



UNIVERSIDAD PERUANA
CAYETANO HEREDIA
FACULTAD DE PSICOLOGÍA

INTELIGENCIA EMOCIONAL Y
DEPENDENCIA EMOCIONAL EN JÓVENES
UNIVERSITARIOS EN LIMA
METROPOLITANA

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE LICENCIADA
EN PSICOLOGÍA

LUCÍA GARCÍA CÓRDOVA

LIMA – PERÚ

2021

MIEMBROS DEL JURADO

MG. CECILIA PATRICIA CASTRO CHÁVARRY

Presidente

MG. SUSANA ELIZABETH MAMANI GUERRA

Vocal

LIC. JENNIFER DENISSE CARRASCO TACURI

Secretaria

ASESOR DE TESIS

DR. GIANCARLO OJEDA MERCADO

DEDICATORIA

“Jesús es quien sabe darle verdadera pasión a la vida, Jesús es quien nos mueve a no conformarnos con poco y a dar lo mejor de nosotros mismos”

—Papa Francisco I

A mamá y papá, por animarme a realizar la tesis en primer lugar y por la paciencia y apoyo durante todo el proceso.

A Diego, Ani, Nick, Nat y Sebas, porque con su amistad me salvaron cuando aún íbamos a la universidad.

A Leya y Moka, por su gran amor incondicional en cada paso, siempre.

AGRADECIMIENTOS

Gracias a mi asesor, el Dr. Giancarlo Ojeda, por su orientación y acompañamiento cercano y paciente con mi aprendizaje, hasta el final.

Gracias a cada persona que solidaria y voluntariamente ofreció su apoyo en tiempos tan difíciles como los que estábamos pasando debido a la pandemia del Covid-19 y la situación política del país al poner en marcha este proyecto en noviembre del 2020. Gracias.

TABLA DE CONTENIDOS

RESUMEN

ABSTRACT

INTRODUCCIÓN	1
CAPITULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	3
1. IDENTIFICACIÓN DEL PROBLEMA.....	3
2. JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA DEL PROBLEMA	5
3. LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN	7
4. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN.....	7
4.1. Objetivo General	7
4.2. Objetivos Específicos.....	7
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	9
1. ASPECTOS CONCEPTUALES PERTINENTES.....	9
1.1. Inteligencia Emocional	9
1.2. Dependencia Emocional.....	13
1.3. Pandemia Covid-19.....	20
2. INVESTIGACIONES EN TORNO AL PROBLEMA INVESTIGADO.....	21
3. DEFINICIONES CONCEPTUALES Y OPERACIONALES DE LAS VARIABLES	
.....	29
4. HIPÓTESIS	30
CAPITULO III: METODOLOGÍA.....	32
1. NIVEL Y TIPO DE INVESTIGACIÓN	32
2. DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN	32
3. NATURALEZA DE LA MUESTRA.....	32
3.1. Población.....	32

<i>3.2. Muestra y Método de Muestreo</i>	33
<i>3.3. Criterios de Inclusión</i>	33
<i>3.4. Criterios de Exclusión</i>	33
<i>3.5. Criterios de Eliminación</i>	33
4. INSTRUMENTOS	33
<i>4.1. Trait Meta-Mood Scale 24 (TMMS-24)</i>	33
<i>4.2. Inventario de Dependencia Emocional (IDE)</i>	35
<i>4.3. Ficha Sociodemográfica</i>	36
5. PROCEDIMIENTO	36
6. PLAN DE ANÁLISIS DE DATOS	38
CAPÍTULO IV: RESULTADOS	40
CAPÍTULO V: DISCUSIÓN	56
CONCLUSIONES	61
RECOMENDACIONES	63
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	64
ANEXOS	

RESUMEN

Esta investigación tuvo como objetivo principal conocer la relación entre la inteligencia emocional y la dependencia emocional en jóvenes universitarios en Lima Metropolitana. Los participantes fueron 389 estudiantes universitarios entre 18 y 24 años de edad, a quienes se evaluó con los instrumentos: Trait Meta-Mood Scale 24 e Inventario de Dependencia Emocional. Se encontró una correlación muy baja entre las variables mencionadas. Se encontró una correlación de nivel moderado entre la dimensión atención emocional de la inteligencia emocional y la dependencia emocional en varones y un nivel bajo en mujeres. Respecto a la dimensión claridad emocional con la dependencia emocional, se encontró una correlación baja en varones y mujeres. Y, con respecto a la dimensión reparación emocional con la dependencia emocional, se encontró una correlación baja en varones y una correlación muy baja en mujeres.

Palabras clave: Inteligencia emocional, dependencia emocional, universitarios, relaciones interpersonales

ABSTRACT

The main objective of this research was to know the relationship between emotional intelligence and emotional dependence in university students in Metropolitan Lima. The participants were 389 university students between 18 and 24 years of age, who were evaluated with the instruments: Trait Meta-Mood Scale 24 and Emotional Dependence Inventory. A very low relationship was found between the mentioned variables. A moderate level correlation was found between the emotional attention dimension of the emotional intelligence and emotional dependence in men and a low level in women. Regarding the dimension of emotional clarity with the emotional dependence a low correlation was found in men and women. And, regarding the emotional repair dimension with emotional dependence, a low correlation was found in men and a very low correlation in women.

Key words: Emotional Intelligence, Emotional dependence, university student, interpersonal relationships

INTRODUCCIÓN

La dependencia emocional genera en una persona patrones de comportamientos desadaptativos, teniendo como base una búsqueda afectiva extrema y constante en otras personas, que contribuye a mantener el mismo patrón en el tiempo.

El treinta por ciento de la población adulta en el Perú ha presentado deseos, pensamientos o planeación suicida debido a problemas con la pareja (Instituto Nacional de Salud Mental [INSM], 2013), lo cual evidencia la relevancia en trabajar en la regulación del desbalance emocional que puede generar la dependencia emocional.

A su vez, este desajuste emocional desadaptativo puede indicar un pobre manejo de habilidades emocionales o inteligencia emocional. Por ese motivo, el presente estudio busca conocer la relación entre la inteligencia emocional y la dependencia emocional en jóvenes universitarios en Lima Metropolitana, de modo que se pueda realizar intervenciones propicias que contribuyan a disminuir el porcentaje de personas afectadas por la dependencia emocional.

La presente investigación se divide en seis capítulos.

En el primer capítulo “Planteamiento del problema” abarca la indentificación del problema, en la que se recoge la problemática encontrada en las relaciones emocionales que establecen muchos jóvenes y las posibles consecuencias de esta; la justificación e importancia de la investigación, donde se explica la razón del estudio y su relevancia en el presente; las limitaciones encontradas durante el desarrollo del estudio y los objetivos planteados, tanto el general como los específicos.

En el segundo capítulo “Marco teórico” se revisan los aspectos conceptuales pertinentes, donde se describen las variables *inteligencia emocional* y *dependencia emocional*, así como temas relacionados a la Pandemia del Covid-19. Además, se recogen investigaciones en torno al problema investigado, tanto en el país como en el extranjero, se definen conceptual

y operacionalmente las variables y, finalmente, se plantean las hipótesis acorde a la revisión bibliográfica en respuesta a los objetivos.

En el tercer capítulo “Metodología” se describen el nivel, tipo y diseño de la investigación, la naturaleza de la muestra, los instrumentos utilizados (TMMS-24, Inventario de Dependencia Emocional y Ficha sociodemográfica), el procedimiento seguido durante la investigación, así como las consideraciones éticas, y el plan de análisis de datos.

En el cuarto capítulo “Resultados” se plasman los análisis y resultados de la investigación, de acuerdo a los objetivos planteados.

En el quinto capítulo “Discusión” se desarrolla la evaluación e interpretación de los datos descritos en el capítulo de resultados.

Finalmente, se redactan las conclusiones de la investigación y se brindan recomendaciones procedentes de la misma.

CAPITULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1. IDENTIFICACIÓN DEL PROBLEMA

Debido a su naturaleza social, las personas tienen una necesidad de pertenencia, buscan ser aceptadas y amadas; sin embargo, una inadecuada gestión de las emociones puede conllevar una búsqueda excesiva por cubrir esta necesidad, llegando a resultar poco saludable. En estas situaciones, las emociones placenteras que se presentan en el hecho de “amar a alguien” llegan a volverse algo doloroso para una persona; no obstante, al presentarse la *necesidad* de sentir las, también se crea una dificultad para abandonar dichas emociones. Además, así como la comida, la televisión y otras cuestiones, las personas pueden generar una adicción muy semejante a la adicción a sustancias psicotrópicas. Panksepp (1998; como se citó en Rodríguez, 2013) explica que “la sensación de sentirse amado, se asemeja al placer de los opiáceos” (p. 1); esto es que, los circuitos cerebrales que se activan, crean una sensación similar al de algunas drogas.

Rodríguez (2013) también cita a Goleman (1996) para referir a un “descenso de la competencia emocional” (p. 1) en los jóvenes, que cada vez presentan más dificultades emocionales y muchas veces patologías como ansiedad y depresión, incrementando el riesgo a desarrollar dependencia emocional en alguna medida.

Respecto a la realidad peruana, el Ministerio de Salud en el año 2015 publicó una nota de prensa en la cual cita al médico psiquiatra del Instituto de Gestión de Servicios de Salud, Guillermo Ladd, cuando menciona que la dependencia emocional afecta a la salud mental de un individuo, dado que causa daño emocional y la relación se torna opresora y controladora, además de caracterizarse por ser inestables y destructivas. Por el contrario, refiere que “el enamoramiento sano es la capacidad de mirar a la otra persona aceptándola con sus defectos y virtudes, respetando la libertad, valorando la felicidad que le da”, lo cual no se cumple en una relación dependiente.

Asimismo, el periódico ABC (2015) cita a la psicóloga Rosa Fernández Marcote para explicar cómo las redes sociales en internet facilitan el desarrollo de la dependencia emocional, ya que aumentan los modos en los que se puede saber acerca de otra persona en un tiempo inmediato. En la actualidad, los más expuestos a estas redes son los jóvenes, pues son quienes están en mayor contacto con los avances tecnológicos. Además, la psicóloga Fernández indica que los primeros casos registrados en consulta poseen una edad alrededor de los 16 años en adelante.

Finalmente, acorde a los datos ofrecidos por el INSM (2013), algunas de las razones por las que los adultos presentan deseos, pensamientos o planes suicidas son, principalmente, por problemas con la pareja, seguido por problemas económicos o familiares; y, del mismo modo frente a la presencia de intento suicida. Indican que, debido a problemas con la pareja, el 29.3% de la población adulta ha sentido deseos, pensamientos o planes suicidas alguna vez en su vida, y el 36.8% ha tenido intentos suicidas. Se encuentra que existe una mayor prevalencia de deseos, pensamientos, planes e intentos suicidas en la población femenina (38.5%) frente a la población masculina (33.2%). Esto implica que tal porcentaje de adultos en Lima-Perú llevan a un extremo sus emociones respecto a la relación que tienen con sus parejas o conyugues.

Un desajuste emocional, acorde a Pulido y Herrera (2018), implica llevar a un extremo emocional ciertas situaciones que se pueden llamar comunes en la vida, lo cual puede indicar un bajo nivel de inteligencia emocional. Así, tomando en cuenta que un pobre manejo emocional podría derivar en relaciones interpersonales en extremo intensas y poco saludables (Momeñe et al., 2017), se plantea la siguiente pregunta de investigación:

¿Cuál es la relación entre la inteligencia emocional y la dependencia emocional en jóvenes universitarios en Lima Metropolitana?

2. JUSTIFICACIÓN E IMPORTANCIA DEL PROBLEMA

Para la realización del estudio, se está considerando diferentes factores por las que resulta pertinente e importante llevarlo a cabo, los cuales se explican en los siguientes párrafos.

RPP Noticias (2017) cita al exdirector del INSM, Humberto Castillo, al indicar que en caso de presentar señales como sentimientos de culpa, arrepentimiento, intolerancia a la soledad, angustia de abandono, sentimiento de ser dominado y cólera en la pareja resulta importante buscar ayuda profesional, pues suele existir dependencia emocional en las personas que atraviesan esta situación (Villa et al., 2017). Asimismo, aconseja revisar las emociones de uno mismo, sobre todo en caso de presentar una tendencia a ser dependiente de otro (RPP Noticias, 2017), ya que la inmadurez emocional puede influir en que se mantengan relaciones de noviazgo problemáticas (González-Ortega et al., 2018, como se citó en Villa et al., 2017). Por lo mismo, cuando uno es capaz de reconocer sus emociones, puede tomar acción respecto a lo que hacer, en caso identifique que presenta dificultades y requiere otro tipo de ayuda.

Es decir, con este estudio se generaría mayor conocimiento respecto a la relación entre la inteligencia emocional respecto a la dependencia emocional, siendo útil a futuro, pues si tal relación existiese, al conocer si una persona tiene o no un bajo nivel de inteligencia emocional, podría decidir buscar ayuda específica para mejorar en este aspecto y posiblemente disminuir el riesgo de desarrollar algún grado de Dependencia Emocional en una futura relación.

Además, en la actualidad, el 29.3% de adultos presenta desajustes emocionales relacionados con problemas de pareja que pueden ser prevenidos, por lo que se hace oportuno realizar una investigación respecto al estado de su inteligencia emocional, así como de la posible dependencia emocional que puedan estar desarrollando, siendo que esta última aparece con frecuencia cuando las relaciones de pareja se inician, es decir, durante la adolescencia y adultez joven (Rodríguez-Franco et al., 2010, como se citó en Villa et al., 2017).

Asimismo, el médico psiquiatra Guillermo Ladd (INSM, 2017) manifestó que el estado emocional, autoestima, rendimiento de trabajo y resistencia a las enfermedades mejoran cuando una relación es sana; lo cual indica beneficios en la salud mental de las personas en cuanto haya ausencia de una dependencia. RPP Noticias (2014) ya había publicado una nota en la que señala como *vital* la educación respecto a las relaciones de pareja en los jóvenes, orientándolos a que se mantengan centrados en su autonomía como personas, de forma que ante una separación o ruptura, puedan mantenerse estables. Por lo mismo, en orden de prevenir malestares psíquicos graves en los jóvenes, resulta pertinente identificar el estado en el que se encuentran. Aiquipa (2015a) señala que “Perú fue el tercer país en reportar una mayor prevalencia de violencia física o sexual a la mujer por parte de su pareja” (p. 414) y el INSM (2013) detalla que, en Lima-Perú, la prevalencia actual de trastornos de ansiedad y trastornos depresivos en general entre los jóvenes de 18 a 24 años se encuentra en un 1.5% y 2.2%, respectivamente; ambos diagnósticos relacionados con la dependencia emocional (Lemos et al., 2012). Similarmente, la violencia de pareja también se relaciona al constructo en cuestión (Aiquipa, 2015a).

Finalmente, con este estudio se incrementaría el conocimiento teórico respecto a las variables elegidas y, así, podría abrirse puertas a estudios futuros, puesto que, en caso de confirmar una relación entre estas, se podría buscar determinar si dicha relación es de causalidad entre variables en cuestión.

Además, a nivel social, son los jóvenes quienes también se beneficiarían con este estudio, ya que al conocer si existe relación entre las variables, se podrían realizar intervenciones tempranas en los jóvenes que presenten una baja inteligencia emocional o estén más expuestos a crear una dependencia emocional con sus parejas y/o personas cercanas a ellos; de modo que se busque desarrollar el nivel de inteligencia emocional, evitar la dependencia en sus relaciones interpersonales y así prevenir las consecuencias que este diagnóstico puede presentar.

3. LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN

Dentro de las limitaciones de la presente investigación se encuentra que la muestra es de tipo no probabilística por conveniencia, por lo que los datos encontrados sirven solo para la muestra estudiada y no puede darse la generalización de los mismos. Por lo mismo, tampoco se pudo hacer uso de estadística inferencial.

Además, los instrumentos psicométricos fueron aplicados de forma virtual, debido a la pandemia por el Covid-19. En consecuencia, los resultados obtenidos no son directamente comparables con los recopilados en investigaciones en las que los datos fueron recolectados de manera presencial.

4. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

4.1. *Objetivo General*

Conocer la correlación entre la inteligencia emocional y la dependencia emocional en jóvenes universitarios en Lima Metropolitana.

4.2. *Objetivos Específicos*

- Identificar la frecuencia de inteligencia emocional por categorías en jóvenes universitarios en Lima Metropolitana, por niveles y según el sexo.
- Identificar la frecuencia de dependencia emocional en jóvenes universitarios en Lima Metropolitana, por niveles y según el sexo.
-
- Identificar la correlación entre la dimensión de la Inteligencia Emocional Atención Emocional con la Dependencia Emocional en varones.
- Identificar la correlación entre la dimensión de la Inteligencia Emocional Atención Emocional con la Dependencia Emocional en mujeres.
- Identificar la correlación entre la dimensión de la Inteligencia Emocional Claridad Emocional con la Dependencia Emocional, en varones.

- Identificar la correlación entre la dimensión de la Inteligencia Emocional Claridad Emocional con la Dependencia Emocional, en mujeres.
- Identificar la correlación entre la dimensión de la Inteligencia Emocional Reparación Emocional con la Dependencia Emocional, en varones.
- Identificar la correlación entre la dimensión de la Inteligencia Emocional Reparación Emocional con la Dependencia Emocional, en mujeres.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

1. ASPECTOS CONCEPTUALES PERTINENTES

1.1. *Inteligencia Emocional*

1.1.1. Definición.

Hace unos 50 años, cuando se hablaba de inteligencia, lo único en lo que se solía pensar era en un conjunto de habilidades cognitivas relacionadas al proceso de información, el lenguaje y la capacidad de abstracción. Sin embargo, conforme las investigaciones avanzaban en diversos campos, se fue incorporando el área emocional dentro de los aspectos a considerar otros aspectos de la vida, debido a la influencia que se iba encontrando de los procesos afectivos en los cognitivos. Gardner (1983, como se citó en Salovey et al., 1995) propuso la definición de la inteligencia personal, referido al acceso de una persona a sus emociones, siendo capaz de discriminarlas y controlarlas y, así, funcionar como guía de su conducta. De este modo, se abrió la línea de investigación de lo que en la actualidad se conoce como *inteligencia emocional*.

Mayer y Salovey (1990, como se citó en Brackett et al., 2008) fueron los primeros en definir la inteligencia emocional como “la habilidad para controlar los sentimientos y emociones en uno mismo y en otros, discriminar entre ellos y usar esta información para guiar las acciones y el pensamiento de uno” (p. 407). Sin embargo, fue Goleman (1995, como se citó en Brackett et al., 2008) quien viralizó el término en uno de sus libros más vendidos con su modelo por competencias, definiendo la inteligencia emocional como una capacidad para conocer y manejar las emociones en uno mismo, así como reconocerlas en otras personas.

Similarmente, Brackett et al. (2008) definen la inteligencia emocional como “los procesos implicados en el reconocimiento, uso, comprensión y manejo de los estados emocionales de uno mismo y de otros para resolver problemas y regular la conducta.”

Para la presente investigación se partirá del concepto brindado por Mayer y Salovey (1997, como se citó en Fernández-Berrocal y Extremera, 2005) tomando la inteligencia

emocional como el conjunto de habilidades para reconocer, identificar, comprender y regular las propias emociones y las de los demás, desarrollando la capacidad para actuar adaptativamente en base a esta guía dentro de su contexto.

Shapiro (1997, como se citó en Isaza-Zapata y Calle-Piedrahíta, 2016) señala que la inteligencia emocional se relaciona con las cualidades emocionales que dirigen a una persona hacia el éxito: la empatía, la expresión y comprensión de los sentimientos y la capacidad de adaptación.

Por otro lado, Sroufe (1996, como se citó en Brackett et al., 2008) añade que las habilidades emocionales, tanto para tener emociones como para regularlas, se aprende desde la infancia (Campos, 2015). De esta forma, se empieza a desarrollar estas habilidades desde pequeños y continúa en desarrollo a lo largo de la vida.

Además, Kopp (1989), Greenberg y Paivo (2000) y Rossman (1992) (Brackett et al., 2008) describen las categorías de estrategias de regulación emocional: de soporte social (cuidadores o compañeros); de comunicación del afecto (de malestar, de alegría); y de regulación autónoma (distracción/evitación o autocuidado).

1.1.2. Dimensiones.

Mayer y Salovey (1997, como se citó en Brackett, 2008) proponen un modelo explicativo de la inteligencia emocional en el que se enfatiza las habilidades cognitivas presentes de forma implícita en la conducta inteligente emocionalmente. Dentro de su modelo, se desarrollan cuatro dimensiones de la inteligencia emocional.

La facilitación emocional: Se entiende como la influencia que puede tener la emoción en el pensamiento y procesos cognitivos de la persona, ayudando a dirigir la atención a la información importante, generar distintos puntos de vista de acuerdo al humor de la persona, afrontar problemáticas diarias, y mejorar la memoria sobre los sentimientos y emisión de

juicios. Es decir, el estado de ánimo influye en la cognición y al revés (Extremera y Fernández-Berrocal, 2005).

La atención emocional: Habilidad para identificar las emociones en los sentimientos, pensamientos y estados físicos de uno, así como en la conducta de las otras personas; además, para expresar adecuadamente dichas emociones, sin reprimirlas ni exagerarlas, y las necesidades que surjan a partir de estas.

Extremera y Fernández-Berrocal (2005) refieren que una persona con la atención emocional muy desarrollada se describe por vigilar constantemente su estado de ánimo en un intento por comprender sus emociones. Sin embargo, si no desarrolla la comprensión ni regulación emocional a la par, podría desarrollar sintomatología depresiva o ansiosa, supresión de pensamientos y disminución en su funcionamiento físico y social.

La comprensión (o claridad) emocional: Capacidad para reconocer, interpretar y comprender tanto las emociones como los sentimientos, sus causas, significados y transiciones que puedan tener.

Según Extremera y Fernández-Berrocal (2005), las personas con un nivel mayor de comprensión emocional son más hábiles para afrontar problemas emocionales y disfrutar de un mayor bienestar emocional: menor tendencia a la supresión de pensamientos, estrategias de afrontamiento positivas, mejor autoestima y satisfacción personal, menor depresión y tendencia a trastornos de personalidad y mejor adaptación a situaciones estresantes.

La regulación emocional: Capacidad para recepcionar abiertamente las emociones que uno pueda ir sintiendo y regularlas, así como las de los demás; de modo que a su vez, sea capaz de atraer o distanciarse de una emoción de acuerdo a la utilidad de la misma.

Extremera y Fernández-Berrocal (2005) la describen como la habilidad más compleja de la inteligencia emocional y, a su vez, la relacionan con la habilidad anterior, pues explican que una alta capacidad de diferenciación entre las emociones posibilitarían una mayor

regulación emocional. De este modo, posee un gran valor predictivo en aspectos de la salud, como la dimensión de comprensión emocional.

1.1.3. Inteligencia Emocional Como Factor Protector

Diferentes estudios demuestran la existencia de una relación entre la inteligencia emocional y aspectos relacionados al ámbito de salud, educación, trabajo, social, entre otros. Por ejemplo, Brackett et al. (2008) y Fernández-Berrocal et al. (2006) mencionan la relación inversa que existe del constructo en cuestión con la depresión y ansiedad, así como con el consumo de tabaco y alcohol, encontrándose un bajo nivel de este en tanto exista un alto nivel de inteligencia emocional. Similarmente, Aguilar-Luzón et al. (2012), refieren que las personas con un alto nivel de inteligencia emocional presentan respuestas más adaptativas que las personas emocionalmente menos inteligentes.

Asimismo, Fernández-Berrocal y Extremera (2006, como se citó en Brackett et al., 2008) encuentran que la inteligencia emocional sirve como amortiguador frente a diversos acontecimientos adversos de la vida diaria, disminuyendo la intensidad y frecuencia de las reacciones anímicas que surgen a raíz de estos.

De igual manera, el adecuado desarrollo de la inteligencia emocional funciona como prevención de situaciones de violencia en la pareja (Blázquez et al., 2009).

Por otro lado, Fernández-Berrocal y Ruiz (2008, como se citó en Paez y Castaños, 2015) encuentran que la inteligencia emocional en estudiantes universitarios está relacionada con el rendimiento académico, bienestar psicológico, relaciones interpersonales y surgimiento de conductas disruptivas, siendo que un joven universitario con una desarrollada inteligencia emocional presenta un menor grado de sintomatología física, depresiva y ansiosa, además de tener un mejor sistema de afrontamiento y solución de problemas, así como relaciones interpersonales positivas y significativas.

1.2. Dependencia Emocional

1.2.1. Definición.

El término de *dependencia emocional* es relativamente nuevo, aunque, a lo largo de la historia, se ha estudiado dentro de otros conceptos y/o patologías, tales como *adicción al amor*, *Trastorno de personalidad dependiente*, *apego ansioso*, entre otros. Al verse de forma muy abstracta el abordaje del tema desde una perspectiva tan amplia, puesto que tiene sus propias características y especificaciones, los estudios respecto a la dependencia emocional o dependencia afectiva son cada vez mayores y más frecuentes. Así también, es posible encontrar diversos nombres para el constructo.

En ocasiones, la dependencia emocional ha sido conocida como *amor obsesivo* (Massa, et al., 2011), dado que puede comenzar por un enamoramiento para luego tornarse en adicción o dependencia debido a un temor a ser abandonados o rechazado, por factores como una baja autoestima, baja autoimagen e inmadurez emocional (Riso, 2008; como se citó en Massa et al. 2011).

Villa y Sirvent (2009) definen el término como un *trastorno relacional* que se expresa mediante comportamientos adictivos y desadaptativos dentro de una relación interpersonal; además, lo describen como un patrón crónico en el que se busca satisfacer demandas afectivas frustradas.

Tomando en cuenta estas características, en la presente investigación se utilizará la definición brindada por Castelló (2005), quien es uno de los que define a la dependencia emocional como “una necesidad afectiva extrema y continua, que obliga a las personas que la padecen a satisfacerla en el ámbito de las relaciones de pareja”, bajo su modelo teórico de la *vinculación afectiva* (Aiquipa, 2012). Dicho modelo explica que la vinculación afectiva que surge entre las personas se da en grados, de modo que las relaciones interpersonales adecuadas se dan en un grado medio, mientras que la dependencia emocional se da cuando la vinculación

afectiva se presenta en un grado o nivel muy elevado, siendo la diferencia básicamente cuantitativa.

Por otro lado, existen diferentes factores que pueden influir en el desarrollo de una dependencia emocional, ya sean emocionales o familiares. Sophia et al. (1999, como se citó en Massa et al. 2011) señalan que dentro de los factores psicológicos, se encuentran una baja autoestima, sentimientos de ira, estrés y privación emocional. Por otro lado, dentro de los factores emocionales, describen el abandono físico y emocional en la infancia.

Riso (2008) explica que la sintomatología que se presenta en la adicción afectiva, como también llama a la dependencia emocional o psicológica, es similar a la sintomatología dentro la adicción al consumo de sustancias. La diferencia radica en que, en lugar de una droga, la adicción apunta a la seguridad de tener a alguien.

1.2.2. Causas de la Dependencia Emocional.

Castelló (2005) describe cuatro hipótesis como posibles causas de la dependencia emocional. Refiere que la interacción entre las cuatro condiciones muy probablemente concluye en dependencia emocional:

La primera se refiere a las carencias afectivas en la infancia. Durante la etapa temprana, los esquemas almacenados ayudan al niño a crear vínculos y afrontar situaciones retadoras de forma eficaz. Sin embargo, si las experiencias adversas predominan, muy probablemente los esquemas en el vínculo con otras personas que se desarrollen serán disfuncionales a largo plazo, generando dificultades en el establecimiento de vínculos interpersonales futuros, afectando la expresión de conductas y emociones adecuadas (Sánchez, 2011).

La segunda causa puede ser el mantenimiento de la vinculación y focalización excesiva en fuentes externas de autoestima. Es decir, si bien la primera causa descrita predispone los esquemas de un individuo en el vínculo con otras personas, que mantenga una búsqueda continua y excesiva de la atención y afecto de las personas importantes en su vida podría

desencadenar respuestas desfavorables, como la excesiva sumisión y entrega para con esas personas. Un constante mantenimiento de esta respuesta, sumado a un entorno desfavorable, puede contribuir a que el individuo tome por hecho que es una persona indigna de ser querida, sin valor, por lo que necesita de algún otro que le haga sentirse bien (Castelló, 2005).

La tercera causa se puede atribuir a factores biológicos. Las mujeres tienden a mostrar mayor empatía, compasión y sensibilidad al contacto social, lo que lleva a Castelló a pensar que las mujeres les resulta mucho más difícil desvincularse afectivamente, por lo que la dependencia emocional sería más frecuente en ellas antes que en varones. Además, señala los factores biológicos presentes en trastornos del estado de ánimo, sobre todo los que presentan sintomatología ansioso-depresiva, como nerviosismo, tristeza, preocupaciones, ya que repercute en la autoestima.

La última causa se refiere a factores socioculturales, los cuales se unen a los factores biológicos. Aquí influye en gran medida las diferencias que diversas culturas atribuyen a los géneros masculinos y femeninos. Ya que en occidente se le da a la mujer un papel más comprensivo, empático y dirigido al cuidado, mientras que el varón suele atribuirse un rol más individualista y competitivo. Asimismo, influye el sentido que se le da al modelo de relación de pareja, ya que se suele esperar que la mujer sea la más interesada en el aspecto emocional de esta (Castelló, 2005).

1.2.3. Características de la Dependencia Emocional.

Riso (2008) especifica las siguientes características presentes en el diagnóstico: (1) la dependencia aumenta con el tiempo, (2) frente a la ausencia de la persona de la que se depende, se produce un síndrome de abstinencia, (3) aunque exista el deseo de dejar a la persona, se realizan intentos poco decisivos, (4) para estar con la persona adictiva se invierte tiempo y esfuerzo a cualquier precio, (5) existe una alteración en el desarrollo social, laboral y recreativo

a causa de la relación, y (6) a pesar de conocer las consecuencias psicológicas en su salud a causa de la relación, se persiste en mantener el vínculo.

Similarmente, Villa y Sirvent (2009) describen las siguientes características presentes en la dependencia emocional:

(a) La posesividad y el desgaste energético psicofísico intenso; (b) la incapacidad para romper ataduras; (c) el amor condicional (dar *para* recibir); (d) la pseudosimbiosis (no estar completo sin el otro); (e) el desarrollo de un locus de control externo; (f) la elaboración de una escasa o parcial del problema; (g) la voracidad de cariño/amor; (h) la antidependencia o hiperdependencia del compromiso y, finalmente; (i) la experimentación de desajustes afectivos en forma de sentimientos negativos (culpa, vacío emocional, miedo al abandono). (p. 231-232)

Aiquipa (2015b) describe las características basadas en el modelo teórico de Castelló (2005), que a su vez coincide en algunas con características propuestas por Lazo (1998) y Riso (2003). Acorde a esto, se dividen tres áreas:

a) *Área de las Relaciones de Pareja.*

Necesidad excesiva del otro, deseo de acceso constante hacia él: se manifiesta mediante la búsqueda de comunicación constante, ya sea por llamadas, mensajes de texto o apariciones en lugares específicos como el trabajo, centro de estudios, entre otros.

Deseos de exclusividad en la relación: La persona se va aislando paulatinamente de su grupo social, en mayor o menor medida, y existe la espera de que la pareja proceda de igual forma.

Prioridad de la pareja sobre cualquier otro aspecto: El individuo ve a su pareja como quien le da sentido a su vida y objeto predilecto de su atención, dándole mayor importancia que a sí mismo, sus hijos (si tuviera), familiares o amistades.

Idealización de la pareja: A pesar de que con el tiempo, el individuo vaya siendo consciente de los defectos de la pareja, tiende a la idealización de la misma, sobrevalorando sus cualidades y minimizando o anulando los defectos, tal cual si fuera un ser superior al resto de personas.

Relaciones basadas en sumisión y subordinación: Los vínculos basados en la dependencia emocional son relaciones asimétricas y desequilibradas, donde una de las personas es quien domina la relación y la otra se subordina. Esta característica particularmente es la que explica que, en muchos casos de relaciones de pareja, uno de los individuos permite que su pareja le agreda física y/o psicológicamente.

Historia de relaciones de pareja desequilibradas: La persona con dependencia emocional tiene una historia de antiguas parejas con las que existía un vínculo no saludable.

Miedo a la ruptura: El individuo experimenta pánico frente a la idea de una ruptura de la relación. Por lo mismo, se producen conductas con el objetivo de salvaguardar la relación. Por otro lado, si la ruptura acontece, se presenta el síndrome de abstinencia, en el que predomina la tristeza y síntomas ansiosos intensos, pudiendo llegar a ideación suicida. Como consecuencia, se producen conductas dirigidas a intentar restablecer la relación, mediante excusas y otras formas de autoengaño. Debido a esto, existe una gran posibilidad de desarrollar algún trastorno mental en consecuencia también.

Asunción del sistema de creencias de la pareja: La persona con dependencia emocional puede interiorizar algunas ideas que pertenecen a su pareja como si fueran suyas, ya sea que se refiera a la superioridad de la pareja, a la inferioridad sí mismo o al concepto de la relación.

b) Área de las Relaciones Interpersonales.

Deseos de exclusividad hacia otras personas significativas: El individuo suele focalizar su interés y exigencia en los demás de forma excesiva, por lo que pueden demandar atención muy constantemente. Exigen amistades exclusivas y disposición continua. El enganche con

amistades, familia o compañeros de trabajo se da con mayor frecuencia cuando la persona no tiene una pareja.

Necesidad de agradar: Se busca obtener constantemente la aprobación de las demás personas, debido al temor al rechazo o a no gustar, lo que lleva a la persona a estar continuamente pendiente de la impresión que pueden tener los demás. Por lo mismo, evalúan constantemente su apariencia y físico. Esta característica indicaría el desequilibrio emocional subyacente.

Déficit de habilidades sociales: Presentan habilidades sociales como la asertividad y expresión de intereses poco desarrolladas, además de tener demandas profundas de emociones y carencia de empatía.

c) Área de Autoestima y Estado de Ánimo.

Baja autoestima: Definido como un “conjunto de juicios acerca del propio valor y competencias en diferentes dominios” (Mora y Raich, 2005, como se citó en Aiquipa, 2015b). Suelen emitir juicios sobre sí mismos, otorgándose una valoración baja, por lo que suelen aplazar sus intereses y manifestar poco o nada de respeto hacia sí mismos. También tienen dificultades al establecer límites con otras personas, en muchas ocasiones no logrando hacerlo.

Miedo e intolerancia a la soledad: El individuo evita pasar tiempo consigo mismo y experimentar la soledad. Por lo mismo, es una de las causantes de la necesidad de acceso constante a la pareja y de que, cuando una relación termina, busque insistentemente restablecerla y, cuando esto no sea posible, inicia prontamente otra relación.

Estado de ánimo negativo: Se caracterizan por sentir tristeza, preocupación, nerviosismo, inseguridad personal y apatía constante; a pesar de que por periodos más cortos manifiesten alegría o motivación cuando incian una relación o hay una reconciliación.

1.2.4. Diagnóstico Diferencial.

Se vuelve importante aclarar que solo el deseo que puede sentir una persona por su pareja no es suficiente para que se hable de dependencia emocional. La diferencia radica en la *necesidad* que llega a sentir la persona, en la pérdida de control sobre la capacidad para dejar a esa persona, en convertirla en alguien *esencial y fundamental* para uno (Riso, 2008).

Asimismo, se debe diferenciar del *Trastorno de personalidad dependiente*. La Organización Mundial de la Salud (1994) lo describe dentro del CIE-10 como la “excesiva dependencia de otras personas para tomar decisiones más o menos importantes de su vida, gran temor al abandono, sentimientos de impotencia e incompetencia, aceptación pasiva de los deseos de los demás e incapacidad para afrontar las demandas de la vida cotidiana” (p. 165-166). Se basa en una necesidad por recibir cuidados, siendo que la persona se considera incapaz de cuidarse a sí misma en diferentes ámbitos de su vida. Por lo mismo, se toma en consideración que la persona no logre asumir responsabilidades importantes en su vida y que exista resistencia a hacer peticiones a las personas de las que se depende, además de las que ya se mencionó. En cambio, dentro de la dependencia emocional, se observa una búsqueda de satisfacción netamente emocional, frecuentemente en una relación de pareja, es decir, de parte de una persona específica. Además, no afecta su autonomía ni capacidad de autovalimiento en general.

Aponte (2015) diferencia la dependencia instrumental, equivalente al Trastorno de personalidad dependiente, de la dependencia emocional, en cuanto la primera contiene una sensación de indefensión por parte de la persona en diferentes áreas de su vida.

1.2.5. Perfil de Personas con Dependencia Emocional.

Lemos et al. (2012) indican que las personas con dependencia emocional poseen un perfil dirigido a cubrir sus necesidades emocionales, por lo que llegan a interpretar la realidad de una forma distinta. Lemos et al. (2007) encontraron que en las personas con dependencia emocional existe una mayor cantidad de distorsiones cognitivas, siendo los *deberías* y las

falacias de control las que más refuerzan sus esquemas dependientes. El primero, referido a altos estándares que son rígidos e inflexibles y, a su vez, respecto a las situaciones o de cómo tienen que pasar las cosas; de modo que, de no suceder de esa forma, se produce una desestabilización emocional en la persona. El segundo, referido al acto de asumir la responsabilidad por el comportamiento de la pareja de la persona; finalmente, tomando decisiones “por el bien de la relación” y obstaculizando la construcción personal y la aceptación verdadera de la otra persona.

Asimismo, Santamaría et al. (2015) encontraron que las personas con dependencia emocional no tienen conciencia del problema, por lo que no suelen ver las consecuencias negativas de sus relaciones de pareja; tienden a repetir sus errores, intentando las mismas soluciones cada vez, aunque no hayan funcionado en primer lugar; sufren miedo a la soledad y emociones negativas, presentan crisis de identidad y descuidan sus propias necesidades.

Además, Risso (2008) explica que existen dos tipos de personas cuando se habla de dependencia emocional, de acuerdo a las conductas que presentan. Primero, los *activo-dependientes*, quienes suelen tener una conducta celosa, hipervigilante y agresiva. Luego, los *pasivo-dependientes*, los que suelen ser sumisos y obedientes para evitar el ser abandonados.

Una persona con estas características se vuelve vulnerable a desarrollar otros trastornos (Lemos et al., 2012).

1.3. Pandemia Covid-19

Se vuelve pertinente mencionar algunas características de la Pandemia debido al impacto que ha tenido en la salud mental de las personas en el mundo.

Orellana y Orellana (2020) encontraron que el 75% de su muestra estudiada presentó síntomas de depresión, ansiedad y estrés, siendo de una intensidad moderada a grave en la cuarta parte del total. Además, los jóvenes estudiantes (mayores de edad), manifestaron los niveles más altos de síntomas emocionales, debido al reajuste improvisado de sus rutinas, la

incertidumbre en el área académica, la separación física de sus pares y las actividades de ocio y recreación.

Asimismo, Ana María Alemán, en un artículo en el que colaboró con Cátedra UNESCO Patrimonio Cultural y Turismo Sostenible - Universidad de San Martín de Porres (2020) describe que la pandemia ha desencadenado diferentes afectaciones psicológicas entre los universitarios, entre ellos trastornos de pánico, ansiedad y depresión. Estos problemas, junto con un alto nivel de estrés, genera consecuencias desfavorables en el aprendizaje y salud mental de este grupo de personas.

En el mismo artículo, Alemán exhorta a las autoridades a motivar a los estudiantes y profesores a mantenerse conectados a través de la tecnología, ya que la situación de tanto estrés y otros temas psicológicos están afectando a los estudiantes de forma directa (Cátedra UNESCO Patrimonio Cultural y Turismo Sostenible - Universidad de San Martín de Porres, 2020).

Otro artículo en la misma publicación, escrito por Zulema Hassinger, reflexiona sobre la generación de estudiantes actual, la denominada Generación Z, y la forma en la que dominan sus habilidades blandas al permanecer constantemente conectados a redes sociales. Sin embargo, esto no impidió que la cuarentena afectara emocionalmente a este grupo, ya que explica que el confinamiento propició sentimientos de desconexión y separación de sus amigos, sobre todo por la prohibición de reuniones sociales físicas.

2. INVESTIGACIONES EN TORNO AL PROBLEMA INVESTIGADO

2.1. Investigaciones Nacionales

En Arequipa, el año 2010, Pizarro y Valdivia investigaron la relación entre los Estilos de Apego Adulto y la Dependencia Emocional de los estudiantes universitarios en la Universidad Nacional de Moquegua en un estudio descriptivo correlacional. Utilizaron una muestra conformada por 192 sujetos entre 18 y 39 años, quienes fueron evaluados con el

Cuestionario de Estilos de Apego Adulto y el Cuestionario de Dependencia Emocional. Entre sus resultados encontraron que existe un mayor nivel de dependencia emocional en las personas con estilos de apego temeroso-hostil y preocupado, indistintamente del sexo. Como características de estos estilos, acorde a Valle y Moral (2018), se tiene a personas con baja autoconfianza, necesidad de aprobación de las personas y una preocupación excesiva en las relaciones.

Calla y Uyuquipa (2015) realizaron un estudio titulado *Habilidades sociales y dependencia emocional en los estudiantes del quinto año de la Institución Educativa Secundaria Industrial Perú Birf de la ciudad de Juliaca*, el cual tenía como objetivo determinar la relación entre habilidades sociales y dependencia emocional en estudiantes de quinto de secundaria de una institución en particular. Su muestra fue conformada por 133 estudiantes de dicha institución en el año 2014. Para la medición de sus variables, utilizaron el test de Habilidades Sociales de Gismero y el Cuestionario de Dependencia Emocional. Dentro de sus resultados, indican que existe una relación significativa e indirecta entre sus variables; es decir, en tanto exista un mayor nivel de habilidades sociales, hay menor dependencia. Esta investigación adquiere relevancia en cuanto los autores explican que, si bien existe una necesidad normal como seres humanos por estar en contacto con otros, una dependencia patológica puede convertirse en un factor de riesgo para el desarrollo de otras patologías como la depresión. Por el contrario, la necesidad normal se vive mediante relaciones interpersonales adecuadas.

Román y Peña (2016) estudiaron la relación entre la dependencia emocional y la ansiedad en estudiantes de último año de la carrera de Educación en una universidad nacional de Lima. Aplicaron el Inventario de Dependencia Emocional y el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado para cumplir sus objetivos. En una muestra de 92 estudiantes, tanto varones como mujeres, encontraron una relación significativa entre sus variables.

Huaccha, el año 2016, tituló a su investigación *Burnout académico e inteligencia emocional en estudiantes de una universidad privada de Trujillo*. Su objetivo principal fue encontrar la relación entre ambas variables. Mediante un muestreo aleatorio simple, contó con la participación de 314 estudiantes de una universidad privada de Trujillo. Los instrumentos utilizados fueron el Inventario de Burnout de Maslach y el TMMS-24. Entre sus resultados encontró que el agotamiento emocional se relaciona negativamente con la claridad y la reparación emocional, es decir, a menor claridad o reparación emocional, mayor agotamiento. Concluye que una capacidad emocional adecuada ayuda a que los estudiantes puedan sobrellevar las situaciones con más demanda de estrés y de la vida universitaria.

Aguirre et al. (2018) realizaron un estudio llamado *Esquemas emocionales y dependencia emocional en estudiantes de Psicología de universidades de Lima Metropolitana*, en el que su principal objetivo fue encontrar la correlación entre sus variables. Su muestra estuvo conformada por 451 estudiantes de universidades públicas y privadas de Lima Metropolitana. Los instrumentos que utilizaron fueron la Escala de Esquemas Emocionales y la Escala de Dependencia Emocional-ACCA. Las correlaciones que encontraron fueron bajas y negativas, pero altamente significativas entre la dependencia emocional y esquemas control de valores, comprensión de emociones, consenso e insensibilidad; solo en el caso del esquema de rumiación, la relación fue positiva. Finalmente, concluyeron que una mayor inestabilidad emocional y rigidez mental resultaría en mayor dependencia emocional, es decir, personas que muestran sentimientos de culpa, baja autoestima, impulsividad e inflexibilidad. Por otro lado, encontraron que un 87% de su muestra tenía una tendencia a la dependencia emocional y sin diferencias significativas entre hombres y mujeres.

Magno (2020) buscó determinar la relación entre la inteligencia emocional percibida y el afrontamiento del estrés académico en los universitarios de Ciencias de la Salud. Para esto, tuvo una muestra de 211 estudiantes de Lima de primer año de estudios, entre los 18 y 21 años.

Sus instrumentos fueron el TMMS-24 y la Escala de Afrontamiento del Estés Académico. Entre sus resultados, obtuvo que entre ambas variables existe una correlación positiva, es decir, a mayor inteligencia emocional percibida, mejor afrontamiento al estrés académico.

Por otro lado, Tello (2020) estudió la dependencia emocional, autoestima y celos en estudiantes universitarios. Contó con una muestra no probabilística de tipo intencional de un total de 360 estudiantes, entre 17 y 43 años, quienes fueron evaluados con la Escala Breve de Dependencia Emocional, la Escala de Autoestima de Rosemberg y la Escala Breve de Celos. Dentro de sus resultados se corroboró parcialmente su objetivo general, ya que solo se encontraron correlaciones entre algunas dimensiones de sus variables. Encontró que la baja autonomía de la dependencia emocional tiene una asociación baja, pero significativa y negativa con la autoestima positiva, es decir, a mayor autoestima, mayor autonomía (menos baja autonomía). Además, se encontró una correlación positiva y moderada entre la necesidad de afecto y los celos, es decir, a mayor necesidad de afecto, mayores serán los sentimientos de celos. Por el contrario, no encontró correlación entre las dimensiones celos y autoestima.

2.2. Investigaciones Internacionales

En el 2006, Extremera y Fernández-Berrocal estudiaron la inteligencia emocional como predictor de la salud mental, social y física de estudiantes universitarios en España. La muestra se compuso por 184 estudiantes entre 19 y 57 años y se usó el TMMS-24, la Escala de Ansiedad Rasgo, el Inventario de Depresión de Beck y la SF-12 Health Survey para medir sus variables. En sus resultados se encontró que una mayor puntuación en Atención emocional se relaciona significativa y positivamente con una mayor sintomatología ansiosa y depresiva y, por el contrario, con una puntuación menor respecto al Rol emocional, Funcionamiento social y salud mental. Además, una puntuación más alta en Claridad y Reparación Emocional significó un menor nivel de Ansiedad y Depresión y mayor en Rol Físico, Funcionamiento Social, Salud Mental, Vitalidad y Percepción de Salud. Su conclusión final llegó a que la inteligencia

emocional tiene carácter predictivo sobre la ansiedad, depresión y otras áreas relacionadas con la salud mental, social y física de los estudiantes.

En Irán, Ghobari y Haddadi, en el 2011, realizaron un estudio que tenía como objetivo el examinar la relación entre la inteligencia emocional y estilos de apego en adolescentes delincuentes. Para lograr su objetivo, estudiaron a una muestra de 75 adolescentes delincuentes, varones entre 13 y 25 años, y se usó la Escala de inteligencia emocional (TMMS-24) de Salovey y Mayer y la Escala de Apego Revisada de Collins. Dentro de sus resultados, se encontró que los estilos de apego pueden predecir la inteligencia emocional en la población de estudio. Así, los adolescentes delincuentes con apego ansioso poseían una inteligencia emocional menor a los adolescentes delincuentes con un estilo de apego seguro. En el estudio hacen referencia a Kafetsios & Yeadou (2003) y Fullam (2002), quienes también encontraron que existe mayor inteligencia emocional en individuos con un estilo de apego seguro, que en individuos con estilos de apego ansiosos o evitativos.

Similarmente, Rodríguez et al. (2011) realizaron una investigación en Colombia, con el objetivo de *determinar el grado de relación entre la Inteligencia Emocional Percibida y la Ansiedad Rasgo-Estado de los estudiantes de Psicología de una universidad pública del Magdalena*. Para esto, utilizaron el TMMS-24 y el IDARE, en una muestra aleatoria de 167 sujetos. Encontraron que existe una relación directa entre la percepción emocional y la ansiedad y una relación inversa entre la ansiedad y la comprensión emocional, así como con la regulación emocional. Además, encontraron que la frecuencia de estudiantes que presentaba un nivel adecuado de Atención en su inteligencia emocional fue el 70.3%, de Claridad, el 69.5%; y, de Reparación, el 70.1%. Respecto a su otra variable, el nivel medio y alto de ansiedad estado fue de 68.9% y de ansiedad rasgo de 94.1%.

Rodríguez y Suárez (2012), en un estudio de tipo descriptivo correlacional, investigaron la relación entre la inteligencia emocional, depresión y rendimiento académico en estudiantes

de la carrera de Psicología de la Universidad Magdalena en Colombia. La muestra estuvo conformada por 76 estudiantes entre II y IX ciclo, mediante un muestreo probabilístico estratificado. Se utilizaron el TMMS-24 para medir la inteligencia emocional, la Escala para la Depresión de Beck (BDI) para medir el nivel de depresión y el promedio académico de cada participante, brindado por la institución educativa. Dentro de los resultados se encontró que el nivel de depresión encontrado se relaciona negativamente con la habilidad tener claridad emocional, así como para recuperarse y reparar las propias emociones dentro de la medición de la inteligencia emocional. Por otro lado, no se encontró una relación entre la inteligencia emocional con el rendimiento académico entre los estudiantes. Además, encontraron que un 63% presentaba puntajes bajos de depresión y un 11% depresión leve y grave. Respecto a la frecuencia de las categorías en la inteligencia emocional, más del 50% se encuentra en un nivel adecuado en cada una.

Aguilar-Luzón et al. (2012) estudiaron a una muestra de 144 jóvenes universitarios estudiantes de Psicología en una universidad de España con el objetivo de examinar el papel predictivo del apego sobre las dimensiones (atención, claridad y regulación emocional) de la inteligencia emocional percibida en su investigación “La inteligencia emocional percibida y su relación con el apego adulto”. Para esto, utilizaron el Cuestionario sobre experiencias en las relaciones cercanas y el TMMS-24. Los autores encontraron que la seguridad en el apego se relaciona con una mayor capacidad para percibir, entender y regular las emociones; además, estos resultados fluctúan según se adopten medidas de apego categóricas o dimensionales, sobre todo al compararlos con la regulación emocional. Además, no existían diferencias significativas entre las dimensiones de inteligencia emocional entre hombres y mujeres. La dimensión de ansiedad correlacionó positivamente con la atención emocional y el apego seguro, con la claridad emocional; de este modo, se concluye que en tanto más ansiosa se muestre la persona, más atención y menos claridad emocional presenta. Por otro lado, la

dimensión de evitación correlacionó negativamente con claridad emocional, así como el apego indiferente con atención y claridad emocional y el apego temeroso con claridad emocional.

Lemos et al. (2012) estudiaron a los estudiantes de una universidad de Colombia; mediante un muestreo aleatorio sistemático, obtuvieron una muestra de 569 personas de entre 16 y 31 años. Se plantearon el objetivo de identificar el perfil cognitivo de los estudiantes universitarios con dependencia emocional, para lo cual utilizaron el Cuestionario de Dependencia Emocional, Cuestionario de Esquemas Desadaptativos Tempranos, Cuestionario de Creencias Centrales de los Trastornos de la Personalidad, Inventario de Pensamientos Automáticos y Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento Modificado. Encontraron que la dependencia emocional se encontraba en un 24% de la muestra estudiada, siendo mujeres un 76% del total; es decir, encontraron mayor predominancia en la población femenina. Sin embargo, no encontraron una relación significativa entre el sexo y la dependencia emocional. Además, dentro de este grupo, predomina un esquema de desconfianza/abuso, creencias centrales del trastorno de la personalidad paranoide y dependiente y distorsión cognitiva de falacia de cambio.

Herrera (2016) encontró una fuerte correlación inversa entre las variables inteligencia emocional y dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja en La Paz, Bolivia; es decir, a mayor inteligencia emocional, menor dependencia emocional. Para llegar a estos resultados, utilizaron el Cuestionario de Dependencia Emocional de Lemos y Londoño (2006) y el Cuestionario de Inteligencia emocional de Weisinger (2001) como instrumentos. Además, su muestra estuvo conformada por 36 mujeres.

Momeñe et al. (2017) investigaron en España la relación entre la dependencia emocional, la regulación emocional y el abuso psicológico en las relaciones de pareja. Para dicho objetivo, contaron con una muestra conformada por 303 personas entre 18 y 75 años. Los instrumentos utilizados para medir sus variables fueron Dependencia emocional en el

noviazgo de jóvenes y adolescentes, Escala de abuso psicológico sutil y manifiesto a las mujeres y Escala de dificultades en la regulación emocional. Los resultados encontrados mostraron que la dependencia emocional se correlaciona de forma significativa y en sentido positivo con el abuso psicológico y con las dificultades de regulación emocional. Además, que las mujeres presentan mayor dificultad en la regulación emocional.

Sánchez-López et al. (2018) realizaron una investigación con el objetivo principal de establecer en qué medida los comportamientos de riesgo que involucran cuestiones de salud dependen de la inteligencia emocional. Tuvieron una muestra de 219 participantes entre los 18 y 59 años de distintas facultades de una universidad en España. Sus instrumentos de medición fueron el TMMS-24 para inteligencia emocional y el DOSPERT-30 para medir la probabilidad de participar en comportamientos de riesgo en el ámbito de la salud. Entre sus resultados encontraron que las dimensiones claridad y reparación emocional se relacionan de forma inversa con las conductas de riesgo en el ámbito de salud. Asimismo, una relación inversa entre la edad de los participantes y la realización de conductas de riesgo, es decir, mientras mayor sea su edad, menor será el compromiso con sus conductas de riesgo. Finalmente, encontraron diferencias de género respecto a la atención emocional, en la que las mujeres presentaron mayores niveles de atención que los varones.

Enns et al. (2018) buscaron examinar la relación entre la inteligencia emocional, el estrés percibido y el potencial rol mediador de estrategias de afrontamiento. Para lograr su objetivo contaron con una muestra de 203 estudiantes universitarios estadounidenses de psicología, enfermería y trabajo social. Encontraron que una mayor inteligencia emocional se asociaba con una menor percepción del estrés, así como con un mejor uso de estrategias de afrontamiento adaptativas y un menor uso de las maladaptativas.

Finalmente, Puigbó et al. (2019) buscaron investigar la influencia de la inteligencia emocional percibida sobre las estrategias de afrontamiento ante situaciones de estrés cotidiano.

Para esto, obtuvieron una muestra compuesta de 50 personas entre 18 y 25 años, a quienes se evaluó con el TMSS-24 y una evaluación ecológica momentánea para el afrontamiento del estrés cotidiano. Obtuvieron que las personas con un nivel alto de claridad emocional utilizaron más el afrontamiento centrado en el problema, la aceptación de las emociones y menos en el rechazo (evitación y negación); las personas con un nivel alto de reparación emocional, utilizaron en mayor medida la búsqueda de apoyo social y el afrontamiento centrado en el problema y menos en el rechazo; y, las personas con mayor nivel de atención emocional, utilizaron más la aceptación de emociones y a búsqueda de apoyo social.

3. DEFINICIONES CONCEPTUALES Y OPERACIONALES DE LAS VARIABLES

Inteligencia Emocional

Salovey y Mayer (1995, como se citó en Espinoza-Venegas et al., 2015) definen la inteligencia emocional como la “capacidad de percibir, entender, administrar y regular las emociones tanto propias como las de los demás” (p. 140). De este modo, las personas emocionalmente inteligentes son capaces de reconocer y expresar sus emociones, así como identificar las de otras personas y entablar relaciones interpersonales satisfactorias.

Operacionalmente, se mide este atributo mediante el puntaje obtenido en el Trait Meta Mood Scale 24 (TMMS-24).

Dependencia Emocional

Castelló (2005, como se citó en Aiquipa, 2015b) define la dependencia emocional como “la dimensión disfuncional de un rasgo de personalidad, que consiste en la necesidad extrema de orden afectiva que una persona siente hacia otra, su pareja” (p. 417), por lo que los comportamientos en las relaciones interpersonales se dirigen a mantener la cercanía interpersonal.

Operacionalmente, se mide este atributo mediante el puntaje obtenido en el Inventario de Dependencia Emocional IDE (Aiquipa, 2012).

Variables Sociodemográficas

Además, es tomó en cuenta variables sociodemográficas, tales como sexo (varón, mujer), edad (18 a 24), tipo de institución (pública o privada) y año de estudios (primero a quinto).

Tabla 1

Operacionalización de las variables

Variable	Dimensiones	Indicadores/ítems	Escala de medición
Inteligencia emocional	Atención emocional	8 ítems: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	Escala cuantitativa de intervalo
	Claridad emocional	8 ítems: 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16	
	Reparación emocional	8 ítems: 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24	
Dependencia emocional	Miedo a la ruptura	9 ítems: 5, 9, 14, 15, 17, 22, 26, 27, 28	Escala cuantitativa de intervalo
	Miedo e intolerancia a la soledad	11 ítems: 4, 6, 13, 18, 19, 21, 24, 25, 29, 31, 46	
	Prioridad de la pareja	8 ítems: 30, 32, 33, 35, 37, 40, 43, 45	
	Necesidad de acceso a la pareja	6 ítems: 10, 11, 12, 23, 34, 48	
	Deseos de exclusividad	5 ítems: 16, 36, , 41, 42, 49	
	Subordinación y sumisión	5 ítems: 1, 2, 3, 7, 8	
	Deseos de control y dominio	5 ítems: 20, 38, 39, 44, 47	

4. HIPÓTESIS

4.1. Hipótesis General

Existe una alta correlación entre la inteligencia emocional y la dependencia emocional en jóvenes universitarios en Lima Metropolitana.

4.2. Hipótesis Específicas

- Existe una correlación alta entre la dimensión de la Inteligencia Emocional Atención Emocional con la Dependencia Emocional en varones.

- Existe una correlación alta entre la dimensión de la Inteligencia Emocional Atención Emocional con la Dependencia Emocional en mujeres.
- Existe una correlación alta entre la dimensión de la Inteligencia Emocional Claridad Emocional con la Dependencia Emocional, en varones.
- Existe una correlación alta entre la dimensión de la Inteligencia Emocional Claridad Emocional con la Dependencia Emocional, en mujeres.
- Existe una correlación alta entre la dimensión de la Inteligencia Emocional Reparación Emocional con la Dependencia Emocional, en varones.
- Existe una correlación alta entre la dimensión de la Inteligencia Emocional Reparación Emocional con la Dependencia Emocional, en mujeres.

CAPITULO III: METODOLOGÍA

1. NIVEL Y TIPO DE INVESTIGACIÓN

La presente investigación tuvo un nivel básico no experimental, ya que estuvo orientada a generar nuevos conocimientos teóricos sin llevarlo al campo práctico y sin manipular las variables de estudio (Hernández et al., 2014); es decir, no se manipularon las variables de inteligencia emocional ni dependencia emocional en el proceso de investigación. Además, fue una investigación de tipo descriptivo correlacional, debido a que tuvo como finalidad describir los fenómenos estudiados, así como encontrar la relación que existe entre los mismos (Hernández et al., 2014).

2. DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

El diseño de la investigación fue no experimental transaccional, pues no se manipularon las variables a estudiar a propósito. En otras palabras, las situaciones estudiadas no fueron provocadas intencionalmente para realizar el estudio. Y, además, se realizó en un momento específico; es decir, se observaron los hechos tal y como se encontraron en su contexto natural en un momento dado, para poder realizar un análisis de los mismos (Hernández et al., 2014). De este modo, se estudiaron las variables de inteligencia y dependencia emocional en la realidad de jóvenes universitarios en Lima Metropolitana, en su presente, sin modificar de algún modo las mismas. Asimismo, tuvo un diseño correlacional, ya que estos diseños buscan describir una relación entre dos o más categorías (Hernández et al., 2014). De ahí que el presente estudio tiene como objetivo encontrar la relación entre la dos variables en cuestión.

3. NATURALEZA DE LA MUESTRA

3.1. Población

La población elegida para el estudio fueron jóvenes universitarios con un rango de edad entre 18 y 24 años en Lima Metropolitana. Se eligió ese rango de edades tomando en consideración que es el rango con mayor frecuencia (66.61%) de estudiantes universitarios en

el Perú (Instituto Nacional de Estadística e Informática, 2010). Además, se requería un mínimo de 18 años debido a los requisitos del Inventario de Dependencia Emocional.

3.2. Muestra y Método de Muestreo

La muestra fue escogida de forma no probabilística por conveniencia, el cual consiste en escoger individuos que se encuentren disponibles o por comodidad para el investigador (López, 2004). De este modo, los participantes universitarios fueron escogidos de acuerdo a la accesibilidad del investigador.

Al finalizar la recolección de datos, se contó con la participación de 389 estudiantes universitarios.

3.3. Criterios de Inclusión

- Cursan entre el 1er y 5to año de estudios universitarios (institución pública o privada).
- Viven en Lima Metropolitana.

3.4. Criterios de Exclusión

- No haber brindado su consentimiento para participar.
- No se encuentran matriculados en una universidad.

3.5. Criterios de Eliminación

- Cuestionarios administrados incompletos.
- Datos sociodemográficos incompletos.

4. INSTRUMENTOS

4.1. Trait Meta-Mood Scale 24 (TMMS-24)

El TMMS-24 fue adaptado al español del State Meta-Mood Scale (Salovy et al., 1995) por Pablo Fernández-Berrocal, Natalio Extremera y Natalia Ramos en el año 2004. El objetivo del TMSS-24 es evaluar la inteligencia emocional percibida y su forma de administración puede ser individual o colectiva.

El estudio original contó con una muestra de 292 participantes, todos estudiantes universitarios, entre 18 y 57 años.

La escala está compuesta por 24 ítems, que a su vez sirven de indicadores, divididos entre 3 factores: atención emocional, claridad emocional y reparación emocional. Utiliza una escala de tipo Likert en la que cada ítem posee cinco opciones de respuesta en orden creciente del 1 al 5: “Nunca”, “Raramente”, “Algunas veces”, “Con bastante frecuencia” y “Muy frecuentemente”.

La escala de autoinforme adaptada (Fernández-Berrocal et al., 2004) cuenta con niveles altos de confiabilidad, tanto para la dimensión de atención emocional ($\alpha=.90$), claridad emocional ($\alpha=.90$) y reparación emocional ($\alpha=.86$); similarmente, respecto a su fiabilidad test-retest (Atención=.60; Claridad=.70 y Reparación=.83).

Diferentes estudios (Espinoza-Venegas et al., 2015; Huaccha, 2016; Chang, 2017; Magno, 2020; entre otros) han validado el test para su uso en investigaciones básicas y con poblaciones similares al presente estudio, tanto en el extranjero como en el Perú.

El puntaje en cada factor varía dentro de 3 categorías en grupos de hombres y mujeres. El total del factor de Atención emocional resulta de la suma de los ítems 1 al 8, encontrándose en la categoría “*Presta poca atención*” un puntaje < 21 en varones y < 24 en mujeres; “*Adecuada atención*”, un puntaje entre 22 y 31 en varones y 25 y 35 en mujeres; y, “*Presta demasiada atención*”, un puntaje >33 en varones y >36 en mujeres. El total del factor Claridad emocional resulta de la suma de los ítems 9 al 16, encontrándose en la categoría “*Mejorar su comprensión*” un puntaje <25 en varones y <23 en mujeres; “*Adecuada comprensión*”, un puntaje entre 26 y 35 en varones y 24 y 34 en mujeres; y, “*Excelente comprensión*”, un puntaje >36 en varones y >35 en mujeres. El total del factor Reparación emocional resulta de la suma de los ítems 17 al 24, encontrándose en la categoría “*Mejorar su regulación*” un puntaje <23

tanto en varones como mujeres; “*Adecuada regulación*”, un puntaje entre 24 y 35 en varones y 24 y 34 en mujeres; y, “*Excelente regulación*”, un puntaje >36 en varones y >35 en mujeres.

4.2. Inventario de Dependencia Emocional (IDE)

El Inventario de Dependencia Emocional (IDE) fue creado por Jesús Aiquipa Tello, el año 2012 en Lima, Perú. Su objetivo es evaluar la dependencia emocional en una población entre 18 y 55 años. La forma de administración puede ser individual o colectiva.

Para su creación, se contó con una muestra total de 757 participantes entre los 18 y 55 años, entre estudiantes universitarios y personas laboralmente activas, cuyas instituciones estaban ubicadas en área Metropolitana de ciudad de Lima – Perú.

Cuenta con un Índice de Homogeneidad o Correlación Ítem-Test por encima de 0.50. Cuenta con un alto Índice de Confiabilidad ($\alpha=.96$); asimismo, el Coeficiente de Correlación “r” de Pearson fue de 0.91. Cuenta tanto con validez de contenido, por respaldo de cinco expertos, y con validez factorial con un valor mayor a $\alpha=.7$ para cada factor.

Está compuesto por siete dimensiones o factores que explican el 64.7% de la varianza total, mediante análisis factorial: (1) *Miedo a la ruptura*, como el temor que se presenta ante la idea de disolución de la relación, llegando al extremo de ser incapaces por sí mismos de terminar una relación. (2) *Miedo e Intolerancia a la soledad*, como el temor y otros sentimientos desagradables que aparecen al experimentar la ausencia de la pareja. (3) *Prioridad de la pareja*, como la tendencia a ubicar a la pareja ante cualquier otro aspecto o persona en una escala de importancia. (4) *Necesidad de acceso a la pareja*, como el deseo de tener presente a la pareja en todo momento, sea física o mentalmente. (5) *Deseos de exclusividad*, como la tendencia a aislarse de su entorno para centrar su atención en la pareja; asimismo, se espera reciprocidad de la pareja respecto a esta conducta. (6) *Subordinación y sumisión*, como la sobreestimación de las conductas, pensamientos, sentimientos e intereses de la pareja, acompañada sentimientos de inferioridad y desprecio hacia uno mismo. (7) *Deseos de control*

y *dominio*, como la búsqueda activa de atención y afecto de la pareja, para mantener su permanencia y tener un sentimiento de control en la relación.

Consta de 49 ítems o reactivos, que a su vez sirven como indicadores, utilizando una escala tipo Likert, cada una tiene cinco alternativas de respuesta: (1) Rara vez o nunca es mi caso, (2) Pocas veces es mi caso, (3) Regularmente es mi caso, (4) Muchas veces es mi caso y (5) Muy frecuente o siempre es mi caso.

De acuerdo al puntaje final, los resultados pueden ubicarse en cuatro categorías de acuerdo al grado de la presencia de Dependencia Emocional en la persona: *Bajo o normal* (49-84), *Significativo* (85-105), *Moderado* (106-124) y *Alto* (125-196).

4.3. Ficha Sociodemográfica

Se creó una ficha sociodemográfica para recolectar datos de los participantes que contribuyeron a la investigación, tales como nombre, edad, tipo de institución (pública o particular), año de estudios (1, 2, 3, 4, 5), sexo (varón o mujer), nombre de institución educativa.

5. PROCEDIMIENTO

El primer proceso realizado fue la presentación del proyecto para aprobación del Comité de Ética e inscripción en la Facultad de Psicología Leopoldo Chiappo Galli.

Obtenida la aprobación, se realizó el contacto de forma virtual con los estudiantes universitarios que participaron del estudio, brindándoles un enlace para una sala de reunión virtual.

Durante la reunión virtual, se presentó la investigación y se envió un formulario del consentimiento informado a los participantes para que pueda ser leído y aceptado.

Solo mediante la aceptación de haber leído y estar de acuerdo con lo detallado en el Consentimiento informado se pudo llenar la ficha socio-demográfica y, consecuentemente, los

cuestionarios, siendo el primero el TMMS-24 y, luego, el Inventario de Dependencia Emocional.

Al finalizar ambos cuestionarios, se le recordó a los participantes su opción para poder solicitar los resultados posteriormente y se adjuntó un enlace de acceso a material visual informativo (tríptico) con información sobre las variables estudiadas. En caso tuvieran más dudas, se resolvieron durante la reunión y se agradeció nuevamente su participación. Además, se recordó el contacto de la investigadora, previamente informado.

Los datos recolectados fueron digitados en una base de datos para el posterior análisis de los datos.

Finalmente, los datos recogidos fueron redactados para el estudio y se realizó el análisis y discusión de los mismos.

Consideraciones Éticas

En orden de mantener la integridad de los participantes en la investigación, se respetó los principios bioéticos a considerar.

Previamente a la participación del estudio, se brindó un consentimiento en el cual se especifica los datos necesarios del mismo y debió ser aceptado para asegurar la libre decisión de colaboración de parte de los participantes. Además, en caso alguno hubiera cambiado de opinión durante el proceso, se respetó la libertad de abandonar el estudio en cualquier momento.

Por otra parte, con la intención de beneficiar a los participantes, se les dio la opción de solicitar los resultados de sus evaluaciones. Además, a modo de psicoeducar, se brindó material visual informativo (tríptico) respecto a las variables estudiadas, para un mejor conocimiento de las mismas por los participantes y, en caso tuvieran más dudas o curiosidad en algún aspecto relacionado, se les brindó la información necesaria.

Además, cada individuo tuvo la misma oportunidad de participar del estudio y también fue tratado equitativamente respecto a sus pares.

Finalmente, se mantuvo la confidencialidad de los datos de cada individuo. Además de mantener la evaluación libre de riesgos para su integridad personal, pues se brindó condiciones óptimas para participación en la misma. Sin embargo, podría haberse dado que el participante se sintiera incómodo por algún motivo relacionado a los ítems de los cuestionarios; de haber sido así, pudo haber desistido de continuar con la prueba y recibido contención emocional por parte de la evaluadora, para luego evaluar la necesidad de derivación al psicólogo en caso de perturbación emocional.

6. PLAN DE ANÁLISIS DE DATOS

Para analizar los datos obtenidos, se utilizó un programa estadístico especializado, en el cual se hizo uso de estadísticos descriptivos, así como frecuencia y porcentajes. Además, se utilizó la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov. Al negarse la normalidad en los resultados, se utilizó el estadístico de Spearman. Para explicar las figuras, se hizo mediante la curva que describe mejor la relación entre variables, sin embargo, debido a que la varianza común compartida identificada no fue estadísticamente diferente a la identificada por el coeficiente de correlación de Spearman, se mantuvo el resultado obtenido con este último coeficiente.

Respecto la interpretación de las intensidades de los coeficientes de correlación, se hizo uso de los criterios de Cohen (Tabachnick y Fidell, 2013), los cuales describen:

- $r = 1$ correlación perfecta
- $0.8 < r < 1$ correlación muy alta
- $0.6 < r < 0.8$ correlación alta
- $0.4 < r < 0.6$ correlación moderada
- $0.2 < r < 0.4$ correlación baja

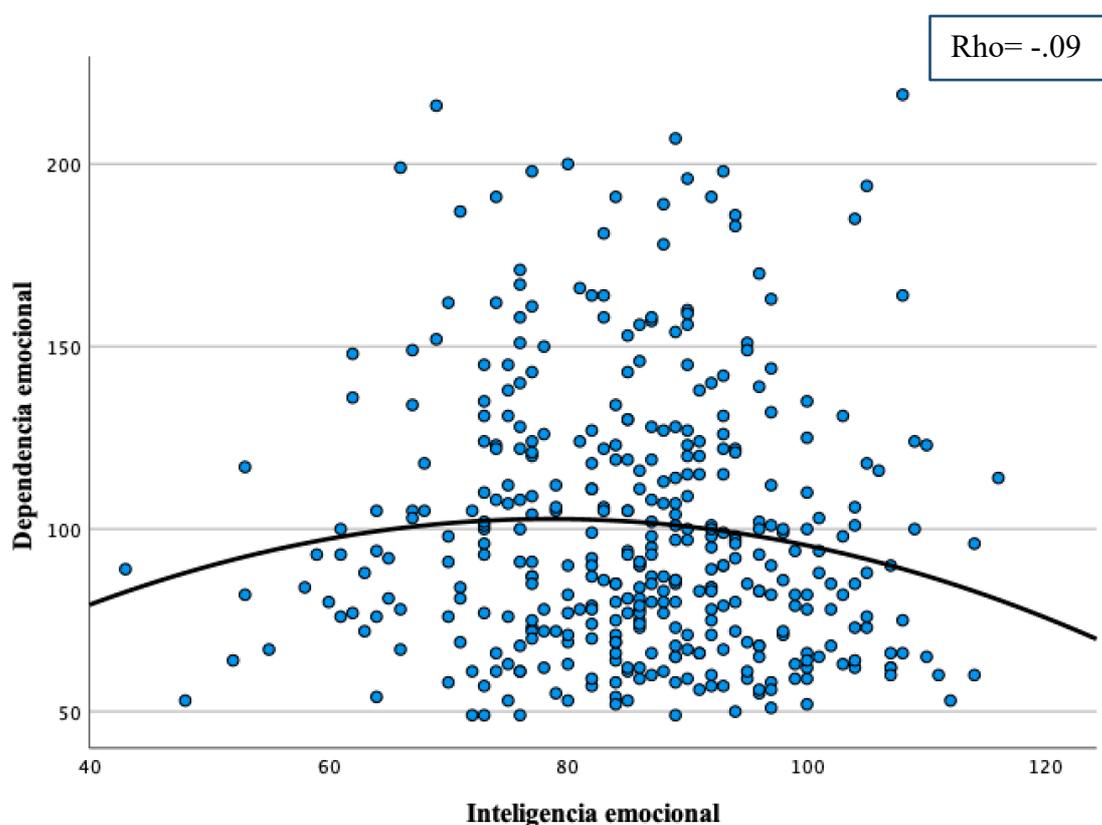
- $0 < r < 0.2$ correlación muy baja
- $r = 0$ correlación nula

CAPÍTULO IV: RESULTADOS

Con respecto al objetivo general de conocer la relación de la inteligencia emocional y la dependencia emocional en jóvenes universitarios en Lima Metropolitana, los resultados se muestran en la siguiente figura.

Figura 1

Correlación entre la inteligencia emocional y la dependencia emocional en jóvenes universitarios de Lima Metropolitana



Se puede observar la curva de relación entre las variables de inteligencia emocional y dependencia emocional en la muestra estudiada. Asimismo, el estadístico de Spearman para definir la correlación entre las variables mencionadas.

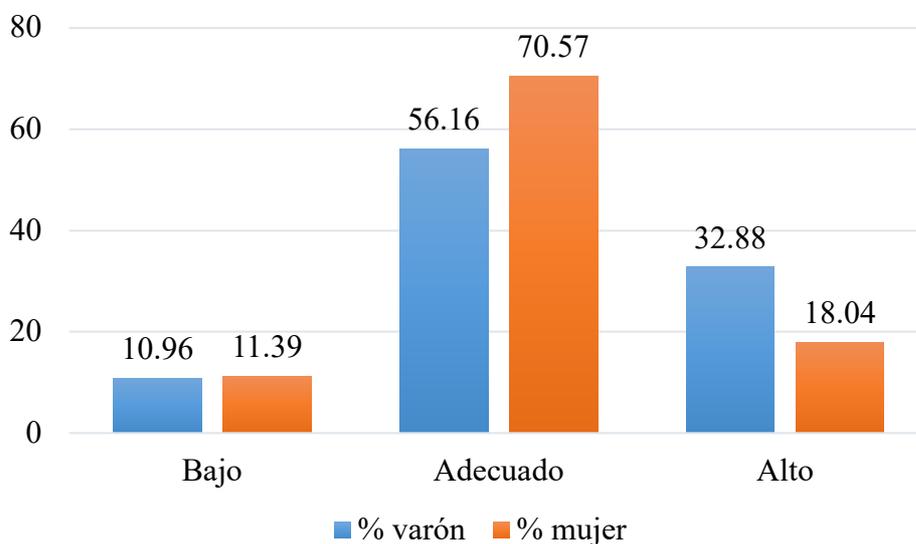
Los resultados muestran el rechazo de la hipótesis planteada, es decir, no existe una alta correlación entre las variables inteligencia emocional y dependencia emocional en la muestra estudiada. Sin embargo, sí existe una correlación en un nivel muy bajo ($Rho = -.09$). En la

gráfica se observa que para puntuaciones de inteligencia emocional superiores a 80 una persona tiene mayor desarrollada su capacidad para identificar sus emociones, para entenderlas y regularlas, mientras que el nivel de dependencia emocional decrece. De esta forma, sus vínculos interpersonales se encontrarán más regulados y saludables, existirá un menor miedo a la ruptura de la relación, menor prioridad a la persona de la que se depende (en comparación con otros vínculos), menor intención de control de la otra persona o relación y mayor tolerancia a momentos de soledad e individualidad.

Con respecto al objetivo específico de identificar la frecuencia de inteligencia emocional por categorías en jóvenes universitarios en Lima Metropolitana, según nivel y sexo, los resultados se muestran en las siguientes figuras (Figura 2, Figura 3 y Figura 4).

Figura 2

Frecuencia de inteligencia emocional categoría atención en jóvenes universitarios en Lima Metropolitana, por niveles y según el sexo.



En la Figura 2 se muestra la frecuencia de varones y mujeres en cada nivel de la categoría atención de la inteligencia emocional.

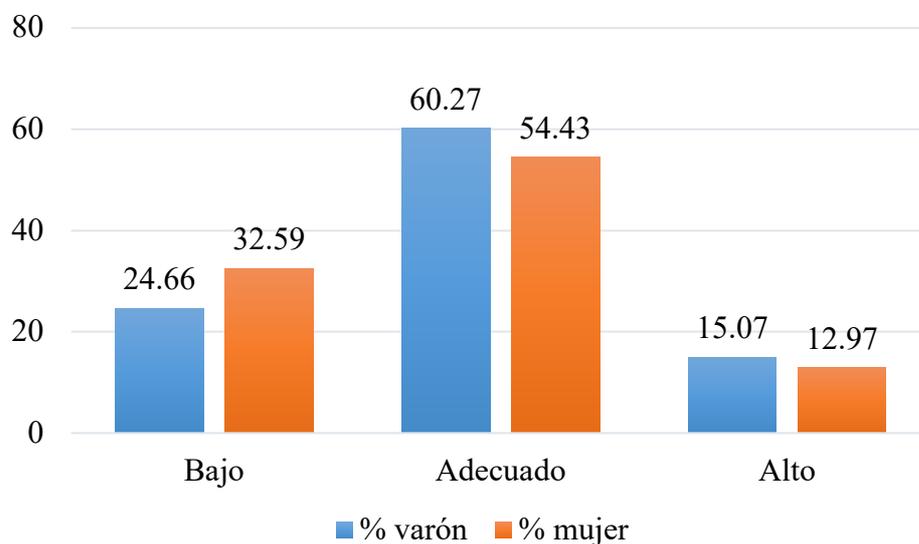
En un nivel bajo, se ubica un menor porcentaje de la muestra, tanto en varones como mujeres, siendo que el 10.96% de los varones y el 11.39% de las mujeres tiene muy pobremente desarrollada la habilidad para identificar sus propias emociones y la de otras personas.

En un nivel adecuado, se ubica el 56.16% de los varones y el 70.57% de las mujeres. Es decir, gran parte de la muestra estudiada, más del 50% de los participantes, logra identificar con relativa facilidad tanto sus propias emociones como las de otras personas.

Y, en un nivel alto, se encuentra el 32.88% de los varones y el 18.04% de las mujeres. Este porcentaje de la muestra se muestra constantemente vigilante a sus propias emociones y a las de los demás, lo cual podría sugerir un estado de activación excesiva en estas personas, por lo que termina resultando poco beneficioso.

Figura 3

Frecuencia de inteligencia emocional categoría claridad en jóvenes universitarios en Lima Metropolitana, por niveles y según el sexo.



En la Figura 3 se muestra la frecuencia de varones y mujeres en cada nivel de la categoría claridad de la inteligencia emocional. Así, se puede observar qué porcentaje de la muestra tiene la capacidad para interpretar y comprender sus emociones y significados en mayor o menor nivel.

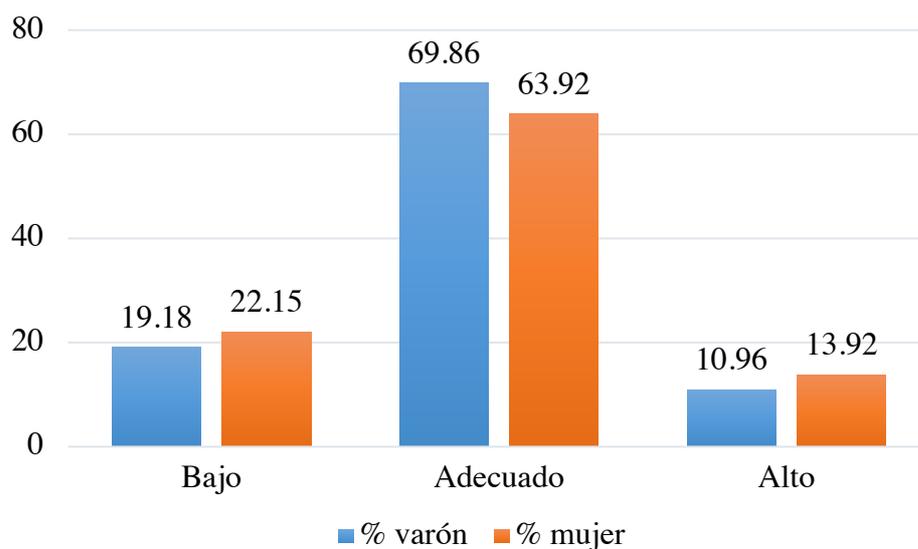
En un nivel bajo, se ubica el 24.66% de los varones y el 32.59% de las mujeres. Es decir, este porcentaje presenta dificultades para comprender sus emociones y, a su vez, para afrontar problemas emocionales.

En un nivel adecuado, se ubica el 60.27% de los varones y el 54.43% de las mujeres, es decir, más del 50% de la muestra total. Las personas ubicadas en este segmento suelen interpretar mejor sus estados emocionales, presentando mejores estrategias de afrontamiento, mejor autoestima y satisfacción personal.

Y, en un nivel alto, se encuentra el 15.07% de los varones y el 12.97% de las mujeres. Este grupo minoritario de estudiantes tiene una mayor capacidad de comprender e interpretar sus emociones, lo que disminuye la tendencia a la supresión de pensamientos, manifiestan estrategias de afrontamiento positivas, poseen mayor satisfacción personal y logran adaptarse a situaciones estresantes con mayor facilidad.

Figura 4

Frecuencia de inteligencia emocional categoría reparación en jóvenes universitarios en Lima Metropolitana, por niveles y según el sexo.



En la Figura 4 se muestra la frecuencia de varones y mujeres en cada nivel de la categoría reparación de la inteligencia emocional, es decir, se puede observar el porcentaje de la muestra que presenta la capacidad para regular sus propias emociones.

En un nivel bajo, se ubican el 19.18% de los varones y el 22.15% de las mujeres. A este grupo se le dificulta recepcionar las emociones que puedan ir sintiendo, por lo que, de ser incómodas, evitarán sentir las y, en consecuencia, será más difícil de procesar esas experiencias.

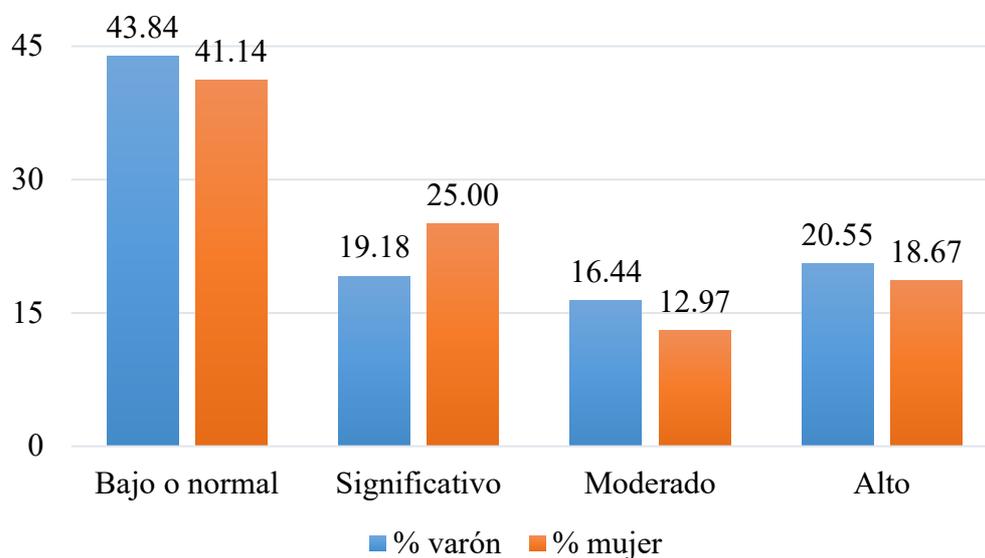
En un nivel adecuado, se ubica el 69.86% de los varones y el 63.92% de las mujeres, es decir, más del 50% de la muestra total. Estas personas poseen la capacidad para diferenciar una experiencia emocional de otras, por lo que tienen más posibilidades de regular sus emociones.

Finalmente, en un nivel alto, se encuentra el 10.96% de los varones y el 13.92% de las mujeres, una parte minoritaria de la muestra. Las personas ubicadas en este nivel poseen una alta capacidad para recepcionar y atender sus emociones, por lo que en momentos agradables sabrán gestionar su felicidad y en momentos desagradables, sabrán atender sus necesidades para sentirse mejor con relativa prontitud, de acuerdo a la situación.

En lo que respecta al objetivo específico de identificar la frecuencia de dependencia emocional en jóvenes universitarios en Lima Metropolitana, según nivel y sexo, los resultados se muestran en la siguiente figura.

Figura 5

Frecuencia de dependencia emocional por niveles en jóvenes universitarios en Lima Metropolitana, por niveles y según el sexo.



La presente figura muestra la frecuencia de varones y mujeres en cada nivel de dependencia emocional.

En un nivel bajo o normal, se ubican el 43.84% de los varones y el 41.14% de las mujeres. Este gran porcentaje de la muestra estudiada presenta un vínculo saludable en sus relaciones de pareja. Es decir, se vinculan desde un apego seguro, en el que la pareja es una de varias prioridades (no la única ni sobre todas las cosas), se presenta el deseo de conexión natural, sin exigencias ni demandas irracionales, la relación de pareja es un equipo donde ninguna de las personas es sometida, ambas personas se sienten bien en la relación y se ayudan mutuamente a seguir creciendo a nivel individual y como pareja.

En un nivel significativo, se ubica el 19.18% de los varones y el 25% de las mujeres. Este grupo presenta algunas características de la dependencia emocional en sus relaciones de pareja, por lo que puede existir un miedo persistente a la ruptura o a la soledad, prioridad a la pareja sobre otras personas, muestras de celos frecuentes, entre otros.

En un nivel moderado, se encuentra el 16.44% de los varones y el 12.97% de las mujeres. Este porcentaje de la muestra se caracteriza por darle una alta prioridad a la pareja, por encima de otras personas; por lo mismo, existe una tendencia a enfocarse en la pareja, pudiendo aislarse paulatinamente de otros vínculos o entorno; y, el descuido personal puede estar acompañado de sentimientos de inferioridad y desprecio hacia sí mismo.

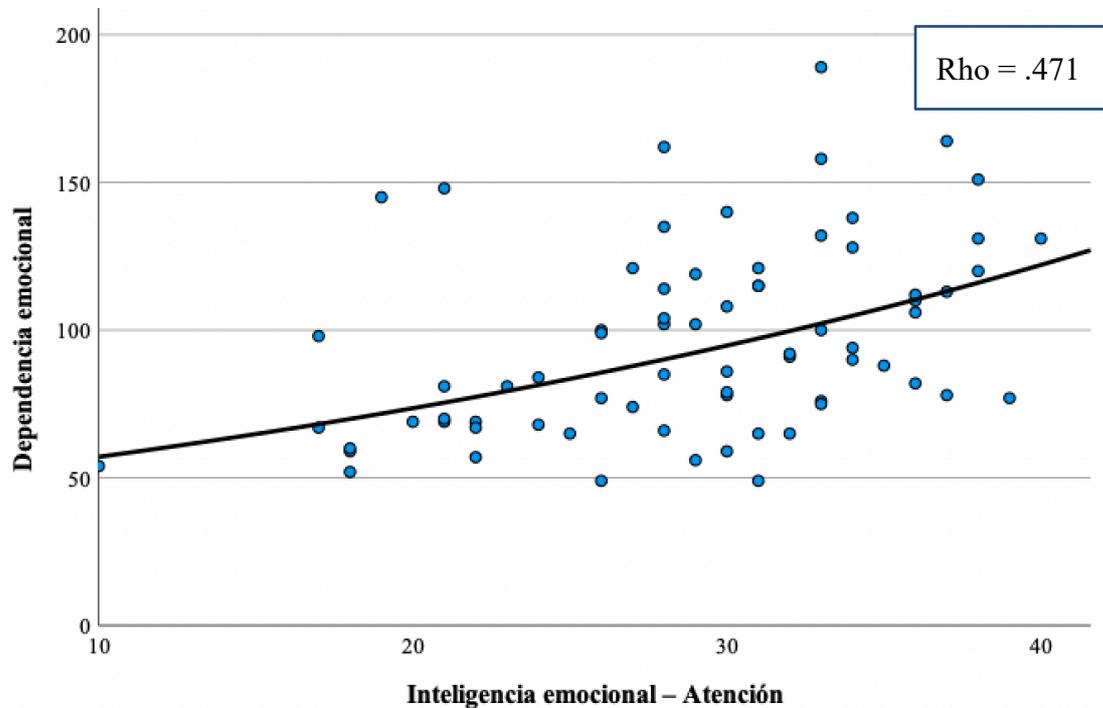
Finalmente, en un nivel alto, se encuentra el 20.55% de los varones y el 18.67% de las mujeres. Este grupo de la muestra presenta una mayor cantidad de distorsiones cognitivas, sobre todo respecto a demandas y falacias de control; a su vez, presentan estándares elevados, rígidos e inflexibles respecto a la pareja y las situaciones en relación a ella; además, pueden tomar decisiones que terminan obstaculizando el crecimiento personal y aceptación de sí mismo y de la pareja. Presentan un elevado miedo a la soledad, crisis de identidad y suelen descuidar sus propias necesidades.

Además, las categorías significativo, moderado y alto, indican mayor intensidad de dependencia emocional, en comparación con la categoría bajo o normal. Para tener un referente general, la suma de estas tres categorías fuera de lo “normal”, el porcentaje de varones ubicados en esta área es del 56.17%; y de mujeres, del 55.54%. Esto quiere decir que la mayor parte de los participantes presenta cierto grado de dependencia emocional por encima de lo esperado en una relación sana.

Respecto al objetivo de identificar la relación entre la dimensión atención de la inteligencia emocional con la dependencia emocional en varones, se presenta la siguiente figura.

Figura 6

Correlación entre la dimensión atención de la inteligencia emocional y la dependencia emocional en jóvenes universitarios varones de Lima Metropolitana.



La Figura 6 muestra la aplicación del estadístico de Spearman para identificar la correlación entre la dependencia emocional y el factor atención dentro de la inteligencia emocional.

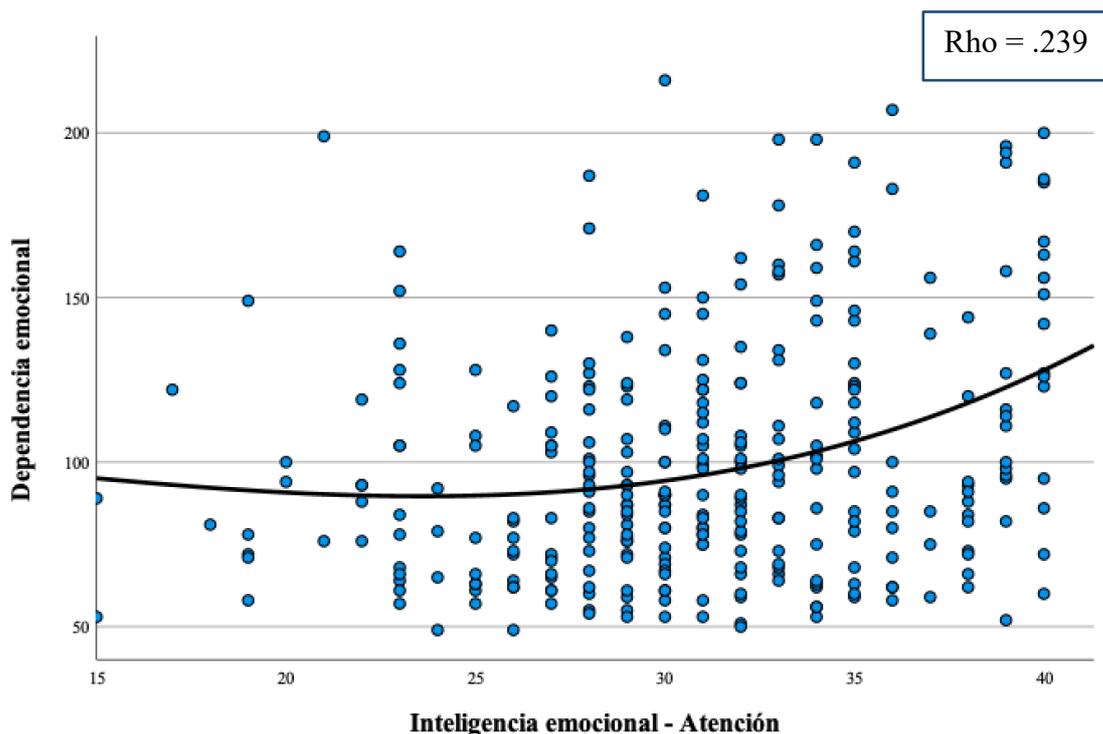
De acuerdo a los resultados expuestos, se rechaza la hipótesis planteada; es decir, no existe una correlación alta entre las variables inteligencia emocional dimensión atención y dependencia emocional en el grupo de varones. De todas formas, se encuentra un nivel de correlación moderada ($Rho=.471$) entre ambas.

Además, se observa en la curva que mientras el nivel de atención aumenta, también lo hace el nivel de dependencia emocional. Las personas con un nivel alto de atención pueden presentar hipervigilancia en su estado de ánimo, sin embargo, no desarrollan comprensión ni regulación emocional a la par, por lo que podrían desarrollar sintomatología de depresión o ansiedad, lo cual también se presenta en un nivel alto de dependencia emocional.

Respecto al objetivo de identificar la relación entre la dimensión atención de la inteligencia emocional con la dependencia emocional en mujeres, se presenta la siguiente figura.

Figura 7

Correlación entre la dimensión atención de la inteligencia emocional y la dependencia emocional en jóvenes universitarias mujeres de Lima Metropolitana.



La Figura 7 muestra la aplicación del estadístico de Spearman para identificar la correlación entre las variables estudiadas. Se obtuvo que se rechaza la hipótesis propuesta, es decir, no existe una correlación alta entre las variables inteligencia emocional dimensión atención y dependencia emocional en el grupo de mujeres. Aún así, se encuentra un nivel de correlación baja ($Rho=.239$).

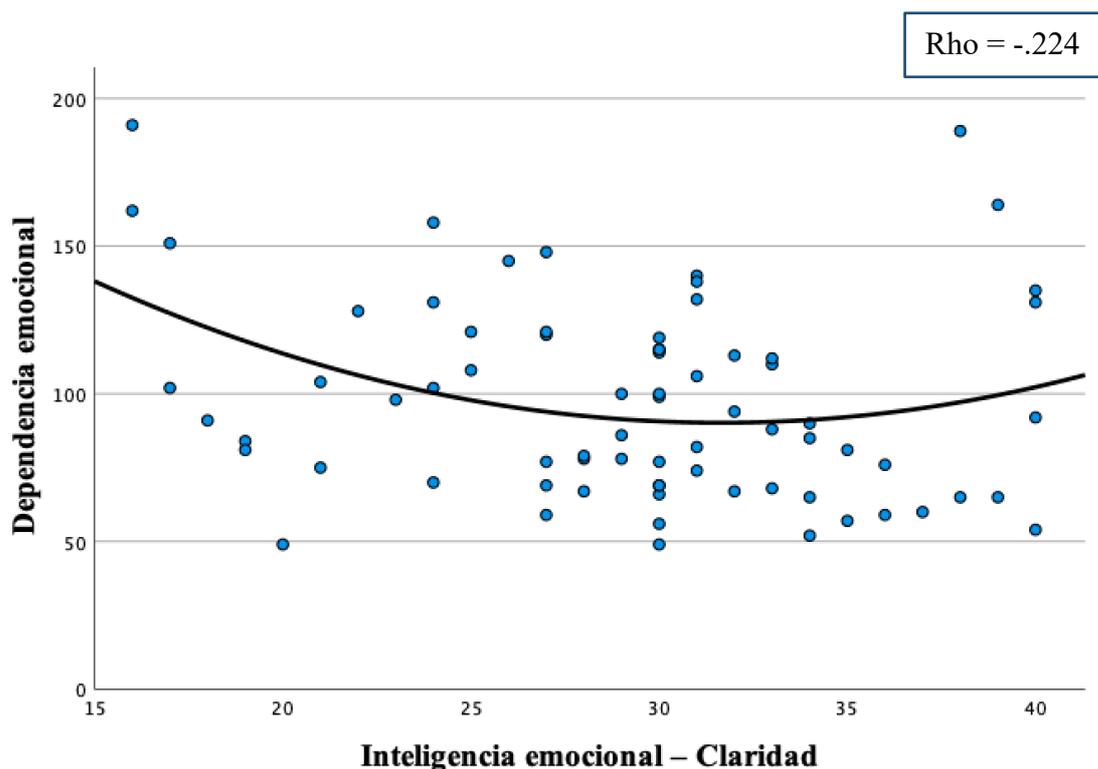
Además, se observa una curva que, tanto en menores como en mayores niveles de atención, existe una tendencia a incrementarse el nivel de dependencia emocional. Esto responde a las características de la dimensión atención en la inteligencia emocional, puesto que

en niveles bajos, la habilidad del individuo para identificar sus emociones, pensamientos y estados físicos es menor; y, en niveles altos, muestra una vigilancia constante de su estado de ánimo en el intento de comprender sus emociones, lo cual no sucede a menudo necesariamente. En ambos casos, puede concluir en el desarrollo de sintomatología depresiva o ansiosa, lo cual afecta el funcionamiento físico y social que, a su vez, encuentra puntos en común con la dependencia emocional.

Respecto al objetivo de identificar la relación entre la dimensión claridad de la inteligencia emocional con dependencia emocional en varones, se muestra la siguiente figura.

Figura 8

Correlación entre la dimensión claridad de la inteligencia emocional y la dependencia emocional en jóvenes universitarios varones de Lima Metropolitana.



La Figura 8 muestra la aplicación del estadístico de Spearman para identificar la correlación entre la dependencia emocional y la dimensión claridad de la inteligencia emocional en varones. El resultado rechaza la hipótesis planteada, es decir, no existe una

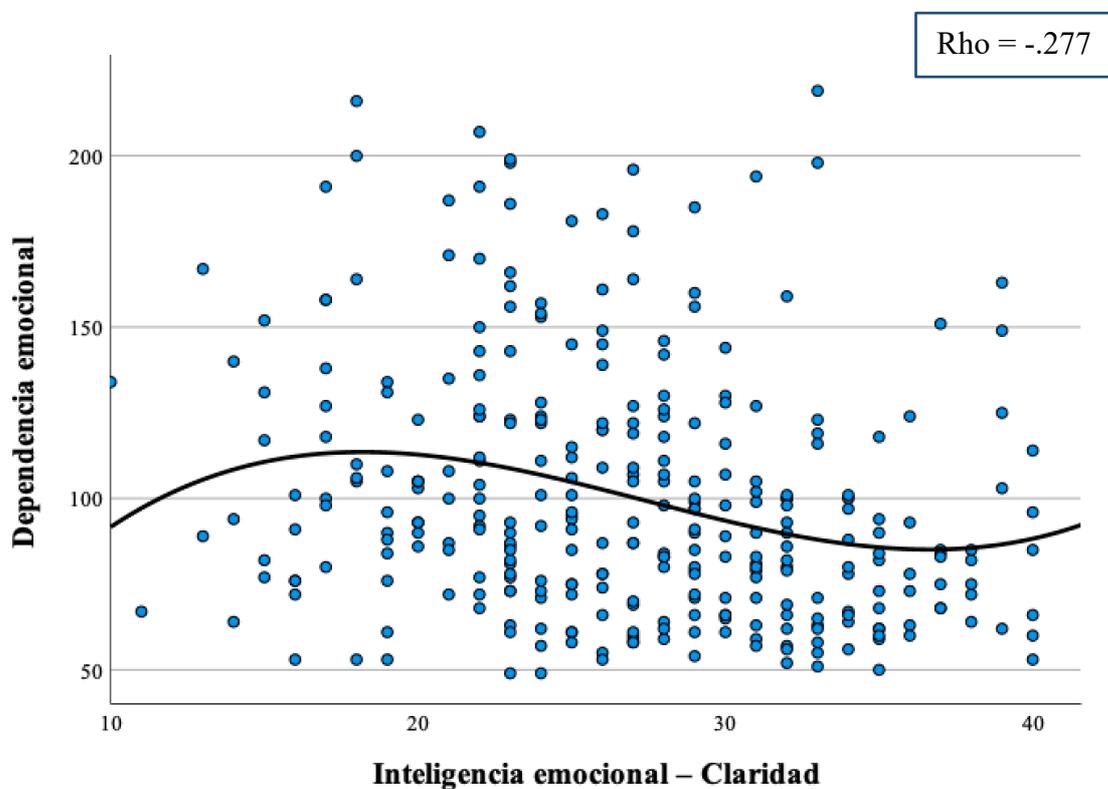
correlación alta entre las variables inteligencia emocional dimensión claridad y dependencia emocional en el grupo de varones de los estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. No obstante, se encuentra una correlación baja ($Rho=-.224$) entre las mismas variables.

Además, se observa que la curva decrece en niveles bajos de claridad y crece en niveles muy altos, en los cuales hay mayor nivel de dependencia emocional. Esto podría deberse a que una menor capacidad para reconocer, interpretar y comprender las emociones, responden a una mayor dificultad para afrontar problemas emocionales, como los que se pueden encontrar en una relación de pareja. Por otro lado, un mayor nivel de claridad emocional implicaría una mayor satisfacción personal y mejor adaptación a situaciones estresantes, por lo que su aparente relación con la dependencia emocional podría explicar que hay personas que, a pesar del sufrimiento que implica permanecer en una relación de dependencia emocional, logran hacerlo por sus recursos de afrontamiento, aunque a largo plazo no resulte del todo funcional.

Respecto al objetivo de identificar la relación entre la dimensión claridad de la inteligencia emocional con dependencia emocional en mujeres, se muestra la siguiente figura.

Figura 9

Correlación entre la dimensión claridad de la inteligencia emocional y la dependencia emocional en jóvenes universitarias mujeres de Lima Metropolitana.



La Figura 9 muestra la aplicación del estadístico de Spearman para identificar la correlación entre la dependencia emocional y la dimensión claridad de la inteligencia emocional en mujeres. Se obtuvo que se rechaza la hipótesis propuesta, es decir, no existe una relación alta entre las variables inteligencia emocional dimensión claridad y dependencia emocional en el grupo de mujeres universitarias de Lima. Paralelamente, se encuentra una correlación baja ($Rho = -.277$) entre dichas variables.

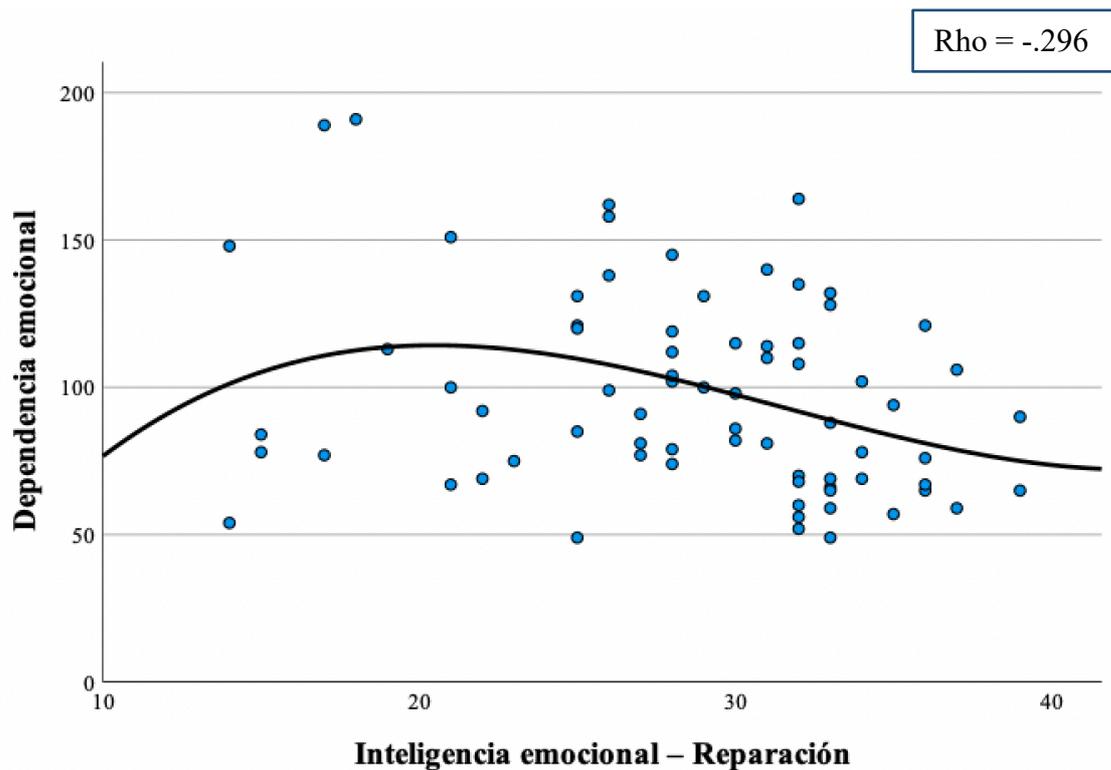
Estos resultados indicarían que cuando se presentan niveles bajos de la dimensión claridad de la inteligencia emocional, la dependencia emocional se incrementa. Por el contrario, para niveles intermedios de la dimensión claridad, conforme se incrementa, disminuye el nivel de Dependencia Emocional. Esta curva sugiere que una menor capacidad para reconocer, interpretar y comprender las emociones, responden a una mayor dificultad para afrontar

problemas emocionales, como los que se pueden encontrar en una relación de pareja. Para niveles altos de la dimensión claridad el comportamiento de la curva es semejante al de los niveles bajos, esto significa que a medida que la claridad incrementa, la dependencia emocional también, lo cual sugiere que cuando la comprensión de los sentimientos identificados, sus significados y causas son altas, existiría una mayor tendencia a la dependencia emocional en las mujeres.

Respecto al objetivo de identificar la relación entre la dimensión de la inteligencia emocional reparación con la dependencia emocional en varones, se muestra la siguiente figura.

Figura 10

Correlación entre la dimensión reparación de la inteligencia emocional y la dependencia emocional en jóvenes universitarios varones de Lima Metropolitana.



La figura 10 muestra la aplicación del estadístico de Spearman para identificar la correlación entre la dependencia emocional y la dimensión reparación. Los resultados indican el rechazo de la hipótesis sugerida, es decir, no existe una correlación alta entre las variables

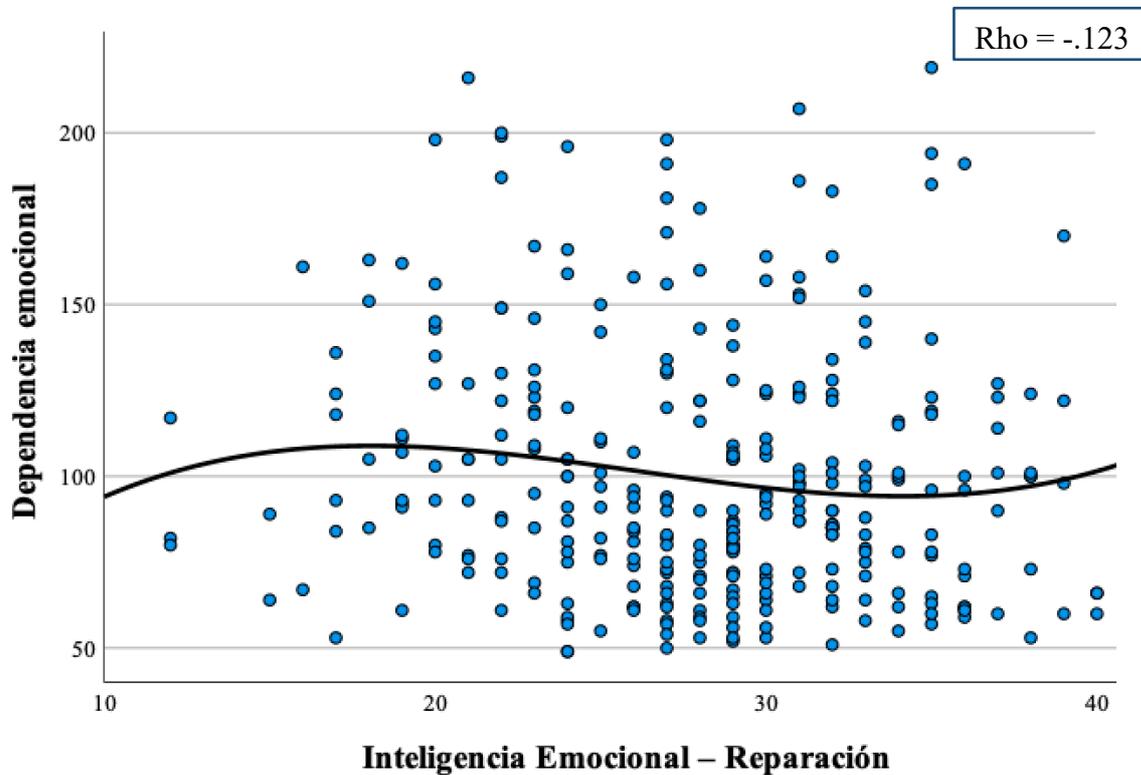
inteligencia emocional dimensión reparación y dependencia emocional en el grupo de varones. De todas formas, se encuentra una correlación baja ($Rho = -.296$) entre las mismas variables.

Además, la tendencia de la curva indicaría que cuando los niveles de la dimensión reparación de la inteligencia emocional son bajos, existe un incremento en el nivel de dependencia emocional, mientras que cuando los niveles de la dimensión reparación son moderados, la dependencia emocional disminuye. De esta forma, una mayor capacidad para recibir abiertamente las emociones y de regularlas funcionaría como un factor protector para prevenir el desarrollo de la dependencia emocional. Finalmente, al término de la figura, para los puntajes más altos en la dimensión reparación, se observa el inicio de un cambio en el sentido de la curva, aunque es mínimo. Se vuelve oportuno resaltarlo, ya que podría sugerir que en niveles muy altos de la dimensión reparación también podría haber un incremento de dependencia emocional.

Respecto al objetivo de identificar la relación entre la dimensión reparación de la inteligencia emocional con la dependencia emocional en mujeres, se muestra la siguiente figura.

Figura 11

Correlación entre la dimensión reparación de la inteligencia emocional y la dependencia emocional en jóvenes universitarias mujeres de Lima Metropolitana.



La figura 11 muestra la aplicación del estadístico de Spearman para definir la correlación entre la dependencia emocional y la dimensión reparación. Se obtuvo que se rechaza la hipótesis planteada, es decir, no existe una correlación alta entre las variables inteligencia emocional dimensión reparación y dependencia emocional en el grupo de estudiantes mujeres. Aún así, cabe mencionar una muy baja correlación ($Rho = -.123$) entre estas variables.

Además, la tendencia de la curva muestra que en niveles bajos de la dimensión reparación, la dependencia emocional incrementa. Esto sugiere que el poco desarrollo de la capacidad para recepcionar abiertamente las emociones que uno pueda ir sintiendo y regularlas responde a generar vínculos emocionales poco saludables en pareja. Por otro lado, conforme la dimensión reparación aumenta, en niveles intermedios, la dependencia emocional decrece.

Estos resultados sugerirían que un nivel intermedio de reparación emocional podría funcionar como un factor protector para prevenir el desarrollo de la dependencia emocional. Sin embargo, conforme la dimensión reparación continúa su incremento, la curva vuelve a crecer respecto a la dependencia emocional. Lo cual podría sugerir que un nivel muy alto de reparación, es decir, una persona muestra una capacidad muy elevada de modificar sus estados emocionales, podría presentar a su vez mayor riesgo de desarrollar dependencia emocional.

CAPÍTULO V: DISCUSIÓN

Los resultados de esta investigación señalan que no existe una correlación alta entre la inteligencia emocional y la dependencia emocional en la población estudiada. Contrario a lo que se esperaba encontrar, ya que estudios como los de Pizarro y Valdivia (2010), Calla y Uyuquipa (2015), Román y Peña (2016), Herrera (2016), Magno (2020), entre otros, sugieren que existiría una correlación significativa e inversa entre las mismas variables o variables similares, se podrían considerar algunas explicaciones para la correlación muy baja en los resultados de la presente investigación. La primera a tener en cuenta es el contexto en el que se da la recolección de datos: unos meses después del confinamiento a raíz de la propagación del virus del Covid-19. Se sabe que la pandemia tuvo un impacto en la salud mental y desencadenó una serie de consecuencias a nivel emocional en las personas, incluyendo la población estudiada (Cátedra UNESCO Patrimonio Cultural y Turismo Sostenible - Universidad de San Martín de Porres, 2020). Estos desbalances en la salud mental pudieron haber influido significativamente en los resultados esperados en la muestra, pues se aspiraba evidenciar una correlación mayor (Ghobari y Haddadi, 2011). Asimismo, Aguirre et al. (2018) también encontró correlaciones bajas al estudiar la dependencia emocional y esquemas emocionales como comprensión de emociones, control de valores, insensibilidad y consenso, que son algunos de los atributos vistos en la inteligencia emocional. Refiere que a pesar del nivel de correlación, fue altamente significativa.

Además, el cuestionario de inteligencia emocional TMMS-24 es un cuestionario autoperceptivo. De acuerdo a esto, las respuestas que brindan los estudiantes tiene que ver con la forma en la que perciben sus emociones en general. Es decir, aunque la mayoría perciba un nivel de atención, claridad y reparación emocional adecuada, por lo que así se manifiesta en las respuestas obtenidas (Figuras 2, 3 y 4), bajo el contexto actual podría darse que la

inestabilidad emocional esté más acentuada en algunas personas y que no lo hayan notado dentro de su cotidianidad.

Al buscar identificar la frecuencia de la inteligencia emocional por categorías, de acuerdo al sexo y por niveles, se encontró que en las tres categorías de la inteligencia emocional, es decir, tanto en la atención, claridad y reparación, la mayor parte de la muestra (más del 50%), tanto en varones como mujeres, se ubican en un nivel adecuado. Esto se asemeja a lo encontrado en los estudios realizados por Rodríguez et al. (2011) y Rodríguez y Suárez (2012), también con estudiantes universitarios. Estos resultados en el presente estudio podrían deberse a la información que circula mediante redes sociales respecto a las emociones en la actualidad (ABC, 2015), lo cual podría llevar a esta población a estar más atenta a sus estados emocionales, entenderlos mejor y hasta desarrollar habilidades de regulación. Sin embargo, también se encontró que no existían diferencias en los niveles de atención entre varones y mujeres, contrario a lo encontrado por Sánchez-López et al. (2018), quienes describieron un mayor nivel de atención por parte de las mujeres. Esto podría deberse a los eventos críticos a los que tanto varones como mujeres han estado expuestos el último año, de alguna forma nivelando la diferencia previa.

Al buscar identificar la frecuencia de la dependencia emocional de acuerdo al sexo y por niveles, se encuentra que, aunque un gran porcentaje de la muestra (43.84% en varones y 41-14% en mujeres) se encuentra en un nivel bajo o normal, más del 50% se encuentra en alguno de los niveles significativo, moderado o alto de dependencia emocional. Esto se asemeja al estudio de Aguirre et al. (2018) quien encontró en un 87% de su muestra una tendencia a la dependencia emocional. En el estudio de Rodríguez et al. (2011), al evaluar la frecuencia de la ansiedad en su muestra de estudiantes universitarios, observan que también más del 50% presenta tanto ansiedad estado como ansiedad rasgo, lo cual podría sugerir el estado emocional de esta población en particular. Asimismo, Rodríguez y Suárez (2012) encontraron que su

muestra de estudiantes universitarios poseía un 63% con puntajes bajos de depresión y otro 7% con depresión leve y grave. Lo cual nuevamente sugiere un gran porcentaje de la población universitaria presentando indicadores de desregulación emocional y psicopatologías. Los síntomas presentes en estas condiciones psicológicas podrían estar ligados al contexto universitario, debido al estrés constante durante los estudios, junto a otros factores ligados a relaciones interpersonales, familiares o amicales, entre otros.

Al buscar identificar la relación entre la dimensión atención emocional de la inteligencia emocional con la dependencia emocional en varones, se encontró una correlación moderada. Esto puede explicarse con el incremento de afecciones como trastorno de pánico y ansiedad debido a la pandemia, en la que es característico la hipervigilancia y pensamientos rumiativos (Cátedra UNESCO Patrimonio Cultural y Turismo Sostenible - Universidad de San Martín de Porres, 2020), que a su vez se manifiesta en personas con un nivel alto de atención y no desarrollan de forma similar sus niveles de comprensión ni regulación emocional. Esta sintomatología se ha encontrado relacionada con la dependencia emocional en otras ocasiones (Calla y Uyuquipa, 2015; Román y Peña, 2016; Sánchez-López et al., 2018).

Además, sucede del mismo modo en el grupo de mujeres, en el que la correlación encontrada entre la dimensión atención emocional y la dependencia emocional fue baja. Aguilar-Luzón et al. (2012) tampoco encontraron diferencias mayores entre hombres y mujeres.

Similarmente, en ambos casos, se puede notar una tendencia de relación directa, lo cual sugeriría que a mayor atención emocional, mayor dependencia emocional. Esto puede deber a que en la dependencia emocional se encuentra un deseo constante de atención y exclusividad de la otra persona, lo que lleva a la persona que lo padece a presentar sintomatología ansiosa muchas veces (Lemos et al., 2012; Extremera & Fernández-Berrocal, 2006; Puigbó et al., 2019), en la que se encuentra muy presente un alto grado de atención emocional.

Al buscar identificar la correlación entre la dimensión claridad emocional de la inteligencia emocional con la dependencia emocional en varones, se encontró que esta es baja. Sucede similarmente en el grupo de mujeres.

A diferencia de la dimensión de atención, la dimensión claridad hace referencia a comprender los estados emocionales de uno mismo, por lo que se esperaría que al haber mayor entendimiento de los mismos, se evidencie una disminución de dependencia emocional, debido a un menor nivel de sintomatología ansiosa y depresiva (Extremera y Fernández-Berrocal, 2006). Debido a los factores antes mencionados respecto a la pandemia del Covid, podría explicarse también la variabilidad de resultados en este apartado.

En ambas figuras (8 y 9), existe esta tendencia inversa en puntajes medios, lo cual se encuentra acorde a los estudios encontrados (Extremera y Fernández-Berrocal, 2006; Ghobari y Haddadi, 2011; Rodríguez et al., 2011; Puigbó et al., 2019). Sin embargo, al continuar incrementando el nivel de la dimensión claridad, vuelve a incrementar la dependencia emocional. Esto podría deberse a que, quizá, al reconocer los individuos sus posibles sentimientos de soledad o minusvalía con bastante claridad, se llevan a sí mismos a crear estos vínculos intensos y poco saludables como una forma de respuesta para lidiar con esas emociones, ya que se centran bastante en el problema mismo para afrontar situaciones de estrés (Puigbó et al., 2019).

Respecto a la dimensión reparación y su correlación con la dependencia emocional es baja tanto en el grupo de varones como en el grupo de mujeres. Se esperaba que la correlación fuera mayor debido a que la dimensión reparación, en un nivel adecuado o alto, aumenta las posibilidades de regulación emocional (Extremera y Fernández-Berrocal, 2005), así como un mejor uso de estrategias de afrontamiento adaptativas (Enns et al., 2018), lo cual fomentaría el bienestar psicológico en relaciones interpersonales. Esto podría haber sucedido debido a la dificultad que podrían estar presentando los estudiantes para poder regular sus emociones en

el contexto actual (Cátedra UNESCO Patrimonio Cultural y Turismo Sostenible - Universidad de San Martín de Porres, 2020).

Adicionalmente, en ambos grupos por igual, se puede notar una tendencia de relación indirecta (al igual que con la dimensión de claridad), lo cual sugeriría que en grados medios una mayor reparación emocional podría generar menor dependencia emocional (Ghobari y Haddadi, 2011; Extremera y Fernández-Berrocal, 2006; Rodríguez et al., 2011; Momeñe et al., 2017; Enns et al., 2018).

Por otro lado, en las figuras 9, 10 y 11 se observa un cambio de dirección al final de sus respectivas curvas. Esto, contrario a lo previsto, podría deberse a que, a pesar de que haya personas con alto nivel en estos indicadores, a su vez están presentando altos indicadores de dependencia emocional, debido a cambios emocionales ocasionados por el contexto de pandemia.

Finalmente, dentro de los resultados obtenidos, podría considerarse la influencia de un diagnóstico de salud mental, sobre todo considerando que hay muchas personas en la actualidad que, debido a la pandemia, han desarrollado diferentes psicopatologías o problemas de salud mental (Cátedra UNESCO Patrimonio Cultural y Turismo Sostenible - Universidad de San Martín de Porres, 2020), por lo que no se consideró dentro de la presente investigación.

CONCLUSIONES

Respecto al objetivo general de conocer la relación de la inteligencia emocional y dependencia emocional en jóvenes universitarios en Lima Metropolitana, se encontró que existe una correlación, pero no de intensidad alta, por lo que se rechaza la hipótesis planteada.

Respecto al objetivo específico de identificar la frecuencia de inteligencia emocional por categorías en jóvenes universitarios en Lima Metropolitana, por niveles y según el sexo, se encontró que más del 50% de los participantes se encuentra en un nivel adecuado de atención, claridad y reparación emocional.

Respecto al objetivo específico de identificar la dependencia emocional en jóvenes universitarios en Lima Metropolitana, por niveles y según el sexo, se encontró que hasta un 43.84% de la muestra, varones y mujeres, se encuentran en un nivel bajo o normal de la dependencia emocional, mientras que el otro 56% se ubica dentro de los niveles significativo, moderado o alto.

Respecto al objetivo específico de identificar la relación entre la dimensión atención de la inteligencia emocional con la dependencia emocional en varones, se encontró que existe una correlación, pero no de intensidad alta, por lo que se rechaza la hipótesis planteada.

Respecto al objetivo específico de identificar la relación entre la dimensión atención de la inteligencia emocional con la dependencia emocional en mujeres, se encontró que existe una correlación, pero no de intensidad alta, por lo que se rechaza la hipótesis planteada.

Respecto al objetivo específico de identificar la relación entre la dimensión claridad de la inteligencia emocional con dependencia emocional en varones, se encontró que existe una correlación, pero no de intensidad alta, por lo que se rechaza la hipótesis planteada.

Respecto al objetivo específico de identificar la relación entre la dimensión claridad de la inteligencia emocional con dependencia emocional en mujeres, se encontró que existe una correlación, pero no de intensidad alta, por lo que se rechaza la hipótesis planteada.

Respecto al objetivo específico de identificar la relación entre la dimensión reparación de la inteligencia emocional con la dependencia emocional en varones, se encontró que existe una correlación, pero no de intensidad alta, por lo que se rechaza la hipótesis planteada.

Respecto al objetivo específico de identificar la relación entre la dimensión reparación de la inteligencia emocional con la dependencia emocional en mujeres, se encontró que existe una correlación, pero no de intensidad alta, por lo que se rechaza la hipótesis planteada.

Aunque, de forma general, las hipótesis propuestas en el estudio fueron rechazadas al examinar los resultados, el examen interno y profundo de estos (revisado en el capítulo de Resultados y Discusión), otorgan datos que llegan a ser relevantes en el estudio y para futuras investigaciones.

RECOMENDACIONES

Realizar talleres que promuevan el adecuado desarrollo de la inteligencia emocional dentro de las universidades de Lima Metropolitana.

Realizar una campaña psicoeducativa sobre la dimensión claridad de la inteligencia emocional dentro de las universidades de Lima Metropolitana.

Realizar una campaña psicoeducativa o talleres específicos respecto a la dependencia emocional y sus consecuencias en un contexto universitario.

Realizar el estudio de forma presencial, cuando la pandemia termine.

Realizar investigaciones similares, utilizando instrumentos cualitativos, con los que se puedan considerar variables contextuales, un muestreo probabilístico y añadiendo como un criterio de exclusión que los estudiantes evaluados no posean un diagnóstico previo de salud mental, para profundizar el conocimiento en las variables tanto en un contexto de pandemia (actual) y post pandemia.

Realizar un estudio similar considerando otras variables que podrían estar relacionadas a raíz de la pandemia del Covid-19, como el tiempo en el que el individuo permaneció en aislamiento social, el impacto económico de la pandemia, el tiempo y posibilidad de conectividad a redes sociales, entre otros.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ABC. (5 de mayo del 2015). Así aumentan las redes sociales la dependencia emocional de la pareja. *ABC*. <http://www.abc.es/familia-parejas/20150505/abci-dependencia-emocional-tecnologia-201504091457.html>
- Aguilar-Luzón, M., Calvo-Salguero, A., & Monteoliva-Sánchez, A. (2012). La inteligencia emocional percibida y su relación con el apego adulto. *Psicología Conductual*, 20(1), 119-135. <https://bibvirtual.upch.edu.pe:2163/docview/1010351734?accountid=42404>
- Aguirre, M., Cirilo, I., Brocca, P. (2018). Esquemas emocionales y dependencia emocional en estudiantes de Psicología de universidades de Lima Metropolitana. *Cátedra Villarreal*, 6(2), 145-161. <http://dx.doi.org/10.24039/cv201862280>
- Aiquipa, J. (2012). Diseño y validación del Inventario de Dependencia Emocional – IDE. *IIPSI*, 15(1), 133-145.
- Aiquipa, J. (2015a). Dependencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja. *Revista de Psicología*, 33(2), 411-437.
- Aiquipa, J. (2015b). *IDE: Inventario de dependencia emocional: manual*. Editorial El Manual Moderno (1ra Ed.).
- Aponte, D. (2015). *Dependencia emocional y felicidad en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur*. Tesis para optar el Título Profesional de Licenciada en Psicología. Lima, Perú: Universidad Autónoma del Perú. <http://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/AUTONOMA/140>
- Blázquez, M., & Moreno, J., & García-Baamonde, M. (2009). Inteligencia emocional como alternativa para la prevención del maltrato psicológico en la pareja. *Anales de Psicología*, 25(2), 250-260.
- Brackett, M.; Guil, R.; Mestre, J. & Salovey, P. (2008). *Inteligencia emocional: definición, evaluación y aplicaciones desde el modelo de habilidades de mayer y salovey*. F.

- Palmero & F. Martínez-Sánchez (Eds.), *Motivación y emoción* (pp.407-438). España: McGraw-Hill.
- Calla, D. & Uyuquipa, J. (2015). *Habilidades sociales y dependencia emocional en los estudiantes del quinto año de la Institución Educativa Secundaria Industrial Perú Birf de la ciudad de Juliaca, 2014*. [Tesis para optar el Título Profesional de Psicólogo, Universidad Peruana Unión]. <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/UPEU/402>
- Campos, J. (2015). *Educación emocional: el principio del cambio*. <https://bibvirtual.upch.edu.pe:2206>
- Castelló, J. (2005). *Dependencia emocional: características y tratamiento*. España: Alianza Editorial.
- Castelló, J. (2012). *La superación de la dependencia emocional*. España: Editorial Corona Borealis.
- Cátedra UNESCO Patrimonio Cultural y Turismo Sostenible - Universidad de San Martín de Porres (2020). *Educación y pandemia, una visión desde la universidad. La educación en línea y el coronavirus. La afectación de la salud mental de los estudiantes universitarios*. Lima, Perú. <http://catedraunesco.usmp.edu.pe/pdf/educacion-pandemia.pdf>
- Chang, M. (2017). *Relación entre inteligencia emocional y respuesta al estrés en pacientes ambulatorios del servicio de psicología de una clínica de lima metropolitana*. http://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/upch/818/Relacion_ChangMarcovich_MeyLing.pdf?sequence=3&isAllowed=y
- Coacalla, J. (2019). *Dependencia emocional e inteligencias personales en estudiantes universitarios* [Tesis de grado. Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa]. <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/9479>

- Enns, A., Eldridge, G., Montgomery, C., Gonzalez, V. (2018). Perceived stress, coping strategies, and emotional intelligence: A cross-Sectional study of university students in helping disciplines. *Nurse Education Today*, 68, 226-231. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2018.06.012>
- Espinoza-Venegas, M., Sanhueza-Alvarado, O., Ramírez-Elizondo, N., Sáez-Carrillo, K. (2015). Validación de constructo y confiabilidad de la escala de inteligencia emocional en estudiantes de enfermería. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 23(1), 139-147.
- Estévez, A., Chávez-Vera, M.D., Momeñe, J., Olave, L., Vásquez, D. & Iruarrizaga, I. (2018). The role of emotional dependence in the relationship between attachment and impulsive behavior. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 34(3), 438-445. <http://dx.doi.org/10.6018/analesps.34.3.313681>
- Extremera, N. & Fernández-Berrocal, P. (2006). Emotional Intelligence as Predictor of Mental, Social, and Physical Health in University Students. *The Spanish Journal of Psychology*, 9(1), 45-51.
- Extremera, N. y Fernández-Berrocal, P. (2005). *Inteligencia emocional percibida y diferencias individuales en el meta-conocimiento de los estados emocionales: una revisión de los estudios con el TMMS*. Universidad de Málaga. *Ansiedad y Estrés*, 11(2-3), 101-122. [http://emotional.intelligence.uma.es/pdfs/Trait%20Meta%20Mood%20Review%20\(2005\).pdf](http://emotional.intelligence.uma.es/pdfs/Trait%20Meta%20Mood%20Review%20(2005).pdf)
- Fernández-Berrocal, P. & Extremera, N. (2005). La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 19(3), 63-93.
- Fernández-Berrocal, P., Alcaide, R. & Extremera, N. (2006). The Role of Emotional Intelligence in Anxiety and Depression among Adolescents. *Individual Differences*

http://emotional.intelligence.uma.es/documentos/PDF60among_adolescents.pdf

- Fernández-Berrocal, P., Extremera, N. y Ramos, N. (2004). Validity and reliability of the Spanish modified version of the Trait Meta-Mood Scale. *Psychological Reports*, 94(3), 751-755. <https://doi.org/10.2466/pr0.94.3.751-755>
- Fernandez, A. (2020). 2020: Estudiantes, emociones, salud mental y pandemia. *Revista Andina de Educación* 4(1) (2021) 23-29.
- Ghobari, B. & Haddadi, A. (2011). Relation between emotional intelligence and attachment styles in delinquent adolescents. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 963-967.
- Golchin, R., Kasaei, F., Mohammad, E. (2013). Attachment Styles as a Predictor of Emotional Intelligence. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 84, 1712—1715. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.07.018>
- Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (2014). Metodología de la investigación (6ta ed.). España: McGraw-Hill.
- Herrera, D. (2016). *Dependencia emocional e inteligencia emocional en mujeres víctimas de violencia de pareja que acuden al Slim Cotahuma*. [Tesis de grado, Universidad Mayor de San Andrés]. <https://repositorio.umsa.bo/handle/123456789/6985>
- Huaccha, E. (2016). Burnout académico e inteligencia emocional en estudiantes de una universidad privada de Trujillo [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. <https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/10104/Huaccha%20Mu%c3%b1oz%20Ericka%20Johana.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Instituto Nacional de Estadística e Informática (2010). Perú – II Censo nacional Universitario 2010. https://webinei.inei.gob.pe/anda_inei/index.php/catalog/264

- Instituto Nacional de Salud Mental (2013). *Estudio epidemiológico de salud mental en Lima Metropolitana y Callao – Replicación 2012. Informe general.*
<http://www.inism.gob.pe/investigacion/archivos/estudios/2012%20ASM%20-EESM%20-LM.pdf>
- Instituto Nacional de Salud Mental. (2017). *Control obsesivo en la relación de pareja como dependencia emocional.*
<http://www.inism.gob.pe/oficinas/comunicaciones/notasdeprensa/2017/006.html>
- Isaza-Zapata, G. & Calle-Piedrahíta, J. (2016). Un Acercamiento a la Comprensión del Perfil de la Inteligencia Emocional. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 14 (1), pp. 331-345.
- Lemos, M. & Londoño, N. (2006). Construcción y validación del cuestionario de dependencia emocional en población Colombiana. *Acta Colombiana de Psicología*, 9(2), 127-140.
- Lemos, M., Jaller, C., González, A., Díaz, Z. & De la Ossa, D. (2012). Perfil cognitivo de la dependencia emocional en estudiantes universitarios en Medellín, Colombia. *Universitas Psychologica*, 11(2), 395-404.
- Lemos, M.; Londoño, N. & Zapata, J. (2007). Distorsiones cognitivas en personas con dependencia emocional. *Informes psicológicos*, 9, 55-69.
- López, P. (2004). Población muestra y muestreo. *Punto Cero*, 09(08), 69-74.
http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1815-02762004000100012&lng=es&tlng=es
- Magno, P. (2020). Inteligencia emocional percibida y afrontamiento del estrés académico en universitarios de Ciencias de la Salud de Lima [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas].
https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/653752/MagnoR_P.pdf?sequence=3&isAllowed=y

- Marín, A. (2019). Dependencia emocional y autoestima: relación y características en una población de jóvenes limeños. *CASUS*, 4(2).85-91. DOI: <https://doi.org/10.35626/casus.2.2019.176>
- Massa, J., Pat, Y., Keb, R., Canto, M. & Chan, N. (2011). La definición del amor y dependencia emocional en adolescentes de Mérida, Yucatán. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*. 14(3), 176-193. <http://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/article/view/27652/25604>
- Ministerio de Salud (2015). *La relación entre enamorados que oprime o controla es dependencia emocional y nada tiene que ver con amor*. <http://www.minsa.gob.pe/?op=51¬a=16114>
- Momeñe, J., Jáuregui, P., Estévez, A. (2017). El papel predictor del abuso psicológico y la regulación emocional en la dependencia emocional. *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*, 25(1), 65-78.
- Orellana, C. & Orellana, L. (2020). Predictores de síntomas emocionales durante la cuarentena domiciliar por pandemia de Covid-19 en El Salvador. <https://www.redalyc.org/jatsRepo/1332/133263700006/html/index.html>
- Organización Mundial de la Salud (1994). *Guía de bolsillo de la clasificación CIE-10. Clasificación de los trastornos mentales y del comportamiento*. España: Editorial Médica Panamericana.
- Paez, M. & Castaño, J. (2015). Inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Psicología desde el caribe*, 32(2).
- Pizarro, G. & Valdivia, K. (2010). *Estilos de apego adulto y dependencia emocional*. <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/1037/M-33012.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Puigbó, J., Edo, S., Rovira, T., Limonero, J.T. y Fernández-Casro, J. (2019). Influencia de la inteligencia emocional percibida en el afrontamiento del estrés cotidiano. *Ansiedad y Estrés*, 25(1), 1-6. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2019.01.003>
- Pulido, F. & Herrera, F. (2018). Predictores de la Felicidad y la Inteligencia Emocional en la Educación Secundaria. *Revista Colombiana de Psicología*, 27(1), 71-84. <https://dx.doi.org/10.15446/rcp.v27n1.62705>
- Riso, W. (2008). *¿Amar o Depender?* Barcelona, España: Editorial Planeta.
- Rodríguez, I. (2013). La dependencia emocional en las relaciones interpersonales. *Reidocrea*, 2, 143-148. <http://hdl.handle.net/10481/27754>
- Rodríguez, U. & Suárez, Y. (2012). Relación entre inteligencia emocional, depresión y rendimiento académico en estudiantes de psicología. *Psicogente*, 15(28), 348-359.
- Rodríguez, U., Amaya, A. & Argota, A. (2011). Inteligencia emocional y ansiedad en estudiantes universitarios. *Psicogente*, 14(26). <https://www.redalyc.org/pdf/4975/497552359007.pdf>
- Román, V. & Peña, J. (2016). Dependencia emocional y ansiedad en estudiantes universitarios del último año de la carrera de educación en una Universidad Nacional de Lima Metropolitana [Tesis de licenciatura, Universidad Femenina del Sagrado Corazón]. http://repositorio.unife.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.11955/288/Rom%C3%A1n%20Garcilazo_Pe%C3%B1a%20Rivera_2016.PDF?sequence=1&isAllowed=y
- RPP Noticias (14 de mayo del 2014). Dependencia emocional de la pareja. <http://rpp.pe/lima/actualidad/dependencia-emocional-de-la-pareja-noticia-687370>
- RPP Noticias (01 de junio del 2017). Mujeres que no denuncian violencia, viven en dependencia emocional. <http://vital.rpp.pe/vivir-bien/mujeres-que-no-denuncian-violencia-viven-en-dependencia-emocional-noticia-1054967>

- Salovey, P., Mayer, J. D., Goldman, S. L., Turvey, C., & Palfai, T. P. (1995). Emotional attention, clarity, and repair: Exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale. In J. W. Pennebaker (Ed.), *Emotion, disclosure, & health* (pp. 125-154). Washington, DC, US: American Psychological Association.
- Sánchez-López, M. T., Megías-Robles, A., Gómez-Leal, R. Gutiérrez-Cobo, M. J. y Fernández-Berrocal, P. (2018). Relación entre la inteligencia emocional percibida y el comportamiento de riesgo en el ámbito de la salud. *Escritos de Psicología, 11*, 115-123.
- Sánchez, F. (2013). Terapia sensoriomotriz del trauma. *Revista digital de medicina psicosomática Psicoterapia, 3*(2), 1-32.
- Santamaría, J., Merino, L., Montero, E., Cano, M., Fernández, T., Cubero, P., López, O. & González-Bueso, V. (2015). Perfil psicopatológico de pacientes con Dependencia Emocional. *Revista Cuadernos de Medicina Psicosomática y Psiquiatría de Enlace, 116*, 36-46.
- Tabachnik, F. y Fidell, L. (2013). *Multivariate statistics*. Nueva York: Pearson.
- Taramuel, J., & Zapata, V. (2017). Aplicación del test TMMS-24 para el análisis y descripción de la Inteligencia Emocional considerando la influencia del sexo. *Revista Publicando, 4*(11(1)), 162-181.
<https://www.rmlconsultores.com/revista/index.php/crv/article/view/518>
- Tello, L. (2020). Dependencia emocional, autoestima y celos en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana.
http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/USIL/10304/1/2020_Tello%20Talexio.pdf
- Ugarriza, N. & Pajares, L. (2006). *Adaptación y estandarización del Inventario de Inteligencia emocional de BarOn ICE: NA, en niños y adolescentes* (2da ed.). Lima, Perú: Ediciones Libro Amigo.

- Valle, L. & Moral, M. (2018). Dependencia emocional y estilo de apego adulto en las relaciones de noviazgo en jóvenes españoles. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 9(1), 27-41. <https://doi.org/10.23923/j.rips.2018.01.013>
- Ventura, J. & Caycho, T. (2016). Análisis psicométrico de una escala de dependencia emocional en universitarios peruanos. *Revista de Psicología*, 25(1), 1-17.
- Villa, M., & Sirvent, C. (2009). Dependencia afectiva y género: Perfil sintomático diferencial en dependientes afectivos españoles. *Interamerican Journal of Psychology*, 43 (2), 230-240.
- Villa, M., García, A., Cuetos, G., & Sirvent, C. (2017). Violencia en el noviazgo, dependencia emocional y autoestima en adolescentes y jóvenes españoles. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 8 (2), 96-107.

Anexo N° 2: Instrumentos

TMMS-24

Adaptado por Fernández-Berrocal, P., Extremera, N. y Ramos, N. (2004)

INSTRUCCIONES

A continuación encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase y decida la frecuencia con la que Ud. cree que se produce cada una de ellas marcando con una X.

No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

1	2	3	4	5
Nunca	Raramente	Algunas veces	Con bastante frecuencia	Muy frecuentemente

1.	Presto mucha atención a los sentimientos.	1	2	3	4	5
2.	Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.	1	2	3	4	5
3.	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	1	2	3	4	5
4.	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.	1	2	3	4	5
5.	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.	1	2	3	4	5
6.	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	1	2	3	4	5
7.	A menudo pienso en mis sentimientos.	1	2	3	4	5
8.	Presto mucha atención a cómo me siento.	1	2	3	4	5
9.	Tengo claros mis sentimientos.	1	2	3	4	5
10.	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.	1	2	3	4	5
11.	Casi siempre sé cómo me siento.	1	2	3	4	5
12.	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.	1	2	3	4	5
13.	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.	1	2	3	4	5
14.	Siempre puedo decir cómo me siento.	1	2	3	4	5
15.	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.	1	2	3	4	5
16.	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.	1	2	3	4	5
17.	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.	1	2	3	4	5

18.	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	1	2	3	4	5
19.	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.	1	2	3	4	5
20.	Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.	1	2	3	4	5
21.	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.	1	2	3	4	5
22.	Me preocupo por tener un buen estado de ánimo.	1	2	3	4	5
23.	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.	1	2	3	4	5
24.	Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.	1	2	3	4	5

IDE

Aiquipa, J. (2012)

Instrucciones:

Lea cada frase y decida si las oraciones que aparecen a continuación le describen de acuerdo a como generalmente siente piensa o actúa en su relación de pareja, anotando sus respuestas con una “X” en el casillero que corresponde. Si actualmente no tiene pareja, piense en su(s) relación(es) de pareja(s) anterior(es) y conteste en función a ello.

1	2	3	4	5
Rara vez o nunca es mi caso	Pocas veces es mi caso	Regularmente es mi caso	Muchas veces es mi caso	Muy frecuente o siempre es mi caso

1.	Me asombro de mí mismo(a) por todo lo que he hecho por retener a mi pareja.	1 2 3 4 5
2.	Tengo que dar a mi pareja todo mi cariño para que me quiera.	1 2 3 4 5
3.	Me entrego demasiado a mi pareja.	1 2 3 4 5
4.	Me angustia mucho una posible ruptura con mi pareja.	1 2 3 4 5
5.	Necesito hacer cualquier cosa para que mi pareja no se aleje de mi lado.	1 2 3 4 5
6.	Si no está mi pareja, me siento intranquilo(a).	1 2 3 4 5
7.	Mucho de mi tiempo libre, quiero dedicarlo a mi pareja.	1 2 3 4 5
8.	Durante mucho tiempo he vivido para mi pareja.	1 2 3 4 5
9.	Me digo y redigo: “¡Se acabó!”, pero llego a necesitar tanto de mi pareja que voy detrás de él/ella.	1 2 3 4 5
10.	La mayor parte del día pienso en mi pareja.	1 2 3 4 5
11.	Mi pareja se ha convertido en una “parte” mía.	1 2 3 4 5
12.	A pesar de las discusiones que tenemos, no puedo estar sin mi pareja.	1 2 3 4 5
13.	Es insoportable la soledad que se siente cuando se rompe con una pareja.	1 2 3 4 5
14.	Reconozco que sufro con mi pareja, pero estaría peor sin ella.	1 2 3 4 5
15.	Tolero algunas ofensas de mi pareja para que nuestra relación no termine.	1 2 3 4 5
16.	Si por mí fuera, quisiera vivir siempre con mi pareja.	1 2 3 4 5
17.	Aguanto cualquier cosa para evitar una ruptura con mi pareja.	1 2 3 4 5
18.	No sé qué haría si mi pareja me dejara.	1 2 3 4 5

19.	No soportaría que mi relación de pareja fracasase.	1	2	3	4	5
20.	Me importa poco que digan que mi relación de pareja es dañina, no quiero perderla.	1	2	3	4	5
21.	He pensado: "Que sería de mi si un día mi pareja me dejara".	1	2	3	4	5
22.	Estoy dispuesto(a) a hacer lo que fuera para evitar el abandono de mi pareja.	1	2	3	4	5
23.	Me siento feliz cuando pienso en mi pareja.	1	2	3	4	5
24.	Vivo mi relación de pareja con cierto temor a que termine.	1	2	3	4	5
25.	Me asusta la sola idea de perder a mi pareja.	1	2	3	4	5
26.	Creo que puedo aguantar cualquier cosa para que mi relación de pareja no se rompa.	1	2	3	4	5
27.	Para que mi pareja no termine conmigo he hecho lo imposible.	1	2	3	4	5
28.	Mi pareja se va a dar cuenta de lo que valgo, por eso tolero su mal carácter.	1	2	3	4	5
29.	Necesito tener presente a mi pareja para poder sentirme bien.	1	2	3	4	5
30.	Descuido algunas de mis responsabilidades laborales y/o académicas por estar con mi pareja.	1	2	3	4	5
31.	No estoy preparado(a) para el dolor que implica terminar una relación de pareja.	1	2	3	4	5
32.	Me olvido de mi familia, de mis amigos y de mi cuando estoy con mi pareja.	1	2	3	4	5
33.	Me cuesta concentrarme en otra cosa que no sea mi pareja.	1	2	3	4	5
34.	Tanto el último pensamiento al acostarme como el primero al levantarme es sobre mi pareja.	1	2	3	4	5
35.	Me olvido del "mundo" cuando estoy con mi pareja.	1	2	3	4	5
36.	Primero está mi pareja, después los demás.	1	2	3	4	5
37.	He relegado algunos de mis intereses personales para satisfacer a mi pareja.	1	2	3	4	5
38.	Debo ser el centro de atención en la vida de mi pareja.	1	2	3	4	5
39.	Me cuesta aceptar que mi pareja quiera pasar un tiempo solo(a)	1	2	3	4	5
40.	Suelo postergar algunos de mis objetivos y metas personales por dedicarme a mi pareja.	1	2	3	4	5
41.	Si por mí fuera, me gustaría vivir en una isla con mi pareja.	1	2	3	4	5
42.	Yo soy sólo para mi pareja.	1	2	3	4	5
43.	Mis familiares y amigos me dicen que he descuidado mi persona por dedicarme a mi pareja.	1	2	3	4	5

44.	Quiero gustar a mi pareja lo más que pueda.	1	2	3	4	5
45.	Me aílo de las personas cuando estoy con mi pareja.	1	2	3	4	5
46.	No soporto la idea de estar mucho tiempo sin mi pareja.	1	2	3	4	5
47.	Siento fastidio cuando mi pareja disfruta la vida sin mí.	1	2	3	4	5
48.	No puedo dejar de ver a mi pareja.	1	2	3	4	5
49.	Vivo para mi pareja.	1	2	3	4	5

FICHA SOCIODEMOGRÁFICA

Nombre: _____

Edad: _____

Tipo de institución: Pública / Particular Año de estudio: _____

Sexo: V / M

Nombre de institución educativa: _____

Anexo N° 4: Documento de aprobación del Comité de Ética



CONSTANCIA 192 - 05 - 20

El Presidente del Comité Institucional de Ética en Investigación (CIEI) de la Universidad Peruana Cayetano Heredia hace constar que el proyecto de investigación señalado a continuación fue **APROBADO** por el Comité de Ética.

Título del Proyecto : "Inteligencia emocional y dependencia emocional en jóvenes universitarios en Lima Metropolitana".

Código de inscripción : 200301

Investigador principal : García Córdova, Lucía

La aprobación incluyó los documentos finales descritos a continuación:

1. Protocolo de investigación, versión recibida en fecha 23 de febrero del 2020.
2. Consentimiento informado, versión 2 recibida en fecha 23 de febrero del 2020.

La **APROBACIÓN** considera el cumplimiento de los estándares de la Universidad, los lineamientos Científicos y éticos, el balance riesgo/beneficio, la calificación del equipo investigador y la Confidencialidad de los datos, entre otros.

Cualquier enmienda, desviaciones, eventualidad deberá ser reportada de acuerdo a los plazos y normas establecidas. El investigador reportará cada seis meses el progreso del estudio y alcanzará un informe al término de éste. La aprobación tiene vigencia desde la emisión del presente documento hasta el **20 de febrero del 2021**.

Si aplica, los trámites para su renovación deberán iniciarse por lo menos 30 días previos a su vencimiento.

Lima, 24 de febrero del 2020.


Dra. Frine Samalvides Cuba
Presidenta
Comité Institucional de Ética en Investigación



699

Anexo N° 5: Documento de toma de conocimiento del cierre del proyecto del Comité de Ética



UNIVERSIDAD PERUANA
CAYETANO HEREDIA

Dirección Universitaria de
**INVESTIGACIÓN, CIENCIA Y
TECNOLOGÍA (DUICT)**

CONSTANCIA

El Presidente del Comité Institucional de Ética en Investigación (CIEI) de la Universidad Peruana Cayetano Heredia deja constancia que el comité institucional de ética en investigación **TOMÓ CONOCIMIENTO** de la información remitida en el(los) siguiente(s) documento(s) del proyecto de investigación titulado: **“Inteligencia emocional y dependencia emocional en jóvenes universitarios en Lima Metropolitana”**, código de inscripción **200301**, Investigador(es) **García Córdova Lucía**.

- ✓ **Informe de Cierre de Proyecto.** Documento recibido en fecha 06 de agosto del 2021.

Lima, 10 de agosto del 2021

Dra. Frine Samalvides Cuba
Presidenta
Comité Institucional de Ética en Investigación

/cic

Av. Honorio Delgado 430, SMP 15102
Apartado postal 4314
(511) 319-0000 anexo 201352
duict@oficinas-upch.pe
www.cayetano.edu.pe