismo se establecieron las correlaciones entre los diferentes factores de dependencia emocional y los esquemas tempranos desadaptativos, pues existen relaciones

positivas entre las categorías de dependencia: ansiedad de separación, autoestima, complacencia, temor al abandono y la distorsión cognitiva denominada abandono sugiriendo que se presentan características de dependencia como temor por el abandono, el distanciamiento o la separación de su pareja. Se ve la necesidad de que la pareja exprese afecto constantemente para reafirmar el amor y el valor propio complaciendo en principio las demandas del otro para disminuir la sensación de inseguridad, se manifiestan pensamientos tendientes a relacionar sin base suficiente los hechos del entorno consigo mismas o compararse con otras personas de manera frecuente.

También se evidencian relaciones entre los factores: Ansiedad por separación, expresiones límites, temor al abandono, complacencia y búsqueda de atención con la distorsión de auto sacrificio. Lo anterior indica que al manifestarse una necesidad que su pareja le exprese afecto, temiendo no tener una relación de pareja o sintiendo que no es amado se trata de ser el centro en la vida de su pareja y se asocia a pensamientos en los que se atribuyen la responsabilidad de los acontecimientos totalmente a sí mismos o a otros, en ocasiones con expresiones impulsivas de auto agresión.

Otra relación encontrada es la de búsqueda de atención con los esquemas desadaptativos tempranos de vulnerabilidad, fracaso, y grandiosidad, esto indica que cuando se desea tener la atención de la pareja de manera exclusiva se hace lo que sea necesario para tener siempre su atención, se tiende a interpretar que si esto no sucede puede pasar algo malo, se fracasará. A veces, esas interpretaciones se fundamentan en la creencia que la atención debe ser recibida debido a la creencia de privilegios y derechos especiales sobre el sujeto con el cual se desarrolló el apego.

Discusión

La investigación tuvo como objetivo central identificar las relaciones entre las variables: dependencia emocional y esquemas tempranos desadaptativos en un grupo poblacional determinado de 18 a 60 años en Buenos Aires. En cuanto al objetivo general y la hipótesis general, se comprobó que los esquemas tempranos desadaptativos tienen una correlación positiva y significativa con la dependencia emocional, es decir, ante la presencia de esquemas tempranos desadaptativos, aumenta la posibilidad de encontrar dependencia emocional en las relaciones del sujeto con el otro significativo.

Los resultados se consideran congruentes con el primer objetivo específico. Los hallazgos en la investigación de Acero, Alvarado y Morales (2018). Se comprueba que a mayor inestabilidad emocional y rigidez mental se encuentra mayor dependencia emocional. Frente a esta relación encuentran personas ansiosas, depresivas, con sentimientos de culpa, baja autoestima (niveles de neuroticismo) y sujetos agresivos, egocéntricos, impulsivos, inflexibles, (niveles de psicoticismo). Concluyen que a mayor inestabilidad emocional y rigidez mental, mayor dependencia emocional.

Se puede decir que el mantenimiento esquemático planteado por Young (1999) se da de una manera evidente en la dependencia emocional. Al analizar el perfil cognitivo de quienes presentan dependencia emocional, se destacan características que reflejan creencias, distorsiones y estrategias de afrontamiento que mantienen y refuerzan el esquema

desadaptativo temprano predominante, perpetuándolo e inflexibilizándolo a lo largo de la vida. En el aspecto conductual, tanto la expresión límite como la modificación de planes

y la búsqueda de atención son conductas autoderrotistas que, sumadas a procesos cognitivos evidentes en el temor a la soledad, la ansiedad de separación y la expresión afectiva, llevan a la confirmación y conservación del esquema.

Por otra parte, Lemos, Londoño y Zapata (2007) confirman la hipótesis sobre la existencia de un procesamiento de información distintivo de las personas con dependencia emocional. Las personas dependientes emocionalmente basan sus necesidades afectivas de acuerdo con los estándares ideales del amor romántico, que los lleva a exigir de su pareja una atención constante, la cual generalmente no logra ser satisfecha completamente, ocasionando en ellos una sensación constante de fracaso (Castelló, 2005; Lemos y Londoño, 2006), así como la aceptación de múltiples comportamientos de control por parte del dependiente, para tratar de contrarrestar la sensación de vacío constante.

Respecto a los objetivos específicos, se consistió en analizar las diferencias de la presencia de las dimensiones de dependencia emocional según el género de los participantes. Existen diferencias estadísticamente significativas en temor al abandono; en ansiedad de separación; en percepción de autoestima y en idealización de la pareja siendo las mujeres las que presentan valores más elevados que los hombres. De acuerdo a Jiménez y Ruiz (2009), el miedo a la pérdida, a la soledad y/o al abandono contaminan el vínculo afectivo y lo vuelve sumamente vulnerable y patológico. La mistificación, el autoengaño o los propios mecanismos de negación reestructuran cognitivamente la percepción de las relaciones. La manifestación de sentimientos negativos unida a la inescapabilidad emocional cronifica un vínculo disfuncional, aunque adaptativo para quien lo sufre por la propia distorsión cognitiva.

Adicionalmente, en cuanto al objetivo específico de analizar la relación entre dependencia emocional y esquemas desadaptativos tempranos, lo que señalan los resultados

es que a medida que se incrementan los esquemas inadaptados tempranos es probable que se experimenten múltiples emociones y se reconozca la incapacidad de tomar conciencia de los propios sentimientos. Como señalan Hervás y Vázquez (2006) (citados en Iruarrizaga, Estévez, Momeñe, Olave, Fernández-Cárdaba, Chávez-Vera y Ferre-Navarrete (2019)) resultados idénticos se observan cuando se estudian las relaciones entre la dependencia emocional y las dificultades en la regulación emocional: a mayor dependencia emocional menor falta de conciencia emocional, dando a luz la presencia de diferentes esquemas tempranos desadaptativos. Se observa que la correlación negativa más elevada se muestra en la necesidad de exclusividad, parece lógico pensar que pensamientos de carácter celotípico sean reconocibles, máxime cuando puede estar asociados a conductas deliberadas de control del otro.

Limitaciones y futuras líneas de investigación

Como limitación, en primer lugar, se deben tener en cuenta características sociodemográficas, tal como el rango de edad, puesto que las pruebas se realizaron en sujetos desde los 18 hasta los 60 años. En futuros estudios deberían tenerse en cuenta participantes de mayor edad para tener en cuenta los ciclos evolutivos, ya que se conoce que la relación con un otro significativo se puede encontrar y analizar en edades mas tempranas y continúan en edades posteriores a los límites establecidos.

Por otro lado, se recomienda continuar con la misma línea de investigación teniendo en cuenta la ampliación de la limitación geográfica impuesta. Sería de gran aporte tomar en cuenta a la población general por fuera del territorio argentino. Esto daría información mas amplia y detallada a los estudios sobre la relación entre las variables.

Conclusión

Según los resultados, existe una relación positiva entre la dependencia emocional y los esquemas tempranos desadaptativos, por lo cual puede concluirse que los sujetos que presentan dependencia emocional cuentan con esquemas tempranos desadaptativos presentes. De esta manera, se responde a la pregunta de investigación propuesta.

Asimismo, éste estudio cumplió con los objetivos específicos encontrando diferencias significativas según el género y la edad tanto para ambas variables. (Las cuales coinciden en su mayoría con las teorías previas). La presencia de distorsiones cognitivas implica que se reafirmen las relaciones disfuncionales dada la interpretación errónea de los acontecimientos con el otro significativo.

A luz de estos resultados y teniendo en cuenta la sintomatología negativa en relación a la dependencia emocional y los esquemas tempranos desadaptativos es de vital importancia continuar con la investigación para la elaboración de planes de tratamiento para lograr un enfoque multidisciplinario y nuevas propuestas terapéuticas.

Referencias bibliográficas

- Aguirre Morales, M., Cirilo Acero, I., y Brocca Alvarado, P. (2019). Esquemas emocionales y dependencia emocional en estudiantes de Psicología de universidades de Lima Metropolitana. *Cátedra Villarreal*, 6(2).
- Anicama, J; Caballero, G; Aguirre, M y Cirilo, I. (2014). *Dependencia Emocional y Autoeficacia en Universitarios del Perú*. Lima: Instituto de Investigaciones Psicológicas. Universidad Nacional Federico Villarreal.
- Anicama, J. (2014). *Manual de Evaluación de la Escala de dependencia emocional ACCA*. Lima: Universidad Nacional Federico Villarreal.
- Bornstein, R. F. (1992). The dependent personality: Developmental, social, and clinical perspectives. *Psychological Bulletin*, 112(1), 3.
- Bosch, M. (2009). *La danza de las emociones*. Recuperado de <https://books.google.com.pe/books?id=YzjuFjGS7VQC&pg=PA126&dq=dependencia+emocional&hl=es-419&sa=X&sqi=2&ved=0CEoQ6AEwCWoVChMII724digxwIVxZINCh0zbw35#v=onepage&q=dependencia%20emocional&f=true>
- Brenlla, M., Brizzio, A. y Carreras A. (2009). *Actitudes hacia el amor y el apego*. Universidad de Buenos Aires. Buenos Aires, Argentina. Recuperado de <http://www.palermo.edu/cienciassociales/publicaciones/pdf/Psico4/4%20PSICO%2001.pdf>.
- Calvete, E., y Orue, I. (2008). Ansiedad Social y Esquemas Cognitivos Disfuncionales. *Psicología Conductual*, 16(1), 5–21.
- Castelló, J. (2000). *Análisis del concepto “Dependencia Emocional”*. I Congreso
- Castelló, J. (2005). *Dependencia Emocional características y Tratamiento*. Madrid: Alianza.

- Cotrina, J. M., y Cobeñas, M. (2016). Distorsiones cognitivas según niveles de dependencia emocional en universitarios. *Revista Paian.*, 7(1), 1–14.
- España: Revista de psicología. La Mente es Maravillosa.*
- Gonzalez-Bueso, V., Santamaría, J. J., Merino, L., Montero, E., Fernández, E., y Ribas, J. (2018). Dependencia Emocional en mujeres: Una revisión de la literatura empírica. *Psicosomática y Psiquiatría*, 5(5), 40–53.
- Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C. y Baptista-Lucio, P. (2014). Definición del alcance de la investigación que se realizará: exploratorio, descriptivo, correlacional o explicativo. En Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C. y Baptista-Lucio, P (eds.), *Metodología de la Investigación* (6 ed., págs. 88-101). México: McGraw-Hill
- Hollon, S. D. y Kriss, M. R. (1984). Cognitive factors in clinical research and practice. *Clinical Psychology. Review*, 4, 35-76.
- Iruarrizaga, I., Estévez, A., Momeñe, J., Olave, L., Fernández-Cárdaba, L., Chávez-Vera, M. D., y Ferre-Navarrete, F. (2019). Dificultades en la regulación emocional, esquemas inadaptados tempranos y dependencia emocional en la adicción al sexo o comportamiento sexual compulsivo en la adolescencia. *Revista Española de Drogodependencias*, 1, 76–103.
- Jaramillo, C., y Lemos Hoyos, M. (2009). Esquemas desadaptativos tempranos en estudiantes universitarios con dependencia emocional. *Acta Colombiana de Psicología*, 12(2), 77–83.
- Jiménez, M., y Sirvent Ruiz, C. (2008). Dependencias sentimentales o afectivas: etiología, clasificación y evaluación. *Revista Española de Drogodependencias*, 33(2), 150–167.
- Jiménez, M., y Sirvent Ruiz, C. (2009). Dependencia Afectiva y Género: Perfil Sintomático Diferencial en Dependientes Afectivos Españoles. *Interamerican Journal of Psychology*, 43(2), 230–240.

- Jiménez, M., y Sirvent Ruiz, C. (2014). Objetivos psicoterapéuticos e intervención integral en dependencias sentimentales. *Revista Española de Drogodependencias*, 39(3), 38–56.
- Lemos Hoyos, M., Londoño Arredondo, N. H., y Zapata Echavarría, J. A. (2007). Distorsiones cognitivas en personas con dependencia emocional. *Informes Psicológicos*, 9, 55-69. Recuperado a partir de <https://revistas.upb.edu.co/index.php/informespsicologicos/article/view/783>
- Lemos Hoyos, Mariantonia, y Jaller Jaramillo, Cristina, y González Calle, Ana María, y Díaz León, Zoraya Tatiana, y De la Ossa, Daniela (2012). Perfil cognitivo de la dependencia emocional en estudiantes universitarios en Medellín, Colombia. *Universitas Psychologica*, 11(2),395-404.
- Márquez Otero, Ximena (2005). Ni contigo ni sin ti: la pareja irrompible. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 7(2),27-42
- May, D. (2000). *Codependencia: la dependencia controladora; la dependencia sumisa*. Bilbao: Descleé De Brouwer SA.
- Moral-Jiménez, M. V., y González-Sáez, M. E. (2020). Distorsiones Cognitivas y Estrategias de Afrontamiento en Jóvenes con Dependencia Emocional. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 11 (1), 15-30.
- Niños, D. (2015). Relación entre Dependencia Emocional y Afrontamiento en Estudiantes Universitarios. *Revista electrónica Psyconex*. 7 (10). Bogotá. Niños, D. (2015). *Relación entre Dependencia Emocional y Afrontamiento en Estudiantes Universitarios*. *Revista electrónica Psyconex*. 7 (10). Bogotá.
- Reguera, L. (2017). *Autoestima y dependencia emocional: Vasos comunicantes*.
- Retana Franco, Blanca Estela, y Sánchez Aragón, Rozzana (2005). *Construcción y validación de una escala para medir adicción al amor en adolescentes*. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 10(1),127-141.

- Ribeiro, F., Dos Santos, P. L., Cazassa, M. J., Da Silva Oliveira, M. (2014). Esquemas Desadaptativos Tempranos y Síntomas Depresivos: Estudio de comparación intergrupar. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, XXIII(3),15-22
- Riso, W. (2006). Terapia Cognitiva, fundamentos teóricos y conceptualización del caso clínico. Barcelona, España: Norma S. A. *Virtual de Psiquiatría*. Recuperado de http://www.psiquitria.com/congreso/mesas/mesa6/conferencias/6_ci_a.htm
- Riso, W. (2008). *¿Amar o Depender?* Barcelona: Norma.
- Sannuti, A. (2006). La dependencia emocional. *Criterio*. Recuperado Abril, 2006, de: <http://www.revistacriterio.com.ar/2006/04/page/2/>.
- Sirvent, C. (2004). Adicción al amor y otras dependencias sentimentales. Encuentro de Profesionales en Drogodependencias y Adicciones. 21-23.
- Young, J. (1999). *Cognitive Therapy for Personality Disorders: a schema focused approach*(3.ªed.). Sarasota: Professional Resource Press.
- Young, J. E. (1990). *Cognitive therapy for personality disorders: A schema-focused approach*. Sarasota, FL: Professional Resource Exchange
- Young, J., Klosko, J. y Weishaar, M. (2003). *Schema Therapy. A Practitioner's Guide*. New York: Guilford Press.

Anexos

Consentimiento Informado

La presente investigación es realizada por Yamila G. Vesque, estudiante de la Universidad Argentina de la Empresa y conducida por el Dr. Ricardo Papaleo. El propósito de la misma es analizar la relación entre la dependencia emocional y los esquemas cognitivos de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y del gran Buenos Aires.

La participación en este estudio voluntaria y de carácter confidencial y anónimo, dado que las respuestas al cuestionario serán codificadas y serán utilizadas exclusivamente para fines académicos. Completar el cuestionario le tomará aproximadamente diez minutos de su tiempo y, en caso de presentar dudas o inquietudes, puede enviar un mensaje a yamila.vesque@gmail.com.

Muchas gracias por su participación

Atentamente,

Yamila Vesque.

Cuestionario socio-demográfico

Sexo:

Hombre

Mujer

Edad:

Estado civil:

Soltero

En Pareja

Separado/Divorciado

Viudo

Nivel Educativo alcanzado

Primario

Secundario

Terciario

Universitario

Situación Laboral:

Trabaja

No trabaja

ESCALA DE DEPENDENCIA EMOCIONAL ACCA (Anicama, Caballero, Cirilo y Aguirre, 2013)

La presente escala contiene una lista de afirmaciones relacionadas con la forma de pensar, sentir ya hacer las cosas de la vida diaria, en diferentes situaciones. Lea cada frase con cuidado y señale con una “equis” si está de acuerdo o no con la afirmación escrita.

No hay respuestas correctas o erróneas, todas sus respuestas son válidas. No dedique mucho tiempo a cada frase, simplemente responda lo que considere se ajusta mejor a su forma de actuar, pensar o sentir.

| Nº | ÍTEMS | SÍ | NO |
|----|--|----|----|
| 1 | Mi miedo se incrementa con la sola idea de perder a mi pareja. | | |
| 2 | Experimento un vacío intenso cuando estoy sin mi pareja. | | |
| 3 | Necesito tener siempre a mi pareja conmigo. | | |
| 4 | Mi mayor temor es que mi pareja me abandone. | | |
| 5 | Estoy completamente libre de prejuicios de cualquier tipo. | | |
| 6 | Sin darme cuenta he arriesgado mi vida para mantener a mi lado a mi pareja. | | |
| 7 | Mi necesidad de tener a mi pareja conmigo me hizo realizar acciones contra mi vida. | | |
| 8 | Creo en la frase “la vida sin ti no tiene sentido”. | | |
| 9 | Pienso que el amor por mi pareja no tiene límites incluso el dar la vida. | | |
| 10 | Por evitar que mi pareja me abandone le he causado daño físico como también a otras personas. | | |
| 11 | Cuando tengo que ausentarme por unos días de las actividades bajo mi responsabilidad me siento angustiado. | | |
| 12 | Me preocupa la idea de no tener apoyo de nadie. | | |
| 13 | Me preocupa que dejen de quererme y se alejen de mí. | | |
| 14 | Respondo inmediatamente los correos electrónicos que recibo. | | |
| 15 | Hago todo lo posible para que los demás me presten atención. | | |
| 16 | Necesito ser considerado siempre en los grupos sociales para sentirme bien. | | |
| 17 | Soy feliz cuando soy aceptado por los demás. | | |
| 18 | Si no consigo mis objetivos propuestos me deprimó con facilidad. | | |
| 19 | Me gusta mi carrera y permaneceré laborando en un área de la misma. | | |

| | | | |
|----|--|--|--|
| 20 | Tengo muchas razones para pensar que a veces no sirvo para nada. | | |
| 21 | Me inclino a pensar que tengo motivos más que suficientes para sentirme orgulloso(a) de mí mismo(a). | | |
| 22 | Nunca he dicho mentiras en mi vida. | | |
| 23 | En general creo que, mis padres han dado lo mejor de sí mismos cuando era pequeño(a). | | |
| 24 | Siento que no me gusta depender de los otros, sino ser autónomo. | | |
| 25 | Considero que me gusta sentirme seguro y tomo las medidas que el caso requiere. | | |
| 26 | Me siento ansioso cuando me comprometo emocionalmente con otra persona. | | |
| 27 | Me es fácil persistir en lo que me he propuesto para alcanzar mis metas propuestas. | | |
| 28 | Me percibo competente y eficaz. | | |
| 29 | Puedo ser capaz de manejar eventos inesperados. | | |
| 30 | Cuando enfrento un problema siempre dispongo de alternativas para resolverlo. | | |
| 31 | Me considero capaz de atraer y gustar a otra persona. | | |
| 32 | Todos mis hábitos o costumbres son buenos y correctos. | | |
| 33 | Quiero tanto a mi pareja, considerándola insustituible. | | |
| 34 | Hago siempre lo que dice mi pareja porque asumo que es correcto. | | |
| 35 | Siempre me gusta hacer lo que mi pareja demanda o pide, para complacerla. | | |
| 36 | Cuando estoy ocupado(a) y mi pareja propone hacer otros planes dejo lo que estoy haciendo para unirme a los planes de ella (él). | | |
| 37 | Priorizo en primer lugar las necesidades de mi pareja antes que las mías. | | |
| 38 | He renunciado a mi trabajo/estudios porque mi pareja así lo demanda para estar más tiempo cerca de ella (él). | | |
| 39 | Me satisface ayudar y terminar las tareas de estudios/trabajo de mi pareja antes que las mías. | | |
| 40 | Sustituyo el tiempo que dedico a mis amigos por mi pareja. | | |
| 41 | Utilizo gran parte de mi tiempo en hacer las actividades de mi pareja antes que las mías. | | |
| 42 | Solo algunas veces he llegado tarde a una cita o a mi trabajo. | | |

CUESTIONARIO DE ESQUEMAS DE YOUNG (YSQ-SF)

Instrucciones: en la parte inferior se proporciona una lista de afirmaciones que una persona puede usar para describirse. Por favor, lea cada afirmación y decida cuán bien lo describe. Cuando no esté seguro, base su respuesta en lo que siente emocionalmente, no en lo que piensa que es verdadero. Luego elija un número, de 1 a 6, y escriba este número en el espacio que antecede a cada afirmación.

Escala de evaluación:

1 = Completamente falso

4 = Moderadamente verdadero

2 = Mayormente falso

5 = Casi siempre verdadero

3 = Ligeramente más verdadero que falso

6 = Me describe perfectamente

| | Descripción |
|----|--|
| 1. | La mayor parte del tiempo, no tuve a alguien que me cuide, que comparta su tiempo conmigo o que prestara atención a todas las cosas que me sucedían. |
| 2. | En general, la gente no ha estado conmigo para proporcionarme protección, sostén y afecto. |
| 3. | Durante la mayor parte de mi vida, no he sentido que haya sido especial para alguien. |
| 4. | En general, no he tenido a alguien que realmente me preste atención, me comprenda o que sintonice con mis verdaderas necesidades y sentimientos. |
| 5. | Raramente he tenido a una persona importante que me brinde buenos consejos o dirección cuando no estaba seguro de lo que tenía que hacer. |
| 6. | Encuentro que me aferro a la gente cercana a mí, porque tengo temor de que me pueda dejar. |
| 7. | Necesito a otra gente hasta el punto de que me preocupa la posibilidad de perderla. |
| 8. | Me preocupa que la gente a la que siento cercana me vaya a dejar o abandonar. |
| 9. | Cuando siento que alguien que me importa, se aleja de mí, llego a desesperarme. |

| | |
|-----|---|
| 10. | A veces estoy tan preocupado de que la gente me deje que termino alejándola. |
| 11. | Siento que la gente va a sacar ventaja de mí. |
| 12. | Siento que no puedo estar con la guardia baja en presencia de otra gente, de lo contrario me puede hacer daño intencionalmente. |
| 13. | Es solo cuestión de tiempo el hecho de que alguien me engañe. |
| 14. | Soy bastante desconfiado de los motivos de otra gente. |
| 15. | Usualmente estoy alerta para descubrir los motivos ocultos de la gente. |
| 16. | Yo no encajo (en un grupo, en una reunión, etc.). |
| 17. | Carezco de sentido común. |
| 18. | No puedo confiar en mi propio juicio para enfrentar las situaciones diarias. |
| 19. | No me siento confiado respecto a mi capacidad para solucionar los problemas que acontecen diariamente. |
| 20. | Parece que no puedo escapar del sentimiento de que algo malo está cerca de suceder. |
| 21. | Siento que un desastre (natural, criminal, económico o médico) puede ocurrir en cualquier momento. |
| 22. | Me preocupa la posibilidad de ser atacado. |
| 23. | Me preocupa que vaya a perder todo mi dinero y terminar como un indigente. |

| | |
|-----|--|
| 24. | Me preocupa que esté desarrollando una seria enfermedad, aun cuando nada grave ha sido diagnosticado por el médico. |
| 25. | No he sido capaz de independizarme de mis padres, como otra gente de mi edad parece haberlo hecho. |
| 26. | Mis padres y yo tendemos a implicarnos excesivamente en nuestras vidas y problemas. |
| 27. | Es muy difícil para mí y para mis padres mantener en reserva nuestros detalles íntimos, sin sentirnos traicionados o culpables. |
| 28. | Con frecuencia siento que mis padres copan toda mi vida. No tengo una vida propia. |
| 29. | Con frecuencia siento que no tengo una identidad separada de mis padres o de mi pareja. |
| 30. | Pienso que si hago lo que yo quiero, solo estoy buscando problemas. |
| 31. | Siento que no tengo otra elección que aceptar los deseos de otra gente, o de lo contrario se desquitará o me rechazará de alguna manera. |

| | |
|-----|---|
| 32. | En mis relaciones, yo dejo que la otra persona asuma el control. |
| 33. | Siempre he dejado que otra persona elija por mí, de tal manera que realmente no sé qué es lo que quiero en verdad. |
| 34. | Tengo muchos problemas para pedir que mis derechos sean respetados y que mis sentimientos sean tomados en cuenta. |
| 35. | Soy alguien que finalmente término haciéndome cargo de la gente que me es cercana. |
| 36. | Soy una buena persona porque pienso en los otros más que en mí mismo. |
| 37. | Estoy tan ocupado haciendo algo por la gente que quiero, que tengo poco tiempo para mí mismo. |
| 38. | Siempre soy una persona que presta atención a los problemas de todo el mundo. |
| 39. | Otras personas me ven como alguien que hace demasiado por otros y no lo suficiente por mí mismo. |
| 40. | Tengo demasiado autocontrol para demostrar sentimientos positivos a otros (p. e., afecto, demostrar atención). |
| 41. | No he sido capaz de independizarme de mis padres, como otra gente de mi edad parece haberlo hecho. |
| 42. | Mis padres y yo tendemos a implicarnos excesivamente en nuestras vidas y problemas. |
| 43. | Es muy difícil para mí y para mis padres mantener en reserva nuestros detalles íntimos, sin sentirnos traicionados o culpables. |
| 44. | Con frecuencia, siento que mis padres copan toda mi vida. No tengo una vida propia. |
| 45. | Con frecuencia siento que no tengo una identidad separada de mis padres o de mi pareja. |

| | |
|-----|--|
| 46. | Pienso que si hago lo que yo quiero, solo estoy buscando problemas. |
| 47. | Siento que no tengo otra elección que aceptar los deseos de otra gente, o de lo contrario se desquitará o me rechazará de alguna manera. |
| 48. | En mis relaciones, yo dejo que la otra persona asuma el control. |
| 49. | Siempre he dejado que otra persona elija por mí, de tal manera que realmente no sé qué es lo que quiero en verdad. |
| | Descripción |
| 50. | Tengo muchos problemas para pedir que mis derechos sean respetados y que mis sentimientos sean tomados en cuenta. |
| 51. | Soy alguien que finalmente término haciéndome cargo de la gente que me es cercana. |
| 52. | Soy una buena persona porque pienso en los otros más que en mí mismo. |
| 53. | Estoy tan ocupado haciendo algo por la gente que quiero, que tengo poco tiempo para mí mismo. |
| 54. | Siempre soy una persona que presta atención a los problemas de todo el mundo. |
| 55. | Otras personas me ven como alguien que hace demasiado por otros y no lo suficiente por mí mismo. |
| 56. | Tengo demasiado autocontrol para demostrar sentimientos positivos a otros (p. e., afecto, demostrar atención). |
| 57. | Siento vergüenza de expresar mis sentimientos a otros. |
| 58. | Me resulta difícil ser cálido y espontáneo. |
| 59. | Me controlo tanto que la gente piensa que soy reservado e indiferente. |
| 60. | La gente me ve como emocionalmente rígido. |
| 61. | Debo ser el mejor en la mayoría de las cosas que hago; no puedo aceptar ser el |

| | |
|-----|--|
| | segundo. |
| 62. | Procuro hacer lo mejor; no me conformo con algo “suficientemente bueno”. |
| 63. | Debo cumplir todas mis responsabilidades. |
| 64. | Siento que hay una presión constante sobre mí para llevar a cabo y lograr que las cosas se hagan. |
| 65. | No puedo dejar de auto culparme o de elaborar excusas por mis errores. |
| 66. | Tengo muchos problemas para aceptar como respuesta un “no” cuando quiero alguna cosa de otra gente. |
| 67. | Soy alguien especial y no debería tener que aceptar muchas de las restricciones que imponen a otras personas. |
| 68. | Odio ser forzado o que me impongan límites para hacer lo que quiero. |
| 69. | Siento que no debería tener que seguir las reglas y convenciones normales como lo hace otra gente. |
| 70. | Siento que lo que tengo que ofrecer es de mucho más valor que las contribuciones de otros. |
| 71. | Parece que no pudiera tener disciplina para cumplir tareas rutinarias o aburridas. |
| 72. | Si no puedo lograr una meta, me llevo a frustrar fácilmente y me doy por vencido. |
| 73. | Tengo mucha dificultad para sacrificar una gratificación inmediata con miras a lograr una meta de mayor nivel. |
| 74. | No puedo esforzarme en hacer las cosas que no me agradan, aun cuando sé que es por mi propio bien. |
| 75. | Raramente he sido capaz de mantenerme apegado a mis resoluciones. |