

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INTERCONTINENTAL
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA

**Dependencia Emocional en adolescentes de 15 a 18 años del Colegio
Privado Subvencionado Betel de la Ciudad de Areguá - 2025**

Clara Elizabeth Sanabria Giménez

Ivana Jazmín Gómez Ayala

Tutora: Prof. Lic. Ruth Morales

Trabajo de Culminación de Carrera presentado a la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Tecnológica Intercontinental como requisito para obtener el título de Licenciatura en Psicología con orientación Clínica.

Línea de investigación: Procesos socioafectivos y salud mental

Fernando de la Mora- Paraguay


Agosto

2025

Constancia de aprobación de la tutora

Quien suscribe, Lic. Ruth Dionicia Morales con documento de Identidad N° 5015575 Tutora del trabajo de investigación titulado **“Dependencia Emocional en adolescentes de 15 a 18 años del Colegio Privado Subvencionado Betel 2025”** elaborada por las alumnas “Clara Sanabria e Ivana Gómez”, para obtener el Título de Licenciada en Psicología Clínica, hace constar que dicho trabajo reúne los requisitos exigidos por la Universidad Tecnológica Intercontinental y puede ser sometido a evaluación y presentarse ante los docentes que fueron designados para integrar la Mesa Examinadora.

En la ciudad de Fernando de la Mora, a los 08 días del mes de Agosto de 2025.



.....

Lic. Ruth Morales

Derecho del autor

Quien suscribe Clara Elizabeth Sanabria Giménez con documento de Identidad N° 5660878 e Ivana Jazmín Gómez Ayala con documento de Identidad N° 5626534 autores del trabajo de culminación de carrera titulado “**Dependencia Emocional en adolescentes de 15 a 18 años del Colegio Privado Subvencionado Betel 2025**”, declaran que voluntariamente ceden a título gratuito y en forma pura y simple, ilimitada e irrevocablemente a favor de la Universidad Tecnológica Intercontinental el derecho de autor de contenido patrimonial, que como autores le corresponde sobre el trabajo de referencia. Conforme a lo anteriormente expresado, esta cesión otorga a la UTIC la facultad de comunicar la obra, divulgar, publicarla y reproducirla en soportes analógicos o digitales en la oportunidad que ella así lo estime conveniente. La UTIC deberá indicar que la autoría o creación del trabajo corresponde a mi persona y hará referencia del autor y a las personas que hayan colaborado en la realización del presente trabajo de investigación.

En la ciudad de Fernando de la Mora, a los 08 días del mes de Agosto de 2025.

Clara Sanabria

Clara Sanabria Giménez

Autora del trabajo

Ivana Gómez

Ivana Gómez

Autora del trabajo

Dedicatoria

A Dios, por darme la vida, la fortaleza y la luz para llegar hasta aquí.

A mi Mami, tú fuiste, eres y siempre serás mi mayor inspiración. Cada paso que he dado, cada meta alcanzada y cada página de este trabajo están dedicados a ti. Este logro es, sin dudas, exclusivamente para ti, porque todo lo que soy y todo lo que he alcanzado nace de tu ejemplo, tu amor y tu luz que me guían siempre.

Ivana Gómez.

Dedicatoria

A Dios, por darme siempre fuerzas para continuar en lo adverso, por guiarme en el camino por darme sabiduría para mejorar día a día mi quehacer profesional.

Clara Sanabria.

Agradecimientos

A mi papá, por ser mi sostén y mi ejemplo de fortaleza. Gracias por caminar a mi lado en cada etapa, por acompañarme con tu presencia incondicional y por regalarme siempre palabras de aliento que me dieron fuerza para seguir. Tu apoyo ha sido uno de los pilares más grandes en este logro.

A mi hermano, por creer en mí incluso en mis momentos más frágiles. Gracias por recordarme con tu voz y tu cariño que soy capaz, por alentarme a continuar cuando las fuerzas flaqueaban.

A mis abuelos, por su amor infinito y su bondad que iluminó mi camino, enseñándome a confiar en mí misma y a luchar por mis sueños con humildad y perseverancia.

Y, de manera muy especial, a mi mamá y a mis abuelos que hoy no están físicamente, pero viven eternamente en mi corazón.

Ivana Gómez

Agradecimiento

A mi madre quién estuvo conmigo desde siempre, Gratitude infinita por todo el apoyo incondicional, por estar presente en cada etapa de mi vida, por creer en mí que sí podía y alentarme a seguir.

Doy gracias a A.B, S.C, V.G, quiénes me acompañaron de diferentes maneras con su amor, paciencia y palabras de aliento. Cada apoyo ha sido invaluable, gracias por creer en mí, por animarme a seguir adelante y por estar mi lado en todo momento.

Clara Sanabria..

ÍNDICE

MARCO INTRODUCTORIO	3
Planteamiento del Problema	5
Pregunta General	9
Preguntas Específicas	9
Objetivo General	9
Objetivos Específicos	9
Justificación de la Investigación	10
Limitaciones de estudio	12
Alcance del estudio	12
El presente estudio tuvo como alcance:	12
MARCO TEÓRICO	14
Antecedentes de Investigación	14
Bases teóricas	17
Fundamentos teóricos sobre dependencia emocional	17
Apego Emocional – Definiciones y fundamentos teóricos	21
Teorías del Apego Emocional	22
Teorías Psicológicas Relevantes	25

Bases conceptuales	26
Adolescencia.	26
Dependencia Emocional	27
Características de la Dependencia Emocional.	27
Causas de la Dependencia Emocional	27
Adolescencia como etapa de desarrollo emocional vulnerable	29
Área de Dependencia en relaciones de Pareja	31
Área de Relaciones Personales	31
Área de Autoestima y Estado de Animo	32
Definiciones de la Dependencia Emocional	32
Dimensiones de la dependencia emocional según Lemos y Lodoño	33
Hipótesis de Investigación	35
Hipótesis general	35
Cuadro Operacional de Variables	36
MARCO METODOLÓGICO	37
Tipo de Investigación	37
Diseño de Investigación	37
Nivel de Investigación	37
Descripción de la Población	38

Criterios de Inclusión	38
Criterios de Exclusión	38
Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos	38
Validación del Instrumento	39
Procesamiento y Análisis de Datos	41
Consideraciones Éticas	42
MARCO ANALÍTICO	43
Conclusión	56
Recomendaciones	58
Bibliografía	59
Anexos	63

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

Dependencia Emocional En Adolescentes

Clara Elizabeth Sanabria Giménez

Ivana Jazmín Gómez Ayala

Universidad Tecnológica Intercontinental

Nota del autor

Facultad de Ciencias de la Salud

Carrera de Psicología Clínica

Sede Fernando de la Mora

Línea de investigación: Procesos socioafectivos y salud mental

Clarasabria728@gmail.com

Ivanagomezz122@gmail.com

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

Resumen

El propósito de esta investigación fue determinar la existencia de dependencia emocional en los adolescentes del Colegio Betel. El enfoque del estudio fue cuantitativo, con un diseño no experimental y de tipo descriptivo. Participaron 90 estudiantes: 39 varones y 51 mujeres, con edades comprendidas entre los 15 y 18 años. Como instrumento se aplicó el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE), con el objetivo de establecer el índice de dependencia emocional en sus distintas dimensiones. Los resultados obtenidos revelaron que, en la dimensión de soledad, la mayoría de los adolescentes presentó un nivel bajo. En la dimensión de necesidad de afecto, los niveles fueron distribuidos de forma equitativa entre bajo, medio, alto y muy alto. Por otro lado, en las dimensiones de ideación irracional, comportamientos autodestructivos y sumisión, se observaron resultados mayoritariamente altos. En conclusión, los adolescentes evaluados presentaron, en su mayoría, un nivel medio de dependencia emocional. Estos resultados evidencian la importancia de trabajar el desarrollo emocional en esta etapa, con el fin de promover el bienestar psicológico y la construcción de vínculos afectivos más saludables.

Palabras clave: dependencia emocional, adolescencia, vínculos afectivos, baja autoestima, idealización, bienestar emocional.

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

MARCO INTRODUCTORIO

Tema: Dependencia Emocional

Título: Dependencia Emocional en adolescentes de 15 a 18 años del Colegio Privado Subvencionado Betel 2025

La adolescencia es una etapa fundamental en el desarrollo del ser humano, caracterizada por profundos cambios físicos, emocionales, cognitivos y sociales. Durante este periodo, los adolescentes buscan construir su identidad y alcanzar mayor autonomía personal. En este proceso, las relaciones interpersonales adquieren un valor significativo, especialmente aquellas de carácter afectivo, como las relaciones de pareja o vínculos cercanos de amistad.

Sin embargo, no todos los vínculos establecidos durante la adolescencia se desarrollan de manera saludable. Algunos adolescentes pueden manifestar patrones de dependencia emocional, definida como una necesidad afectiva excesiva, persistente y disfuncional hacia otra persona, que se manifiesta mediante una búsqueda constante de afecto, aprobación y seguridad, frecuentemente a expensas del bienestar propio. Esta dependencia puede tener un impacto negativo en el desarrollo emocional, la autoestima, la toma de decisiones y la calidad de vida de los adolescentes. (González y Echeburúa, 2008).

En este contexto, el presente estudio tiene como objetivo principal establecer el índice de dependencia emocional en los adolescentes que cursan estudios en el Colegio Betel.

La presente investigación busca aportar a la comunidad educativa mediante:

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

- a) La ampliación del conocimiento sobre la dependencia emocional en la adolescencia.
- b) La promoción de una reflexión crítica en torno a las relaciones afectivas entre los adolescentes.
- c) La elaboración de un diagnóstico confiable sobre la realidad emocional de los estudiantes.

La estructura de este trabajo se distribuye en cuatro capítulos principales:

Marco Introdutorio: Se presenta el planteamiento del problema, delimitaciones, preguntas de investigación, objetivos y justificación.

Marco Teórico: Se desarrollan los antecedentes, conceptos clave y fundamentos teóricos sobre la dependencia emocional.

Marco Metodológico: Se describe el enfoque cuantitativo utilizado, el diseño de la investigación, la caracterización de la población, y los instrumentos de recolección de datos.

Marco Analítico: Se realiza el análisis de los resultados obtenidos y se presentan las conclusiones y recomendaciones, sustentadas en los objetivos establecidos. También se incluye el respaldo bibliográfico que sustenta el marco conceptual.

Se espera que este trabajo contribuya a una mejor comprensión de la dependencia emocional en adolescentes, y sirva como base para futuras investigaciones y acciones concretas que fomenten el bienestar emocional de los jóvenes.

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

Planteamiento del Problema

La adolescencia constituye una etapa clave del desarrollo humano, caracterizada por transformaciones físicas, emocionales, cognitivas y sociales. En este periodo, los adolescentes exploran su identidad, afirman su autonomía y otorgan un valor central a las relaciones interpersonales, especialmente aquellas de carácter afectivo. Sin embargo, no todos los vínculos que establecen se dan en un contexto de equilibrio emocional. En algunos casos, surge una fuerte necesidad de afecto y aprobación por parte de los demás, que puede evolucionar hacia una dependencia emocional.

En Paraguay, diversos profesionales de la salud mental han alertado sobre el aumento de relaciones afectivas conflictivas o disfuncionales entre adolescentes, muchas veces caracterizadas por la necesidad excesiva de aprobación, miedo al abandono y dificultades para poner límites. Aunque este fenómeno ha sido ampliamente estudiado en adultos jóvenes, existen pocos estudios sistemáticos que exploren la prevalencia y características específicas de la dependencia emocional en adolescentes paraguayos. (Bacarreza y Recalde, 2022)

En el contexto del Colegio Privado Subvencionado Betel de la ciudad de Areguá, docentes y orientadores han reportado dificultades recurrentes en la dinámica emocional de algunos estudiantes, manifestados en la baja autoestima, dificultades para tomar decisiones autónomas y vínculos afectivos muy intensos o inestables. Esta realidad motivó el desarrollo del presente estudio, cuyo propósito es generar datos que permitan describir el nivel de dependencia emocional en dicha población adolescente, con el objetivo de aportar elementos para el diseño de intervenciones psicoeducativas en el futuro.

Diversos estudios recientes han señalado que la dependencia emocional en la adolescencia puede generar consecuencias como ansiedad, aislamiento, celos intensos, baja autoestima y una tendencia a mantenerse en relaciones tóxicas (Ramos & Barragán,

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

2021). A su vez, factores como la presión social, la idealización del amor romántico y la exposición constante a modelos de pareja poco saludables en redes sociales refuerzan estos comportamientos disfuncionales (Martínez & Morales, 2023).

En este contexto, surge la necesidad de analizar la dependencia emocional en adolescentes de instituciones educativas específicas, con el fin de comprender su prevalencia, sus manifestaciones y las posibles diferencias según variables como edad y género. En el caso del Colegio Betel, se observó en muchos estudiantes una dificultad para establecer vínculos afectivos saludables, marcada por comportamientos de apego ansioso, idealización del otro y necesidad excesiva de afecto.

La dependencia emocional en adolescentes puede definirse como un patrón afectivo disfuncional caracterizado por la necesidad excesiva de afecto, aprobación y validación por parte de una figura significativa, generalmente una pareja, lo que lleva a comportamientos de sumisión, miedo al abandono y dificultad para mantener la autonomía emocional (González Tovar, 2020).

En esta etapa del desarrollo, la dependencia emocional se manifiesta a través de la idealización del otro, la dificultad para estar solo, la baja autoestima y la necesidad constante de atención, lo que puede interferir negativamente en la toma de decisiones, el bienestar emocional y el desarrollo de relaciones saludables (Valencia & Pineda, 2022).

Según Martínez y Morales (2023), en el contexto actual, esta problemática se ve intensificada por factores sociales y culturales, como la influencia de las redes sociales, los estereotipos del amor romántico, y la carencia de una educación emocional adecuada, lo que hace que muchos adolescentes confundan dependencia con amor genuino.

Además, diversos estudios han demostrado que la dependencia emocional durante la adolescencia suele estar relacionada con estilos de apego inseguros desarrollados en

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

etapas tempranas de la vida, lo que predispone a buscar relaciones donde el otro se convierte en el centro de la identidad y del bienestar (Ramos & Barragán, 2021).

Un estudio reciente realizado por Arbinaga, M.T, González Cabrera, J y Santamaría Vázquez, M. (2021) en España, evaluó la prevalencia de dependencia emocional en adolescentes dentro de las relaciones de pareja. La investigación incluyó una muestra de 234 estudiantes adolescentes, con edades comprendidas entre 14 y 19 años de los cuales el 69.7% eran mujeres.

Los resultados indicaron que el 40.6% de los adolescentes presentaban, un nivel alto de dependencia emocional, y un 14.5% mostraban una dependencia emocional extrema. Además, se encontraron diferencias significativas por género, siendo los varones quienes puntuaron más en alto en dependencia emocional que las mujeres

La dependencia emocional tiene múltiples causas, muchas de las cuales se originan en la infancia. Experiencias de abandono, rechazo o carencia afectiva pueden generar una necesidad permanente de seguridad y validación externa. Estos antecedentes pueden producir un miedo persistente al abandono, que lleva al adolescente a realizar esfuerzos desmedidos para mantener una relación, aun cuando esta sea perjudicial. Otra causa relevante es la baja autoestima, que lleva a la búsqueda constante de aprobación externa para sentirse valioso o aceptado (López Ibor, 2023).

La dependencia emocional puede tener un impacto negativo considerable en la vida de los adolescentes. Entre las principales consecuencias se encuentran: Ansiedad y sensación de vacío cuando no se está con la persona objeto de la dependencia, depresión y sentimientos de abandono, especialmente si no se recibe atención constante, baja autoestima y necesidad de aprobación continua, sentimientos de culpa, vergüenza e incapacidad para tomar decisiones autónomas y aislamiento social, debido a la focalización

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

excesiva en la relación, lo cual provoca el distanciamiento de amigos y familiares (Botana, 2022).

Este estudio pretende investigar la dependencia emocional dentro de las dimensiones que han propuesto los autores Lemos y Lodoño (2006) entre ellas se encuentran los factores de soledad, inseguridad, necesidad de afecto, Ideación irracional, factor autodestructivo y sumisión.

El presente estudio se desarrollará con estudiantes adolescentes del Colegio Betel, con el propósito de identificar y analizar los niveles de dependencia emocional presentes en esta población.

A partir del problema planteado, surge la siguiente pregunta general que guiará esta investigación:

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

Pregunta General

¿Existe dependencia emocional en los adolescentes de entre 15 y 18 años del Colegio Privado Subvencionado Betel de la ciudad de Areguá en el año 2025?

Preguntas Específicas

¿Cuál es el nivel de soledad percibida en los adolescentes del Colegio Betel?

¿Qué nivel de necesidad de afecto presentan los adolescentes?

¿Cuál es el nivel de ideación irracional presente en los adolescentes?

¿Qué nivel presenta el factor autodestructivo en los adolescentes?

¿Cuál es el nivel del factor sumisión en los adolescentes del Colegio?

Objetivo General

Determinar la existencia de dependencia emocional en los adolescentes de 15 a 18 años del Colegio Privado Subvencionado Betel de la ciudad de Areguá durante el año 2025.

Objetivos Específicos

Identificar el nivel de soledad percibida en los adolescentes del Colegio Betel.

Evaluar el nivel de necesidad de afecto en los adolescentes.

Analizar el nivel de ideación irracional presente en los adolescentes.

Evaluar el nivel del factor autodestructivo en los adolescentes.

Describir el nivel del factor sumisión en los adolescentes.

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

Justificación de la Investigación

La adolescencia constituye una etapa clave en la construcción de la identidad, el desarrollo afectivo y la consolidación de vínculos interpersonales. Durante este proceso, los adolescentes enfrentan múltiples desafíos emocionales que pueden influir en la manera en que se relacionan con los demás. En ciertos casos, estas relaciones se configuran en dinámicas desequilibradas, marcadas por la necesidad excesiva de afecto, miedo al rechazo, baja autoestima y una fuerte dependencia emocional (Erikson, 1968; Steinberg, 2014). Este tipo de vinculación disfuncional puede comprometer significativamente el bienestar psicológico, la autonomía personal y la calidad de vida del adolescente.

En el contexto educativo paraguayo, existe una limitada producción académica que aborde específicamente la dependencia emocional en estudiantes de nivel medio. Aunque se han investigado factores relacionados, como la autoestima, el apego o las habilidades sociales, la dependencia emocional como fenómeno en sí mismo continúa siendo un tema poco explorado. Por ello, comprender cómo se manifiesta esta problemática en adolescentes escolarizados puede permitir la identificación temprana de patrones afectivos perjudiciales y contribuir al diseño de estrategias de prevención, orientación e intervención desde una perspectiva psicoeducativa.

El presente estudio se justificó por su valor diagnóstico y preventivo, y por su pertinencia tanto a nivel psicológico como educativo. La dependencia emocional no solo puede afectar el desarrollo emocional y social del adolescente, sino también su rendimiento académico, su salud mental y su capacidad para establecer relaciones saludables en la adultez. Asimismo, este fenómeno puede perpetuar modelos de vinculación inadecuados si no es identificado y abordado a tiempo.

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

Los principales beneficiarios de esta investigación fueron los propios adolescentes, quienes lograron reflexionar sobre sus vínculos afectivos y reconocieron signos de dependencia emocional. También se benefició la comunidad educativa, docentes, orientadores y directivos, al contar con datos relevantes que les permitan intervenir desde una mirada preventiva y formativa. Igualmente, los padres y cuidadores podrán comprender mejor los procesos emocionales de sus hijos y acompañarlos con mayor sensibilidad. Por último, los profesionales de la salud mental podrán utilizar los hallazgos como base empírica para el diseño de programas de apoyo psicológico y talleres psicoeducativos dirigidos a jóvenes.

La elección del Colegio Betel como contexto de estudio responde a dos factores principales: por un lado, se han reportado previamente manifestaciones emocionales problemáticas entre los estudiantes, y por otro, la institución ha mostrado apertura y disposición para colaborar con investigaciones de carácter académico.

Desde el punto de vista metodológico, se ha optado por un enfoque cuantitativo de tipo descriptivo, con el objetivo de recolectar y analizar datos concretos, medibles y objetivos sobre el nivel de dependencia emocional en los adolescentes del Colegio Betel. Esta elección metodológica permitirá identificar la frecuencia, intensidad y características específicas del fenómeno, mediante el uso de instrumentos estandarizados y validados. La investigación descriptiva resulta adecuada, ya que no busca intervenir en los comportamientos, sino describir la situación tal como se presenta en la realidad, lo cual ofrece un diagnóstico inicial para futuras acciones de intervención o investigación más profunda.

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

Limitaciones de estudio

Muestra delimitada geográficamente: El estudio se realizó exclusivamente en el Colegio Betel, por lo que los resultados no pudieron extenderse a la totalidad de la población adolescente paraguaya.

Técnica de recolección: El instrumento utilizado fue un cuestionario tipo Likert, basado en autoinforme, lo que implica el riesgo de sesgo por deseabilidad social o falta de autorreflexión del participante.

Estado emocional de los participantes: Algunos adolescentes pudieron haber estado atravesando situaciones personales difíciles (duelos, rupturas, etc.) que pudieron haber afectado sus respuestas. Aunque se tomaron medidas de tamizaje, este factor no pudo eliminarse por completo.

Limitación temporal: La investigación se desarrolló en un periodo limitado, lo que impidió la aplicación de un seguimiento longitudinal que permitiera observar cambios a lo largo del tiempo.

No intervención: Al tratarse de una investigación descriptiva, no se implementaron acciones terapéuticas ni educativas durante el proceso, lo cual limitó su impacto inmediato sobre la problemática identificada.

Alcance del estudio

El presente estudio tuvo como alcance:

- Poblacional: estudiantes adolescentes del nivel medio (entre 14 y 18 años) matriculados en el Colegio Betel durante el año lectivo 2025.
- Geográfico: ciudad de Fernando de la Mora, Paraguay.

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

- Temporal: segundo semestre del año 2025.
- Temático: evaluación del nivel de dependencia emocional en relaciones afectivas, considerando dimensiones como soledad, necesidad de afecto y sumisión.

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

MARCO TEÓRICO

Antecedentes de Investigación

Alma María Paredes Galeano, Víctor Fernando Coronel Martínez. Universidad Nacional del Este, 2023

Realizo una investigación sobre la autoestima y dependencia emocional en estudiantes de la carrera de psicología de la universidad nacional del este en el año 2023.

Como objetivo general tuvo analizar la relación entre dos variables. Mientras que como objetivos específicos fueron identificar la presencia de baja autoestima, evaluar la presencia de dependencia emocional con el grupo estudiantil. La metodología utilizada fue cualitativa, no experimental. La población comprendió estudiantes del primer al cuarto curso con un nivel de confianza del 95% y un margen de error del 5% totalizando 150 estudiantes de los cuales se tomaron en cuenta 110. Se utilizó la escala de dependencia emocional (CDE) y escala de autoestima de Rosenberg para recopilar los datos.

Diana Laura Reséndiz Nolasco, universidad autónoma de México, 2017

Realizo un estudio sobre dependencia emocional en adolescentes y vacío existencial. Propuso como objetivo general analizar la relación entre la dependencia emocional y vacío existencial en adolescentes. Mientras que como objetivos específicos se plantearon tres; estos son: Identificar las causas más comunes de la dependencia emocional en adolescentes, considerando factores familiares, sociales y personales, explorar la relación entre la relación entre dependencia emocional y vacío existencial y Evaluar el impacto de estos fenómenos en la salud mental del adolescente. La metodología se basó en un estudio cualitativo, desde el diseño no experimental; la población se conformó por 179 adolescentes, al igual que la muestra; se utilizó la encuesta como técnica y el cuestionario como instrumento para ambas. Los principales resultados demostraron que

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

la dependencia emocional y vacío existencial se percibe en un 65,5%(119 participantes) el sexo más recurrente fue el femenino y el resto en un 33,5 %(60 participantes) de porcentaje corresponde al sexo masculino; el nivel de significancia de 0,05 en la prueba de hipótesis demostró que existe una diferencia significativa con los adolescentes en pareja y los que están solteros.

Joselyn Lisseth Ureña Beltrán, Jorlin Maykel Quizhpe González, universidad politécnica salesiana Ecuador,2023. Realizaron un estudio sobre dependencia emocional en adolescentes del segundo y tercero de Bachillerato. Propuso como objetivo general evaluar la dependencia emocional en adolescentes del segundo y tercero de Bachillerato General Unificado del Colegio Fiscomisional "Alicia Loza Meneses" y como objetivos específicos se plantearon: Caracterizar las variables sociodemográficas del estudiantado y Determinar el nivel de dependencia emocional en los estudiantes de bachillerato a partir de la edad y el género. La metodología se basó en un estudio cuantitativo, desde el diseño no experimental; la población se conformó por 57% de segundo bachillerato y 43% de tercero bachillerato; el nivel de porcentaje de la varianza es de 64,7% lo cual plantea lo evaluado a través de esta prueba está representado por una dimensión.

Dolibeth María Céspedes Córdova, universidad católica santo Toribio de mogrovejo,2023. Realizo un estudio sobre la dependencia emocional y autoeficacia en adolescentes de una institución educativa. Propuso como objetivo general determinar la relación entre la dependencia emocional y la autoeficacia en los adolescentes. Mientras que como objetivos específicos se plantearon tres; estos son: identificar los niveles de dependencia emocional en adolescentes, identificar los niveles de autoeficacia en los adolescentes e identificar la relación entre las áreas de dependencia emocional y la autoeficacia en adolescentes de una institución educativa. La metodología se basó en un estudio cuantitativo, desde el diseño no experimental; la población se conformó por 123 adolescentes al igual que la muestra; se utilizó la encuesta como técnica y cuestionario para

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

ambas variables de estudio. Los principales resultados fueron de 82,07% de la población presenta tendencia a la dependencia emocional, lo cual lo ubica en un nivel medio-bajo; el nivel de Autoeficacia es de 000 en la prueba de hipótesis demostró que se considera que ambas variables se afectan entre sí.

La presente investigación aborda la problemática de la dependencia emocional en adolescentes del Colegio Betel, con el objetivo de identificar y analizar esta dinámica afectiva en dicha población.

Según Lemos y Lodoño (2006) la dependencia emocional se define como un patrón persistente de necesidades afectivas insatisfechas que una persona intenta satisfacer de manera desadaptativa a través de otra persona. Esto implica que la persona dependiente emocionalmente tiene dificultades para satisfacer sus propias necesidades emocionales y busca constantemente la validación y apoyo de los demás a menudo en relaciones interpersonales poco saludables. Lemos y Londoño (2006) elaboraron el cuestionario de dependencia emocional.

Al revisar investigaciones previas, se encontraron diversas similitudes con el presente estudio. En primer lugar, varios antecedentes también han centrado su investigación en adolescentes como grupo de estudio, considerando que esta etapa del desarrollo humano es especialmente vulnerable en términos afectivos y vinculares, lo cual puede proporcionar la aparición de vínculos afectivos marcados por la dependencia emocional. En segundo lugar, se observa una coincidencia metodológica relevante: la utilización del Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) como instrumento principal para la recolección de datos. Este cuestionario ha demostrado ser una herramienta válida y confiable para evaluar indicadores de dependencia emocional en contextos escolares. Las coincidencias en población e instrumento permiten establecer puntos de comparación entre estudios previos y el actual, lo cual fortalece la base científica del presente trabajo y le otorgan mayor relevancia dentro del campo de estudio.

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

Bases teóricas

Fundamentos teóricos sobre dependencia emocional

A través de la historia, distintos filósofos, psicólogos, científicos se referían al amor con características positivas y negativas, siendo una de ellas como una particularidad negativa relacionado a la dependencia emocional. (Izquierdo y Gómez, 2013). Uno de los primeros filósofos que estableció un concepto acerca de la existencia de un amor nocivo, fue Platón (427 ac -347ac) quien afirmaba que el amor posesivo, es una forma de persecución del otro como un objeto que quería devorar.

De igual manera, Immanuel Kant se refería al amor/pasión como egoísta y lo definía como un conjunto de emociones imposibles de controlar para las personas que las sufrían. (Clemente, et al, 1997)

Por otro lado, La Dependencia Emocional ha sido definida como patrones desadaptativos relacionales caracterizado por la búsqueda crónica y recurrente a la interacción interpersonal, a pesar del malestar que vivencia, entablando una relación de naturaleza asimétrica, en la cual asume una actitud pasiva, sumisa y dependiente hacia la persona que depende. (Moral-Sirvent, 2008). Desde una concepción diferente se define a la Dependencia Emocional como patrones rígidos y disfuncionales de la personalidad, caracterizado por una pobre valoración de sí mismo, inseguridad emocional y necesidad continua de los demás como fuente de bienestar y seguridad personal. (Sanchez, 2010) La Dependencia Emocional como una adicción a las relaciones de pareja, no obstante, no se puede reducir la dependencia a una adicción al amor, dado que la necesidad afectiva extrema acompaña al individuo toda su vida, y se manifiesta a lo largo de sus relaciones de pareja; en tanto que las adicciones como entidades clínicas tienen un criterio temporal. En este sentido, adicción al amor no es un término satisfactorio para describir la dimensión disfuncional de la personalidad. (Castello,2000,2005)

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

La dependencia emocional produce daños físicos y emocionales, estas personas creen que amar u ofrecerlo todo, justificando las conductas de las parejas de manera idealizada y suelen tener celos irrealistas ante la ansiedad de perderle (Renata Franco y Sánchez Aragón, 2005). La baja autoestima y la baja autoestima conllevan al temor del abandono y del rechazo que provocan aferrarse a la relación, siendo incapaces de terminarla (Riso, 2008). La dependencia emocional puede ser llamada amor obsesivo, es cuando el amor se convierte en adicción y se comienza a depender de la persona que uno ama (Brenlla, Brizzio y Palermo, 2009)

Los problemas de dependencia emocional hacia la pareja provienen desde la infancia cuando la persona es sobre protegida y genera la creencia de que el mundo es hostil y cruel, al no haberse enfrentado a la frustración y el estrés. El salirse de la relación le genera miedo, malestar y apego al pasado, esta es una respuesta a la incapacidad de renunciar a nada que le guste, demostrando una carencia de autocontrol. (Riso, 2008)

El amor patológico se experimenta como una obsesión, por lo que se siente la obligación de atraer continuamente la atención de quien le obsesiona y controlar la libertad del otro, (Tavares et Al, 2008) Al respecto, se encontró que la baja autoestima, los sentimientos de ira, la privación emocional y el estrés emocional pueden ser factores psicológicos importantes, así como los factores familiares de abandono físico y emocional en la infancia (Sophia, 1999).

La Dependencia emocional, es caracterizada por exigencias afectivas sin límites, complicadas relaciones interpersonales y amorosas sin equilibrio, donde el doblegamiento y la forma idealizada de la pareja, toma control con poca autoestima y una necesidad por el otro de manera desmedida, que conduce a comportamientos extremos de apego y miedo profundo a la soledad. (Castello, 2012)

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

Schore (2015) clarifica debidamente el proceso de la Dependencia Emocional y nos explica cuán importante son las relaciones con los otros en la reformulación del cerebro. Schore nos muestra, mediante la afirmación de la teoría de la neuro plasticidad, que el cerebro va reconfigurándose de manera significativa, poniendo en movimiento circuitos neuronales, por personas cercanas y vínculos interpersonales, especialmente las negativas. En consecuencia, una experiencia amorosa o familiar desfavorable puede llevar a que nuestro sistema cerebral se desconfigure.

Chapoñan (2020), tuvo como objetivo en su investigación analizar la dependencia emocional en las relaciones de pareja a través de la literatura científica. El estudio fue una revisión de literatura con el tipo de metodología bibliográfico documental. Las palabras claves utilizadas fueron, dependencia emocional, dependencia afectiva, relaciones de pareja, vínculo de pareja, relaciones románticas, emocional dependence, emotional dependency y relationships. Por ende como producto de esta indagación se encontró un total de 11. Las bases de datos las cuales se extrajeron los artículos : Pumed, Scielo, Science, Direct, prevaleciendo más información en Redalyc. Entre las principales conclusiones se encontró que la dependencia emocional está relacionada con la violencia en la relación de pareja, además es utilizado en diversos contextos incluyendo ambos sexos, donde sus inicios se da en tempranas edades.

Cueva y Gálvez (2001), tuvo como objetito principal conocer aquellas características de relación de la dependencia emocional y violencia. El presente estudio fue una revisión sistemática. Las palabras claves que utilizaron para la búsqueda fueron: revisión sistemática, dependencia emocional y violencia de pareja. Como producto de esta investigación se obtuvieron 40 artículos, las bases de datos de las cuales se extrajeron artículos de Renati, Repositorio de la UCV.

Cuando se define el tipo de apego en el transcurso de la infancia, se desarrolla de manera parecida en la adultez, conservándose estable y con afluencia en las relaciones

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

interpersonales que tengamos. Si sucede un apego inseguro se desarrollará de manera incorrecta la corteza orbitofrontal (Goleman,2018), poniendo límites a la habilidad de control de emociones como el temor, el enojo, etc. Tanto el niño con apego inseguro como el dependiente emocional tienen similares características, procurando la proximidad y experimentando la intranquilidad a perderla.

La Dependencia Emocional está relacionada directamente con el apego ansioso, pero en dirección contraria no se manifiesta. (Castello, 2005)

Shaver (1999, citado en Goleman, 2006) utiliza la teoría del apego de Bowlby (1958) en los vínculos interpersonales adultos, encontrando variadas tipologías. Las parejas que se sucumben a relaciones de mucha ansiedad, individuos que creen no merecer amor, que están al tanto exageradamente de donde está su pareja y se ven en un gran vacío sin ellas. Esta descontrolada preocupación por sostener la relación interpersonal genera infelicidad y desconfianza propensa a una ruptura repentina. Por otra parte, el rechazo ocasiona dependencia interpersonal. Todos queremos hallar conexión con los otros quienes se presentan a lo largo de nuestra vida. Cuando no se presta atención suficiente en una relación, una persona no se compromete, siempre se produce un sentimiento de desamparo que puede dar fuerzas a las dependencias afectivas. Tal sentimiento adverso tiene una raíz neuronal ubicado en la corteza singularada anterior (CCA), la misma en activación cuando ocurre un daño a nivel físico. (Goleman,2018). Por consiguiente, cuando el rechazo social es producido los mismos circuitos cerebrales que informan de la existencia de un daño físico se activan.

Debido a ello, el cerebro se configuro de tal manera que el dolor de perder un ser querido o del rechazo es similar cognitivamente al trauma físico.

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

Apego Emocional – Definiciones y fundamentos teóricos

Para Bowlby (1998). Menciona en su teoría sobre el apego que los seres humanos generan vínculos afectivos que están asociadas a las emociones y en algunos casos puede causar angustia, rabia por ser abandonados, depresión frente a un distanciamiento.

Para (Bowlby, 1986). El apego es aquello para na persona pueda permitir o mantener como una proximidad hacia otra persona considera como más fuerte y/o sabia, motivando a una proximidad.

Si hablamos de un niño y el apego a sus padres hay una necesidad de protección, la relación que existe entre el niño y el cuidador podrá darnos a conocer la proyección de calidad de vinculo, como menciona Bowlby (1980) son aquellos mecanismos que funcionan como modelo o patrones operantes intrínsecos, que ayudan a generar una proyección de sí mismo y también el de los demás.

Es importante destacar que el autor de base de la presente investigación es Jonh Bowlby, quien nos ilustra la importancia del apego emocional y la influencia significativa en el desarrollo de la infancia, lo destaco por su trayectoria científica reconocida por muchos autores contemporáneos. Así mismo, por la manera de conceptualizar la propensión que tienen las personas frente estos vínculos afectivos y la forma de cómo pueden transmitir o expresar sus emociones cuando existe una separación o perdida.

Fonagy et al (1995), indicaron que por medio de la vivencias y experiencias que suelen ser repetitivas los niños pueden desarrollar determinados patrones, para que de esta forma las relaciones tempranas de apego se puedan manejar y regular en base a un nivel de estrés o angustia y mentalizar aquellos criterios de apego.

Las primeras investigaciones que se realizó sobre el apego dirigida por Ainswort (Fenney & Noller, 2001) hacen referencia al trabajo que se realizó con Bowlby, pasada en

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

observaciones a través de un procedimiento que se llamó “situación extraña” que se realizaba entre la madre y el hijo.

Ainsworth et al (1978) fueron los que indicaron sobre las primeras clasificaciones del apego en los menores, mencionando al apego seguro, segundo el apego inseguro, tercero el apego evitativo, finalmente el apego ambivalente.

Luego de establecer las teorías del apego enfocado en los bebés y los niños, se realizaron estudios donde el interés fue enfocado en el apego adulto por George, Kaplan y Main en 1985 (citado en Feeney & Noller, 2001) establecieron tres patrones de apego por medio de relatos, uno de ellos es el apego seguro, el segundo el apego indiferente y el tercero el apego preocupado, luego se incorporaron dos nuevas categorías que son el apego irresuelto, el apego desorganizado y el apego inclasificable. (Marrone, 2001)

Aquellos adultos seguros eran aquellos que relatan de forma coherente y consistentes las etapas de la niñez y donde se encontró un equilibrio, mientras que los adultos indiferentes realizan relatos incoherentes e incompletos, minimizando algunos hechos, pero teniendo imagen positiva de las personas que le brindaban apego pero no puedan brindar ejemplos concretos negando las experiencias negativas, finalmente los adultos preocupados relatan hechos de su infancia con rabia, relatos con detalles de conflicto frente a su figura de apego, lenguaje confuso y poco claro. (Moneta, 2003)

Teorías del Apego Emocional

Teoría de Bowlby: Hace referencia a la evolución, protección y cuidado del menor, el cual está relacionado a un sistema conductual, de exploración y temor, y estos se interrelacionan. (Bowlby, 1990)

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

El primer sistema asociado a los indicadores de apego busca el desarrollo de la proximidad y contacto por medio de emociones, sentimientos y expresiones tanto verbales como físicas que denoten cercanía o afecto, las cuales tienen como finalidad la presentación de la figura de apego ante señales de amenaza o separación donde se ejecuta la proximidad necesaria del menor.

El segundo sistema de exploración se encuentra relacionado con la disminución y activación del apego con el entorno y aumento de la distancia con la persona que representa el apego seguro, quien permite desarrollar la exploración.

Finalmente, la relacionada al miedo, son las que están ligadas a conductas naturales de peligro, donde el menor como reacción inmediata busca protección y seguridad en su figura de apego.

B) Teoría de Moneta: Este enfoque permite indicar que el apego seguro hacia una persona o cuidador, estable y continuo puede establecer y ayudar a que se pueda desarrollar adecuadamente el área cognitiva y mental del niño que llegara luego a la etapa de la adultez, considerando siempre la carga y los riesgos genéticos . Se consideran algunas características de la que uno porta o trae en los genes por las que usamos como apego en tiempos de crisis, penas o necesidad. (Moneta, 2003)

Se puede indicar que estos motivos hacen que el vínculo primario en los consultorios médicos o psicológicos es importante tenerlo en cuenta para los factores terapéuticos, la madre cumple el papel primordial desde la visita al pediatra, en muchos casos esto suele ser ansioso y se genera un vínculo defectuoso. Muchos de los pediatras aconsejan a muchas mamas

el tener cuidado con la forma de acercamiento con sus hijos para evitar consecuencias de apego en el futuro.

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

C) Teoría de Ainsworth: Está asociada con 3 tipos de apego, el seguro, ansioso evitativo y ansioso ambivalente. (Ainsworth, 1989)

El apego seguro: Ainsworth et al. (1978), muestran su teoría sobre las relaciones determinados los bebés que posiblemente tienen bajo apego seguro en alguna situación extraña, les hace llenarse de angustia frente al desligamiento con su cuidador, luego cuando la persona vuelve siente calma, con estas interacciones se puede ver la calidez, la seguridad y la confianza que este le brinda.

En este estilo no se evidencian nivel de ansiedad por lo contrario hay un ajuste y control, hay evitación y seguridad, se evidencia confianza y búsqueda de apoyo frente a la situación que le causen estrés según manifiesta Mikulincer y Shaver, Pereg (2003)

El segundo llamado apego ansioso evitativo, está asociado a la separación de su cuidador, objetos y lo toman como una amenaza o estímulo aversivo, generando huida y retracción sintiéndose vulnerable.

El apego ansioso evitativo Ainsworth et al, (1978), se estudian algunos bebés que evidencian sus emociones indicadores de ansiedad evitativa, cuando su cuidador está ausente, puede manifestar angustia, enojo o mostrar indiferencia cuando su cuidador retorna, mostrando una gran distancia y notoria evitación.

Este estilo muestra inseguridad en el apego , produciendo como consecuencia la autosuficiencia compulsiva por la distancia emocional de los demás, aunque los niños se evidencian despreocupados por la ausencia de su cuidador pero en realidad muestran características y signos fisiológicos de angustia y ansiedad por un periodo de tiempo en comparación con otros niños con apego seguro.

El apego ansioso ambivalente: Ainsworth et al. (1978) mencionaron que aquellos bebés que tienen apego ambivalente tienen emociones fuertes donde se evidencian altos

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

niveles de angustia con la separación del cuidador y sobre todo es difícil mantener la calma cuando el cuidador vuelve, en esta interacción se observa la ambivalencia.

Kochanska (2001) menciona que el grupo de dos personas ambivalente entre los 9 y 2 años-9 meses muestran una mejor capacidad de desarrollar sus emociones, pero muestran episodios de temerosidad.

Mikulincer (2003), refiere que este estilo se puede evidenciar altos niveles de ansiedad, baja evitación e inseguridad en el pago, se evidencia una necesidad de cercanía, sus relaciones interpersonales son como miedo y temor a ser rechazados.

Crittenden (1995), indica que en este estilo aparece la rabia y la ansiedad debido a ser un estilo ambivalente, Mikulincer (1998) indica la aparición de ira y con actitudes de enojo y hostilidad también forman parte del estilo.

Teorías Psicológicas Relevantes

a) Teoría del Apego (John Bowlby)

- El tipo de apego que se desarrolla en la infancia (seguro, ansioso, evitativo, desorganizado) influye en los patrones de vinculación afectiva en la adolescencia
- La dependencia emocional se relaciona especialmente con el apego ansioso, donde hay un miedo constante al abandono y una necesidad excesiva de cercanía

b) Teoría de la Personalidad Dependiente (Millon,1996)

- El trastorno de personalidad dependiente se caracteriza por una necesidad general y excesiva de ser cuidado, que conlleva a conductas sumisas y temor a la separación

c) Modelo Cognitivo Conductual (Beck)

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

- Las creencias disfuncionales (“no valgo sin ti, si me dejas no sobreviviré”) refuerzan la dependencia emocional
- Estas creencias pueden ser producto de experiencias tempranas, reforzadas por patrones familiares y sociales.

d) Teoría del Refuerzo (Skinner)

- El refuerzo positivo (atención, afecto) recibido en relaciones dependientes puede consolidar estos patrones, incluso si el vínculo es perjudicial

e) Enfoque sistémico familiar (Bowen, Minuchin)

Desde la terapia sistémica, la dependencia emocional se entiende como resultado de dinámicas familiares:

- Familias sobreprotectoras o enredadas dificultan la diferenciación del adolescente
- La falta de límites claros o roles difusos promueve vínculos simbióticos
- Padres que refuerzan el miedo a la autonomía emocional o al desapego.

Bases conceptuales

Adolescencia.

Es la etapa que se transita desde la pubertad hasta la adultez temprana, donde empiezan las construcciones psíquicas y sociales. Así también surgen cambios físicos, cambios hormonales y que está relacionado al desarrollo; por otra parte, las características psíquicas están presente en la imagen corporal, creado la identidad personal, mencionando que es una etapa turbulenta e inestable. (Iglesias,2013)

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

Dependencia Emocional

Patrón de carencias emocionales y conductas caracterizado por la experiencia subjetiva de una intensa y siempre insatisfecha necesidad de afecto, junto a una exagerada y persistente demanda de atención y valoración, dirigida otro significado, que usualmente es la pareja del dependiente emocional (Castelló y Blasco, 2005; Sánchez-García, 2010; Lemos Hoyos, 2007)

Características de la Dependencia Emocional.

La dependencia emocional o psicológica se caracteriza porque la persona presenta autoestima inadecuada, que se va deteriorando cuando más cerca se esté en la relación; miedo a la soledad produciéndose un malestar, sumisión ante la pareja; el estado anímico, que se pueden presentar ansiedad y depresión; anteponen a su pareja ante los demás; deseos de actitud inferior al de la pareja. (León,2015)

Causas de la Dependencia Emocional

Las causas serian la falta de autoestima desde la infancia donde loa padres han presentado un estilo de crianza autoritario o permisivo; chantaje emocional en la infancia; manipulación y sentimientos de culpa desde edades tempranas. (Castello,2005)

Consecuencias de la Dependencia Emocional

Se señala que los miembros de una pareja dependiente interactúan inseguros evidenciándose conductas dominantes o sumisas, las cuales pueden llegar a ofender, agredir y abusar de sus derechos de ellos. Estas relaciones tienden a culpar continuamente al otro y así mismo, motivando las cogniciones inadecuadas sobre la relación y sobre el o la misma, como un vaivén dañino. (Campo y Martínez, 2013)

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

Castello define la dependencia emocional como una necesidad afectiva extrema que una persona siente hacia otra a lo largo de sus diferentes relaciones de pareja. Este vínculo se caracteriza por una búsqueda constante de afecto, aprobación y atención, llevando a la persona a mantener relaciones desequilibradas y en ocasiones perjudiciales para su bien estar emocional

La Dependencia Emocional es el estilo particular inadecuado, que se describe por el intenso afecto hacia la persona, con temor a ser abandonado; los cuales alegan sus necesidades de afecto con el amor romántico, para que le garantice unirse a su pareja apresuradamente; además sería un conjunto de respuestas indispensables hacia la otra persona que ha sido aprendida, las cuales pueden ser observables en la relación, como en la autoestima y el estado anímico. (Aguirre et al. 2019)

Es por eso que las personas dependientes emocionalmente muestran manifestaciones semejantes al consumo de sustancias, ya que la pareja se convertiría en la causante de dichos signos y síntomas. Por lo tanto, el bajo nivel de inteligencia emocional permitiría que surja un apego adictivo, tolerando los daños de su pareja, sin presentar bienestar en la relación. (Iturregui,2017)

Castello (2012), da su primera definición de dependencia emocional en 1999 y menciona que esta sigue siendo vigente aun pese al paso de los años. Para este autor, la dependencia emocional es un patrón persistente a las necesidades emocionales insatisfechas que se intentan cubrir de manera desadaptativa con otras personas; por ejemplo, se intenta compensar una insatisfacción en el área afectiva mediante la relación de pareja, de esa manera la pareja se convierte en lo más importante y siente que no puede concebir la propia existencia sin el otro a lado.

Como forma de expresar las necesidades insatisfechas, de la dependencia emocional aparecen carencias acerca de la visión de si mismo y de la relación con otros;

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

apareciendo con ello creencias sobrevaloradas frente a la amistad, la intimidad y la interdependencia aunadas a creencias sobre las emociones generadas por las relaciones cercanas e íntimas, por la soledad y la separación. (Quinatoa,2012).

La dependencia afectiva lleva establecer una vinculación insana donde predomina el dolor, la rabia y el miedo, un ambiente abusivo posesivo e inaccesible, basada en un desequilibrio y desigualdad pues una es sometida por otra ya que la compañía se ha vuelto más importante al que sentir amor. En este contexto la dependencia emocional puede ser llamada amor obsesivo en el cual, el amor se convierte en adicción, luego entonces, se comienza a depender de la persona que uno ama. En este amor patológico obsesivo se siente la obligación de atraer continuamente la atención de aquella persona causante de la obsesión y demás, se busca controlar su libertad. (Massa, Pat, Keb y Chan, 2011).

Adolescencia como etapa de desarrollo emocional vulnerable

La adolescencia es un periodo de transición entre la niñez y la adultez, entre los 12 y 18 años en esta etapa se consolidan la identidad personal, la autoestima y las primeras experiencias afectivas profundas. Factores como la inestabilidad emocional, el desarrollo neurobiológico y la búsqueda de pertenencia aumentan la vulnerabilidad a establecer vínculos dependientes.

Durante esta etapa, el adolescente:

- Construye su auto concepto en función de la retroalimentación externa
- Se vuelve especialmente susceptible a la aceptación o rechazo social
- Tiende a idealizar relaciones románticas como fuente de validación emocional

Erik Erikson(1968) ubica esta etapa en el conflicto "Identidad vs. Confusión de rol" donde el adolescente busca definirse y puede aferrarse a otros como fuente de seguridad.

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

Gisela Pankow y Margaret Mahler, desde el psicoanálisis, destacan la importancia del proceso de separación e individuación, que puede ser deficitario en los casos de dependencia emocional.

Componentes centrales de la dependencia emocional

- **Miedo al abandono**

Una de las características más marcadas. El adolescente dependiente suele experimentar ansiedad extrema ante la idea de perder a la otra persona, lo que lo lleva a comportamientos de sumisión, control o vigilancia

- **Idealización del otro**

La figura vincular suele estar vista como alguien superior, salvador o imprescindible. Esta idealización impide ver sus defectos y justifica conductas que pueden ser abusivas o negligentes

- **Sumisión y dificultad para poner límites**

El dependiente emocional suele anteponer las necesidades y deseos del otro, incluso a costa de su bienestar personal. Tiene dificultad para decir "no" expresar su opinión o establecer límites saludables

- **Perdida de la identidad**

El individuo dependiente adopta su personalidad, intereses, amistades y comportamientos a los gustos de su pareja. Se fusiona emocionalmente con el otro, olvidando quien es por si mismo

En adolescentes: Esto es especialmente grave, ya que están en pleno desarrollo de su identidad y autonomía emocional

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

Área de Dependencia en relaciones de Pareja

-Necesidad excesiva del otro: Deseo de contacto constante hacia la pareja, como un sentimiento de necesidad afectiva de estar con la pareja.

-Deseo de exclusividad en la relación: El dependiente ofrece demasiado tiempo a su pareja, que abandona su entorno social.

-Prioridad de la pareja ante cualquier cosa: El dependiente cree que su pareja es el momento más importante de su vida inclusive por encima de él/ella misma.

-Idealización del objeto: Cuando el dependiente mantiene una baja autoestima sobrevalora cualidades de su pareja ya sea físicas o intelectuales.

-Sumisión y Subordinación: El dependiente siempre hace lo que quiere su pareja. Esta sumisión se da por dos razones. En primer lugar el dependiente tiene este comportamiento para que su pareja no le deje. En segundo lugar, es el resultado de la baja autoestima que mantiene la idealización de la pareja, dando lugar a una relación desequilibrada.

Área de Relaciones Personales

-Deseo de exclusividad hacia otras personas significativas: Deseo de exclusividad hacia el otro, lo que permite que le preste mayor atención.

-Necesidad de agradar: El dependiente tiene la necesidad de la aprobación por parte del resto de las personas.

-Déficit de habilidades sociales: Necesidad constante de agradar al otro que ocasiona la baja asertividad, haciendo no valer sus derechos.

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

Área de Autoestima y Estado de Animo

-Baja autoestima: Los dependientes suelen minimizar o ignorar cualquier aspecto positivo en su vida y de esta manera denotan sentimientos de negativos como: auto desprecio, auto rechazo y odio hacia si mismo.

-Miedo e intolerancia a la soledad: El no tener amor hacia si mismo y generar desprecio genera un impacto en el dependiente que le incita a tener miedo a la soledad.

-Estado de ánimo negativo: Los dependientes suelen presentar estados de ánimo negativo, triste, ansioso, preocupado e inseguro.

Definiciones de la Dependencia Emocional

La Dependencia Emocional es un constructo psicológico que ha sido analizado por varios autores con diferentes enfoques y dimensiones. La Dependencia Emocional es definida como un patrón de cogniciones y comportamientos manifestado en la necesidad de tener a otras personas para sobrevivir, resolver problemas, percibir su propia imagen, que asuma sus decisiones, evitando ser rechazadas, desamparadas o confrontadas. (Patton,2007); así como la necesidad de protección y apoyo, en donde la confianza existente es un elemento que influye en la autoestima, identidad y funcionamiento general de la persona. (Bornstein,1993). Según Castello (2005) "la dependencia emocional es la necesidad extrema de carácter afectivo que una persona siente hacia su pareja a lo largo de sus diferentes relaciones" (p,17)

Según Lemos y Lodoño (2006) conceptualiza la dependencia emocional como un patrón persistente de necesidades emocionales insatisfechas que se intentan cubrir de manera desadaptativa con otras personas. Este patrón se caracteriza por una necesidad afectiva extrema hacia la pareja, manifestándose en conductas como la sumisión, la idealización del otro, el miedo intenso a la soledad y la baja autoestima.

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

Dimensiones de la dependencia emocional según Lemos y Lodoño

Miedo a la soledad

Es un miedo excesivo e irracional a estar solo. Las personas que la padecen suelen experimentar ansiedad intensa ante el miedo de quedarse solos y con la posibilidad de desarrollar una dependencia emocional hacia los demás para sentirse seguras

Ejemplo

Un adolescente permanece en una relación con alguien que lo ignora y lo trata mal solo por miedo a "no tener a nadie"

Inseguridad

La inseguridad hace referencia a una sensación de vulnerabilidad e inestabilidad. Se manifiesta como una falta de confianza en uno mismo y en las propias capacidades, lo que puede llevar a la autodevaluación y dificultades en las relaciones interpersonales

Ejemplo

Un adolescente pregunta repetidamente a su pareja si todavía le quiere o si cree que es bonita, porque no puede sentirse segura por si misma

Necesidad de afecto

La necesidad excesiva de afecto se traduce en una búsqueda constante de atención y validación por parte de la pareja y cuando no se tiene la persona lo toma como un rechazo lo que puede llevar a establecer vínculos afectivos desadaptativos y a la dificultad para disfrutar de la autonomía emocional

Ejemplo

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

Un adolescente se pone ansioso o deprimido si su grupo de amigos o su pareja no responde sus mensajes rápidamente, sintiendo que ya no lo quieren

Ideación irracional

Son pensamientos distorsionados o infundados que refuerzan la dependencia. El adolescente cree que su felicidad depende exclusivamente de otra persona

Ejemplo

Una persona piensa "Si mi pareja me deja, no voy a poder vivir", aunque la relación este siendo perjudicial para su salud mental

Ideación autodestructiva

Es cuando surgen pensamientos negativos extremos, como hacerse daño o pensar en el suicidio si sienten que una relación termina

Ejemplo

Un adolescente amenaza con autolesionarse si su pareja decide terminar la relación, como una forma de manipulación o expresión de dolor

Sumisión

Es la actitud de ceder constantemente ante la otra persona, por miedo al rechazo o a perder la relación, incluso si eso significa ir en contra de sus propios deseos

Ejemplo

Una persona deja de salir con sus amigos o deja de hacer actividades que disfruta porque su pareja se lo pide, aunque no quiera hacerlo

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

Hipótesis de Investigación

Hipótesis general

HG: Los adolescentes que cursan estudios en el Colegio Betel presentan un índice alto de dependencia emocional.

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

Cuadro Operacional de Variables

Variable	Definición	Dimensión	Indicadores	Instrumento
Dependencia Emocional	Según Lemos y Lodoño (2006) la dependencia emocional se define como un patrón persistente de necesidades afectivas insatisfechas que una persona intenta satisfacer de manera desadaptativa a través de otra persona. Generalmente su pareja	<p>Indice de soledad</p> <p>Indice de Inseguridad</p> <p>Indice de Necesidad de afecto</p> <p>Indice de Ideación irracional</p> <p>Indice autodestructivo</p> <p>Indice de Sumisión</p>		<p>Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE)</p> <p>(Lemos y Lodoño, 2006)</p>

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

MARCO METODOLÓGICO

Tipo de Investigación

El presente estudio adoptó un enfoque cuantitativo, el cual se caracterizó por la formulación de hipótesis o preguntas de investigación, la delimitación clara de variables y el uso de técnicas estadísticas para el análisis de datos. Este enfoque permitió recolectar información objetiva, medible y confiable que permitió describir la problemática de la dependencia emocional en adolescentes desde una perspectiva empírica. La investigación cuantitativa es un enfoque para probar teorías objetivas mediante el examen de la relación entre variables. (Creswell, 2014).

Diseño de Investigación

El diseño adoptado fue no experimental, transversal y de tipo descriptivo. En un diseño no experimental, el investigador no manipula variables, sino que observa y analiza los fenómenos tal como se presentan en su contexto natural (Hernández, Fernández y Baptista, 2014). En este caso, se recolectaron datos en un único momento temporal para describir el nivel de dependencia emocional en adolescentes sin intervenir en su dinámica.

Nivel de Investigación

El nivel de investigación es descriptivo, ya que se enfocó en identificar, caracterizar y analizar el fenómeno de la dependencia emocional según sus manifestaciones y dimensiones. Según Saralosa (2024), la investigación descriptiva se centra en detallar las características de un fenómeno en un tiempo y espacio determinados, sin establecer relaciones causales.

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

Descripción de la Población

La población estuvo conformada por 90 adolescentes de entre 15 y 18 años que cursaban el tercer ciclo del nivel medio en el Colegio Privado Subvencionado Betel, ubicado en la ciudad de Areguá. Debido a que el total de estudiantes en esta franja etaria no superaba los 100, se trabajó con la población total, sin recurrir a técnicas de muestreo.

Criterios de Inclusión

- Estudiantes que se encuentren presentes el día de la recolección de datos.
- Estudiantes que manifiesten voluntariamente su deseo de participar.
- Estudiantes que estén cursando el tercer ciclo del nivel medio.

Criterios de Exclusión

- Estudiantes ausentes en la jornada de aplicación del instrumento.
- Estudiantes que no otorguen su asentimiento o cuyo representante legal no firme el consentimiento informado.
- Estudiantes pertenecientes a otros niveles educativos o ciclos diferentes.

Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos

Se utilizó el Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) elaborado por Lemos y Londoño (2006), instrumento diseñado para medir el nivel de dependencia emocional desde el enfoque de la personalidad dependiente. Evalúa seis dimensiones:

- Índice de soledad
- Inseguridad
- Necesidad de afecto

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

- Ideación irracional
- Índice autodestructivo
- Sumisión

El cuestionario permitió clasificar los resultados en niveles bajo, moderado o alto de dependencia emocional. Puede aplicarse de manera individual o colectiva, tiene una duración aproximada de 20 minutos y es adecuado para adolescentes y adultos.

En esta investigación, se aplicó de forma auto-administrada, anónima, voluntaria y colectiva, en el aula, bajo supervisión del investigador. Posteriormente, los datos fueron procesados utilizando estadística descriptiva (frecuencias, porcentajes) cuyos datos serán procesados en el software estadístico Excel.

Validación del Instrumento

Como parte del proceso de validación contextual, se realizó una prueba piloto con 4 adolescentes (de ambos sexos) de localidades cercanas de Areguá, que presentaban características similares a la población de estudio. El objetivo fue verificar la comprensión de los ítems y la viabilidad logística de la aplicación. Durante la prueba, se brindó orientación a los participantes en caso de dudas, y se constató que el instrumento fue comprendido sin inconvenientes, lo cual confirma su adecuación lingüística y cultural al contexto paraguayo.

Para determinar la consistencia interna del instrumento utilizado en esta investigación, se recurrió al coeficiente alfa de Cronbach, una medida estadística que evalúa la confiabilidad de los ítems que conforman una escala. Cuanto más alta es la puntuación del alfa, mayor es la homogeneidad interna de los ítems evaluados.

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

En este estudio, se evaluó la confiabilidad del Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE), compuesto por 23 ítems, mediante el cálculo del alfa de Cronbach sobre la base de los datos recogidos de 85 adolescentes participantes.

Procesamiento de casos

Tipo de Caso	N	%
Válido	85	100,0 %
Excluído	0	0,0 %
Total	85	100,0 %

Estadísticas de fiabilidad

Coeficiente Alfa de Cronbach	Número de ítems
0,70	23

De acuerdo con Oviedo y Campo-Arias (2005), un valor de alfa igual o superior a 0,70 se considera aceptable en investigaciones sociales y psicológicas, lo que indica que el instrumento presenta un grado adecuado de consistencia interna para evaluar la dependencia emocional en esta muestra de adolescentes. El CDE demostró ser un instrumento confiable para la población estudiada, permitiendo generar inferencias consistentes y válidas en relación con los niveles de dependencia emocional.

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

Procesamiento y Análisis de Datos

El procesamiento y análisis de los datos se realizó utilizando exclusivamente el programa Microsoft Excel, con el objetivo de organizar, calcular y representar de manera clara los resultados obtenidos a partir de la aplicación del Cuestionario de Dependencia Emocional (CDE) a 80 adolescentes del Colegio Privado Subvencionado Betel de la ciudad de Areguá.

Una vez aplicada la encuesta, las respuestas fueron ingresadas manualmente en una hoja de cálculo de Excel. El procesamiento seguirá los siguientes pasos:

Se asignaron valores numéricos a las respuestas de cada uno de los 10 ítems del cuestionario, de acuerdo con las instrucciones del instrumento. Cada cuestionario fue representado en una fila individual, mientras que cada ítem ocupó una columna específica. Se registraron también los datos demográficos básicos como edad y sexo. Se verificó que los datos estén completos y correctamente codificados. En caso de errores, se revisaron los cuestionarios físicos originales para su corrección. Se sumaron los puntajes individuales para obtener un índice general de dependencia emocional por participante, y posteriormente se categorizaron en bajo, moderado o alto, siguiendo los baremos establecidos por los autores del cuestionario

El análisis de los datos fue estadístico descriptivo, utilizando herramientas básicas de Microsoft Excel, tales como: Cálculo de frecuencias y porcentajes para cada dimensión y para los niveles de dependencia emocional, clasificación de los niveles de dependencia emocional globales por categoría (baja, moderada o alta).

Asimismo, se elaboraron tablas de resumen y gráficos de barras y/o circulares para facilitar la interpretación visual de los datos.

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

Este análisis permitió describir el fenómeno de la dependencia emocional en esta población específica, proporcionando información útil.

Consideraciones Éticas

La investigación se rige por principios éticos fundamentales como el respeto a la autonomía, la confidencialidad, el consentimiento informado y la protección de los derechos de menores de edad.

Consentimiento informado y asentimiento voluntario: Dado que los participantes son menores de edad, se solicitará: La firma del consentimiento informado por parte de los padres o tutores legales, el asentimiento voluntario del adolescente participante. Ambos documentos estarán redactados en un lenguaje claro, accesible y comprensible, y expondrán: El propósito del estudio, la naturaleza del instrumento, el carácter voluntario de la participación, la posibilidad de retirarse en cualquier momento sin consecuencias, las medidas de confidencialidad adoptadas y posibles beneficios y riesgos emocionales menores (ej. autorreflexión, identificación con ítems sensibles)

Voluntariedad, predisposición y madurez afectiva: Se evaluará previamente la disposición emocional y actitudinal de los participantes. Se evitará incluir a adolescentes que atraviesen crisis emocionales recientes (duelos, rupturas traumáticas, trastornos clínicos activos) y se brindará una explicación previa al instrumento, promoviendo una comprensión adecuada del contenido y el objetivo del estudio.

Confidencialidad y anonimato. Se garantizará el anonimato total de los participantes, evitando cualquier dato que permita su identificación directa o indirecta. La información será utilizada únicamente con fines académicos, y los datos serán tratados conforme a principios de confidencialidad establecidos por los códigos deontológicos en psicología y bioética.

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

MARCO ANALÍTICO

El procesamiento y análisis de los resultados se llevó a cabo una vez que el instrumento fue administrado a la totalidad de la población participante. Para ello, se utilizó el programa Microsoft Excel, que permitió organizar, tabular y representar gráficamente los datos recogidos.

El análisis fue desarrollado a partir de los objetivos específicos planteados en el estudio, con el propósito de describir los niveles de dependencia emocional presentes en los adolescentes encuestados y sus dimensiones. Los datos obtenidos fueron procesados mediante frecuencias absolutas y porcentajes, y se representaron a través de gráficos circulares y de barras, según corresponda, lo que facilitó la visualización y comprensión de las tendencias predominantes.

Este análisis permitió interpretar los resultados de forma clara y coherente, estableciendo los resultados de cada variable y dimensiones evaluadas en la población objeto de estudio. Los hallazgos sirvieron como base para reflexionar sobre la presencia de dependencia emocional en la adolescencia y su impacto potencial en el desarrollo afectivo y social de los jóvenes.

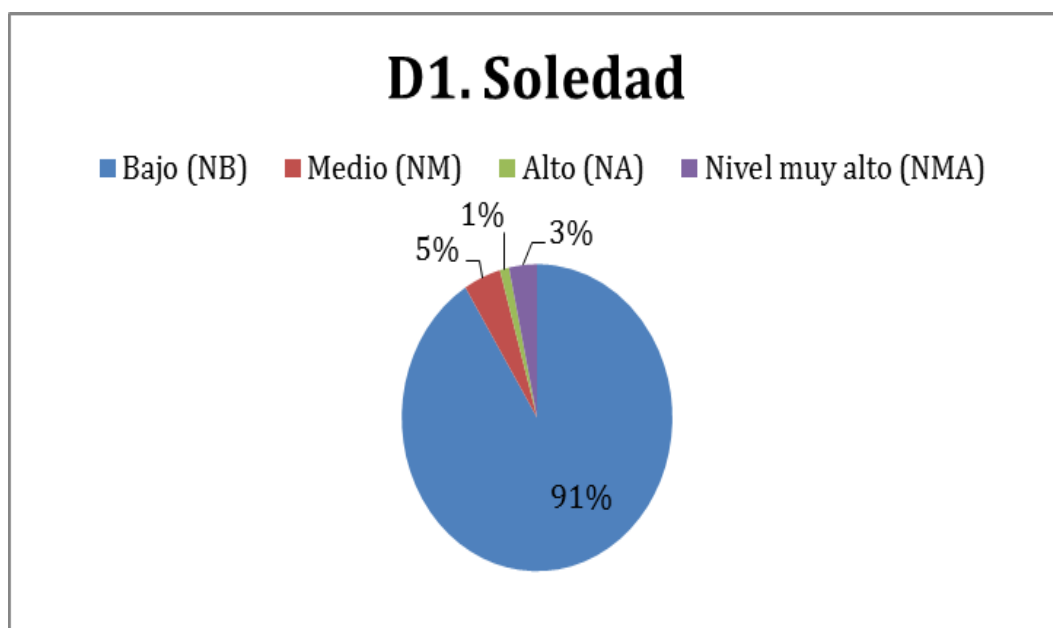
DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

Respondiendo al primer objetivo específico: Identificar el nivel de soledad percibida en los adolescentes del Colegio Betel.

Tabla 1.

D1 Soledad		
Niveles	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Bajo (NB)	82	91%
Medio (NM)	4	5%
Alto (NA)	1	1%
Nivel muy alto (NMA)	3	3%
Total general	90	100%

Figura 1.



Según los resultados obtenidos, se observa que el 91% de los adolescentes evaluados presentan un nivel bajo de soledad, mientras que un 5% refleja un nivel medio. Estos datos indican que la gran mayoría de los adolescentes no experimentan sensaciones

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

significativas de vacío o aislamiento, lo cual favorece un desarrollo positivo de su autoestima, así como una adecuada integración en sus relaciones sociales y desempeño académico. Esta ausencia de soledad les permite adaptarse con mayor facilidad a distintos grupos, potenciando sus capacidades y virtudes personales.

Sin embargo, el reducido grupo que manifiesta un nivel medio de soledad (5%) requiere una mayor atención emocional. Es recomendable que estos adolescentes trabajen en el fortalecimiento de sus habilidades socioemocionales y en la implementación de estrategias que favorezcan la conexión interpersonal y el bienestar emocional, con el fin de prevenir posibles dificultades en su desarrollo psicosocial.

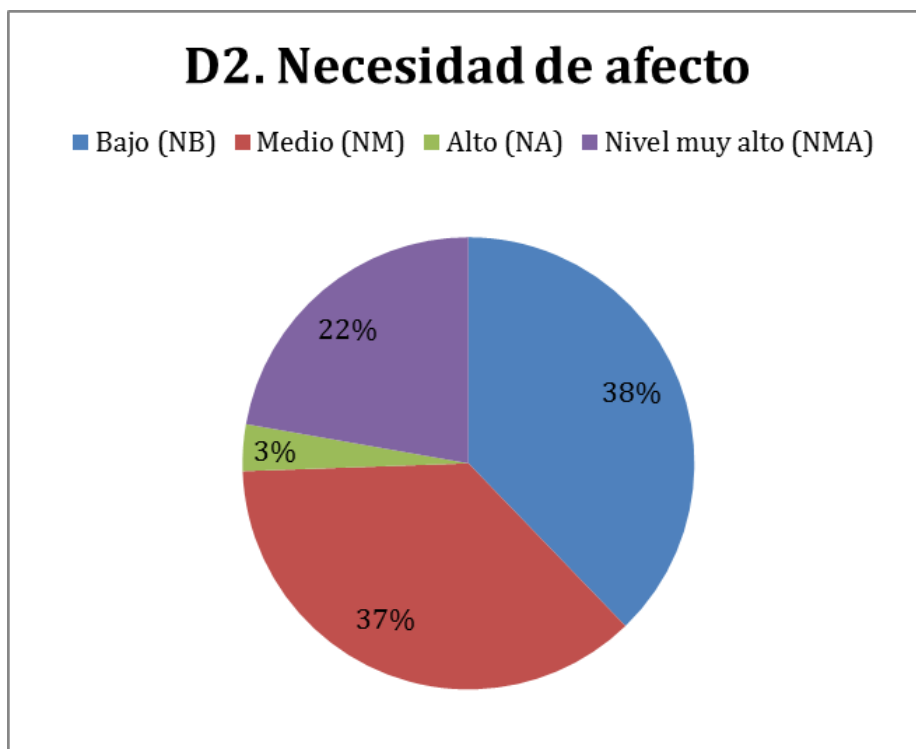
DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

Respondiendo al segundo objetivo específico: Evaluar el nivel de necesidad de afecto en los adolescentes.

Tabla 2.

D2 Necesidad de afecto		
Niveles	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Bajo (NB)	34	38%
Medio (NM)	33	37%
Alto (NA)	3	3%
Nivel muy alto (NMA)	20	22%
Total general	90	

Figura 2.



DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

De acuerdo con los resultados obtenidos, se observa que el 38% de los adolescentes evaluados presenta un nivel bajo de necesidad de afecto, el 37% un nivel medio, el 22% un nivel muy alto y el 3% restante un nivel alto. Estos datos indican que una parte significativa de la población evaluada (38%) no experimenta una necesidad afectiva marcada, lo cual podría estar relacionado con la existencia de vínculos familiares y sociales estables, que satisfacen adecuadamente sus necesidades emocionales.

Por otro lado, el 37% de los adolescentes se encuentra en un nivel medio de necesidad de afecto, lo que sugiere cierta inestabilidad emocional. En estos casos, es posible que los adolescentes busquen afecto y validación constante en sus relaciones cotidianas, reflejando una necesidad moderada de aprobación externa.

Por otra parte, un 22% presenta un nivel muy alto y un 3% un nivel alto de necesidad de afecto, lo que implica una marcada dependencia emocional. Estos adolescentes manifiestan una fuerte necesidad de atención, cariño y afecto por parte de los demás, lo que puede impactar negativamente en sus relaciones interpersonales, tanto en el ámbito familiar como social y romántico. Esta situación puede derivar en comportamientos dependientes o en dificultades para establecer vínculos sanos y equilibrados, por lo que se recomienda brindar contención emocional y apoyo profesional cuando sea necesario.

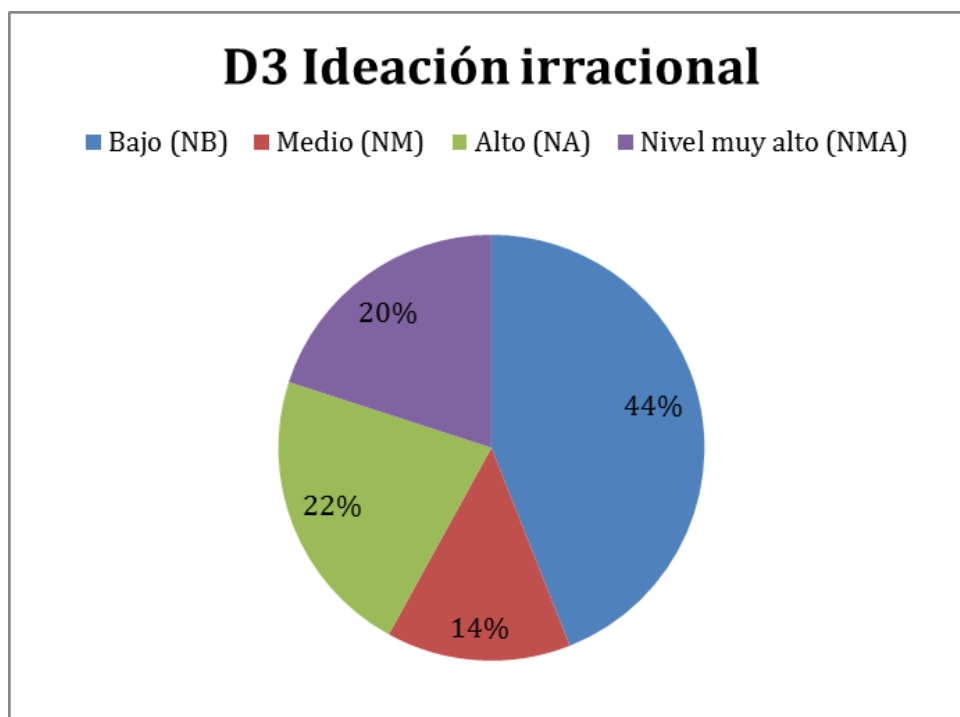
DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

Respondiendo al tercer objetivo específico: Analizar el nivel de ideación irracional presente en los adolescentes.

Tabla 3.

D3 Ideación irracional		
Niveles	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Bajo (NB)	40	44%
Medio (NM)	13	14%
Alto (NA)	20	22%
Nivel muy alto (NMA)	17	20%
Total general	90	

Figura 3.



DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

Analizando los resultados obtenidos, se observa que el 44% de los adolescentes evaluados presenta un nivel bajo de ideación irracional, lo que indica que, en su mayoría, tienden a mantener relaciones sociales estables, basadas en la confianza, y no presentan dificultades significativas en su comportamiento dentro de los grupos sociales. Estos adolescentes parecen contar con un adecuado manejo emocional y una percepción más realista de las situaciones que enfrentan.

Sin embargo, un 22% de los evaluados presenta un nivel alto de ideación irracional y un 20% un nivel muy alto, lo cual representa un grupo importante que manifiesta distorsiones cognitivas frecuentes. Estos adolescentes podrían experimentar dificultades para regular sus emociones ante situaciones de conflicto, lo que les lleva a interpretar la realidad de forma exagerada o negativa, afectando sus relaciones interpersonales y su bienestar emocional.

Por otra parte, el 14% restante se ubica en un nivel medio de ideación irracional. Este grupo muestra cierta tendencia a pensamientos distorsionados en momentos puntuales, pero, en general, logra mantener un equilibrio emocional y un manejo relativamente adecuado de sus emociones frente a situaciones desafiantes.

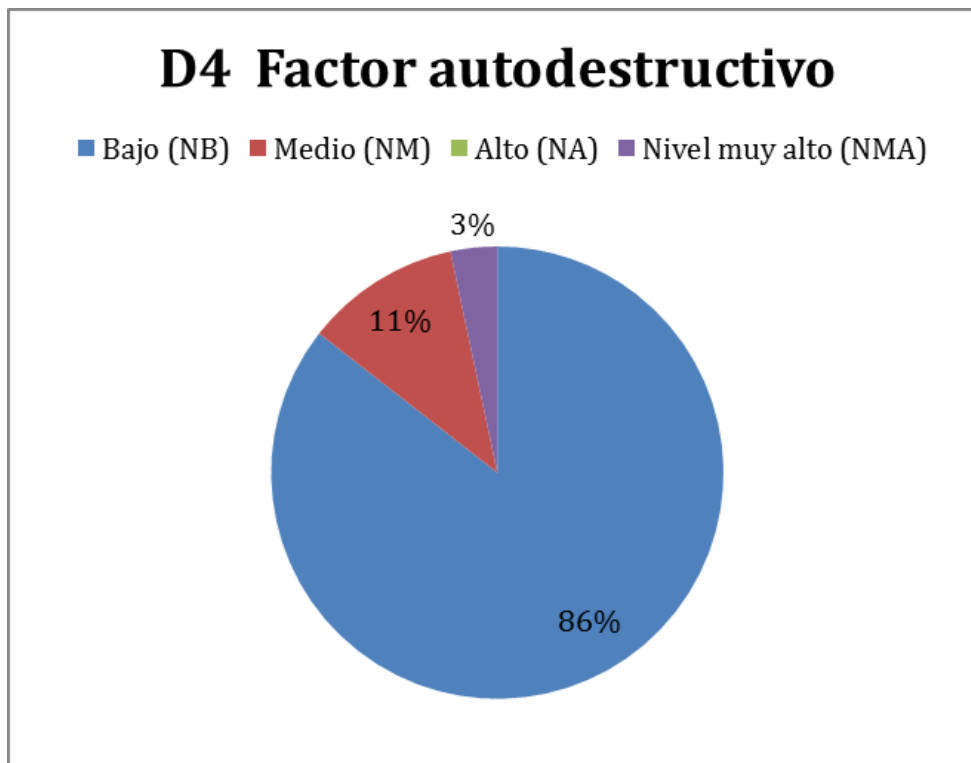
DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

Respondiendo al cuarto objetivo específico: Evaluar el nivel del factor autodestructivo en los adolescentes.

Tabla 4.

D4 Factor Autodestructivo		
Niveles	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Bajo (NB)	77	86%
Medio (NM)	10	11%
Alto (NA)	0	0%
Nivel muy alto (NMA)	3	3%
Total general	90	

Figura 4



DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

Analizando los resultados obtenidos, se concluye que la mayoría de los adolescentes evaluados (86%) presenta un nivel bajo en el factor autodestructivo. Esto indica que, en general, los adolescentes poseen la capacidad de aceptar ayuda cuando la necesitan, reconocen sus virtudes y potencialidades, y muestran una disposición al cambio positivo. Esta actitud refleja un buen nivel de madurez emocional, lo que les permite gestionar sus emociones de manera adecuada e impulsar el desarrollo de habilidades personales y sociales.

Por otro lado, un 11% de los adolescentes presenta un nivel medio en este factor, lo cual sugiere que, si bien pueden experimentar ciertas dificultades emocionales, suelen mantener el control de sus impulsos en situaciones de conflicto, buscando soluciones pacíficas y evitando conductas perjudiciales.

Finalmente, un reducido 3% muestra un nivel muy alto de autodestructividad. Este grupo evidencia una mayor dificultad para autorregularse emocionalmente, especialmente en contextos conflictivos. En estos casos, es común observar conductas impulsivas, reacciones eufóricas y comportamientos inadecuados, que incluso podrían ocasionar daño físico, tanto hacia los demás como hacia sí mismos. Por ello, se recomienda prestar especial atención a estos adolescentes, brindándoles contención emocional y apoyo profesional.

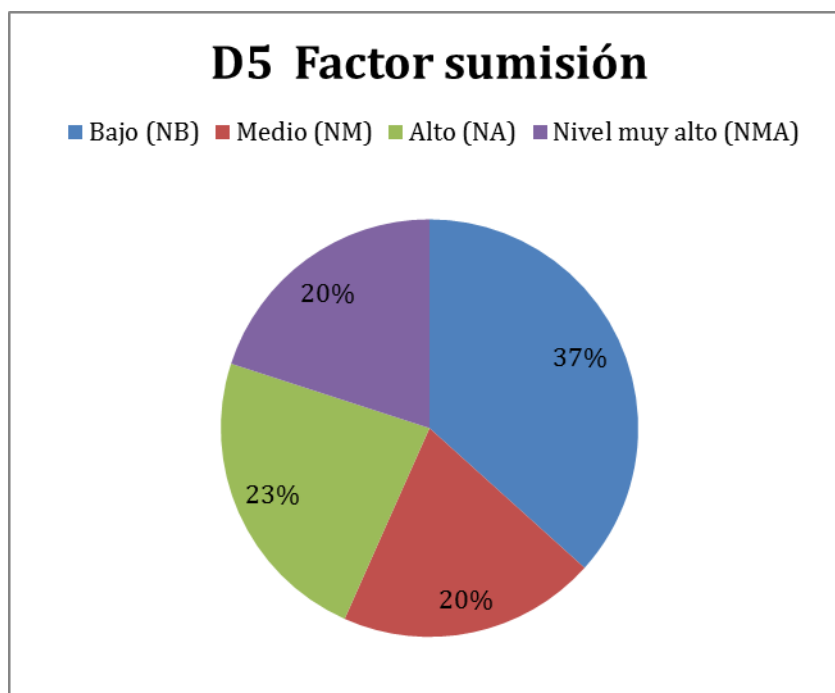
DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

Respondiendo al quinto objetivo específico: Describir el nivel del factor sumisión en los adolescentes.

Tabla 5.

D5 Factor sumisión		
Niveles	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Bajo (NB)	33	37%
Medio (NM)	18	20%
Alto (NA)	21	23%
Nivel muy alto (NMA)	18	20%
Total general	90	

Figura 5.



DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

Tras el análisis de los resultados obtenidos, se observa que el 37% de los adolescentes evaluados presenta un nivel bajo de sumisión, mientras que el 23% registra un nivel alto, el 20% un nivel medio, y el otro 20% un nivel muy alto.

El grupo mayoritario, correspondiente al 37%, demuestra un nivel bajo de sumisión, lo cual indica que estos adolescentes se caracterizan por su autonomía, seguridad personal y capacidad para establecer límites. No suelen dejarse influenciar ni manipular por terceros, y actúan conforme a su propia voluntad, lo que refleja una autoestima fortalecida y habilidades de autoafirmación.

Por otro lado, un 20% presenta un nivel medio, lo que sugiere cierta tendencia a ceder ante la voluntad de los demás, probablemente asociada a una autoestima inestable y dificultad para expresar sus propias necesidades y deseos. Estos adolescentes pueden sentirse inseguros en situaciones de confrontación o toma de decisiones.

Finalmente, los niveles alto con un 23% y muy alto con un 20% de sumisión evidencian un patrón de comportamiento marcado por la evitación de conflictos. Los adolescentes en estos grupos tienden a priorizar las necesidades y deseos de los demás por encima de los propios, incluso a costa de su bienestar emocional. Esta actitud puede estar relacionada con una baja autoestima, miedo al rechazo o necesidad excesiva de aprobación externa.

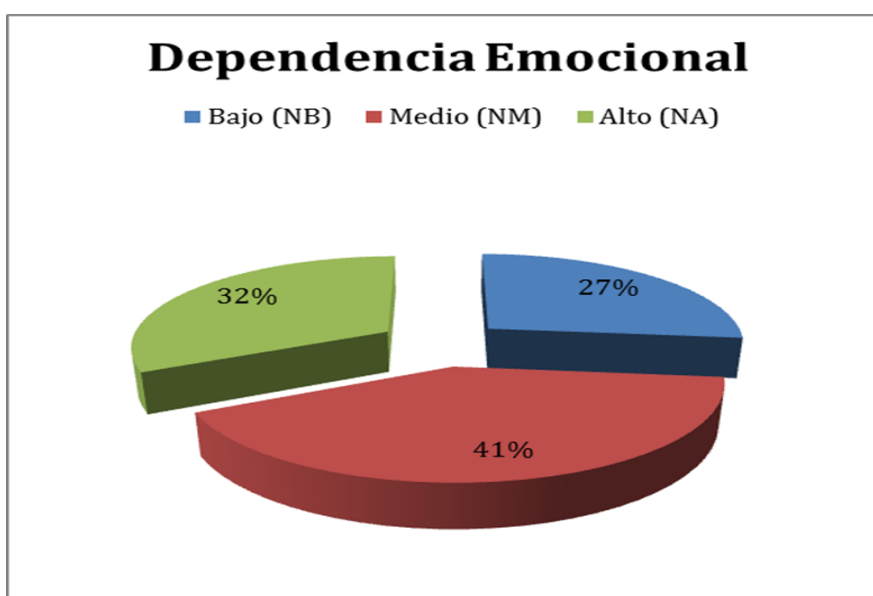
DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

Respondiendo al objetivo general del trabajo: Determinar la existencia de dependencia emocional en los adolescentes de 15 a 18 años del Colegio Privado Subvencionado Betel de la ciudad de Areguá durante el año 2025.

Tabla 6.

Dependencia Emocional		
Niveles	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Bajo (NB)	24	27%
Medio (NM)	37	41%
Alto (NA)	29	32%
Total general	90	

Figura 6.



DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

Tras el análisis de los factores anteriores, en el resultado general se observa que la mayoría de los adolescentes evaluados que sería un 41% presenta un nivel medio de dependencia emocional, seguido por un 32% con un nivel alto y un 27% con un nivel bajo.

Estos resultados sugieren que, en términos generales, los adolescentes experimentan una dependencia emocional moderada, caracterizada por la necesidad de validación y aprobación externa, especialmente en el contexto de relaciones románticas. Esta búsqueda de afecto y reconocimiento puede influir en su autoestima y bienestar emocional, evidenciando una conexión emocional significativa con los demás que, si bien no alcanza niveles patológicos en la mayoría de los casos, sí requiere atención y orientación para fomentar relaciones más saludables y equilibradas.

Por otra parte, el 32% que presenta un nivel alto refleja una mayor vulnerabilidad afectiva, lo cual podría derivar en conductas de apego excesivo, miedo al abandono o dificultad para establecer límites en sus relaciones. En contraste, el 27% con un nivel bajo demuestra mayor autonomía emocional, autoconocimiento y seguridad personal, lo que favorece su capacidad para relacionarse sin depender excesivamente del afecto o aprobación de los demás.

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

Conclusión

A través de esta investigación fue posible identificar los niveles de dependencia emocional presentes en los adolescentes de entre 15 y 18 años del Colegio Betel, abordando específicamente las dimensiones de soledad, necesidad de afecto, ideación irracional, factor destructivo y factor de sumisión.

En la dimensión de soledad, la mayoría de los estudiantes presentaron un nivel bajo, lo cual sugiere que los adolescentes evaluados tienen una actitud sociable, se sienten integrados en su entorno y no experimentan aislamiento significativo. Esto contribuye positivamente a su adaptación social y bienestar general.

En cuanto a la necesidad de afecto, los resultados se distribuyeron equitativamente entre los distintos niveles bajo, medio, alto y muy alto, lo que refleja que los adolescentes poseen diferentes capacidades para gestionar sus emociones afectivas. Algunos requieren mayor acompañamiento para fortalecer su autoestima y reconocer patrones afectivos poco saludables.

En la dimensión de ideación irracional, predominó el nivel bajo, lo que indica que los estudiantes tienden a establecer relaciones realistas y sanas, con buena capacidad para confiar en los demás sin recurrir a pensamientos irracionales o distorsionados.

Respecto al factor destructivo, también se evidenció un predominio de niveles bajos, lo cual sugiere que los adolescentes son capaces de aceptar ayuda, reconocer su potencial y desplegar habilidades adaptativas, lo que contribuye al desarrollo de una mayor madurez emocional.

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

En la dimensión de sumisión, la mayoría presentó un nivel bajo, lo cual indica que los estudiantes se caracterizan por su autonomía, independencia emocional y capacidad para establecer límites, expresando sus necesidades de forma firme pero respetuosa.

Finalmente, se llega a concluir que los adolescentes evaluados mostraron un nivel medio de dependencia emocional. Esto significa que, si bien no presentan una dependencia extrema o patológica, sí se evidencian rasgos de necesidad de aprobación, inseguridad y dificultad para tomar decisiones completamente autónomas en algunos casos. Es un nivel que puede trabajarse con orientación adecuada para evitar que se profundicen patrones disfuncionales en relaciones futuras. Estos resultados permiten confirmar parcialmente la hipótesis general de que los adolescentes del Colegio Betel presentan un índice alto a moderado de dependencia emocional, lo cual resalta la importancia de intervenciones psicoeducativas, programas de fortalecimiento emocional y acompañamiento psicológico desde el ámbito escolar.

Estos resultados responden adecuadamente a los objetivos de la investigación y permiten reflexionar sobre la importancia de la educación emocional en la adolescencia, para fortalecer vínculos sanos, fomentar la autoestima y prevenir relaciones marcadas por la dependencia afectiva.

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

Recomendaciones

A partir del desarrollo de esta investigación, se considera relevante alentar a futuros investigadores a continuar profundizando en el estudio de la dependencia emocional en adolescentes, dado que se trata de una problemática compleja, dinámica y altamente influenciada por factores contextuales, familiares y personales.

Es importante contemplar la posibilidad de trabajar con muestras más amplias y diversas, que incluyan distintas realidades socioculturales, con el fin de comprender mejor cómo se manifiesta esta dependencia en diferentes entornos.

También sería valioso explorar la relación entre la dependencia emocional y otras variables asociadas, como el estilo de crianza, el nivel de autoestima, el uso de redes sociales, el rendimiento académico o los vínculos familiares. La incorporación de estos elementos puede contribuir a un análisis más completo y enriquecedor

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

Bibliografía

- Arbinaga, M. T., González-Cabrera, J., & Santamaría-Vázquez, M. (2021). Jealousy, Violence, and Sexual Ambivalence in Adolescent Students According to Emotional Dependency in the Couple Relationship. *Children*, 8(11), 993. <https://doi.org/10.3390/children8110993>
- Baron, R.A, & Byrne, D. (2005) *Psicología social*
- <https://repositorio.unife.edu.pe/items/b9af682e-55a24447-97d02061bacd006a>
- Bacarreza y Recalde (2022) Salud Mental. Paraguay
- <https://blogs.worldbank.org/es/latinamerica/salud-mental-en-paraguay-lo-que-revelan-los-datos>
- Beatriz Tierno. (s.f.). Miedo a la soledad. <https://www.beatriztierno.com/miedo-a-la-soledad>
- Bontempo, E (2022) Apego Emocional y Autoestima en Adolescentes. Perú. Universidad Femenina del Sagrado Corazón.
- Castello Blasco, J (2005) *Dependencia emocional. Características y tratamiento*. Alianza Editorial
- <https://ie42003cgalbarracin.edu.pe/biblioteca/LIBR-NIV312062023223108.pdf>
- Campos Alarcón, J., & Rodríguez Flores, M. (2021). *Dependencia emocional y conductas autodestructivas en adolescentes [Tesis de licenciatura, Universidad Señor de Sipán]*. <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/13525>
- Céspedes, D.M (2023) Dependencia Emocional y Autoeficacia en Adolescentes. Perú. Universidad Católica Santo Toribio.

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/7105/1/TL_CespedesCordovaDolibertrh.pdf

- Congost, S. (2014). *Manual de dependencia emocional afectiva* <http://www.psicopedia.org/http://www.psicopedia.org/wp-content/uploads/2014/02/GUIA-DEPENDENCIA+EMOCIONAL.pdf>
- Creswell, J. W. (2014). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (4th ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. W. W. Norton & Company.
- González Tovar, M. (2020). Apego y relaciones afectivas en la adolescencia.
- Lemos Hoyos, M., & Londoño Arredondo, N. H. (2006). Construcción y validación del cuestionario de dependencia emocional en población colombiana. *Acta colombiana de psicología*, 9(2), 127-140.
- López, J. E.M., Escalante, Y.M.P., Keb, R., Canto, M., & Chan, N. (2011). La definición de amor y dependencia emocional en adolescentes de Mérida, Yucatán. *Revista electrónica de psicología Iztacala*, 14(3) 176-1993
- María Psicóloga Madrid. (2023, febrero 24). *Dependencia y sometimiento afectivo en las relaciones de pareja*.
<https://www.mariapsicologamadrid.com/blog/2023/2/24/dependencia-y-sometimiento-afectivo-en-las-relaciones-de-pareja>
- MORAL JIMÉNEZ, María de la Villa, et al. Violencia en el noviazgo, dependencia emocional y autoestima en adolescentes y jóvenes españoles. *Revista iberoamericana de psicología y salud*, 2017.
- Moral, M. y Sirvent, C (2008) *Dependencias Sentimentales o afectivas*

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

http://www.aesed.com/descargas/revistas/v33n2_2.pdf

Psicología vol.37 no1 Lima ene/jun 2019

<http://dx.doi.org/10.18800/psico.201901.008>

Psicólogos Madrid Capital. (s.f.). ¿En qué consiste la dependencia emocional?

<https://www.psicologosmadridcapital.com/blog/consiste-dependencia-emocional>

Reséndiz, D.L (2017) Dependencia Emocional Adolescente y Vacío Existencial. México.

Universidad Nacional Autónoma de México.

<http://123.248.9.195/ptd2017/junio/0760083/0760083.pdf>

Rodríguez Cueva, N. J., & Victorino Rodríguez, L. M (2022). Dependencia emocional y violencia de género: Una revisión sistemática

Riso, W. (2003). Amar o depender: Cómo superar el apego afectivo y hacer del amor una experiencia plena y saludable. Editorial Planeta.

Riso, W. (2012). Ya te dije adiós, ahora cómo te olvido. Editorial Planeta.

Sánchez, G. (2010). La dependencia emocional. Causas, Trastornos, Tratamiento, Recuperado, 15

Suana, A. H (2019) Inteligencia emocional y Dependencia Emocional. Perú. Universidad Señor de Sipan.

<https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/9472/Arturo%20Hernan%20Sua%C3%B1a%20Qui%C3%B1ones.pdf?sequense=6&isAllowed=y>

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

Ureña, J.L (2023) La Dependencia Emocional en Adolescentes. Ecuador. Universidad Politécnica Salesiana.

<https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/26552/1UPS-CTO11020.pdf>

Ureña, J.L (2023) La Dependencia Emocional en Adolescentes. Ecuador. Universidad Politécnica Salesiana.

<https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/26552/1UPS-CTO11020.pdf>

URBIOLA, Irache; ESTÉVEZ, Ana; IRAURGI, Ioseba. Dependencia emocional en el noviazgo de jóvenes y adolescentes (DEN): desarrollo y validación de un instrumento. *Ansiedad y estrés*, 2014, vol. 20.

UNIR. (s.f.). *¿Qué es la dependencia afectiva?* Universidad Internacional de La Rioja.

<https://www.unir.net/revista/salud/dependencia-afectiva>

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

Anexos

Cuestionario de Dependencia Emocional

Lemos, M. & Londoño, N. H. (2006)

Instrucciones:

Enumeradas aquí, usted encontrará unas afirmaciones que una persona podría usar para describirse a sí misma con respecto a sus relaciones de pareja. Por favor, lea cada frase y decida que tan bien lo(a) describe. Cuando no esté seguro(a), base su respuesta en lo que usted siente, no en lo que usted piense que es correcto.

Elija el puntaje más alto de 1 a 6 que mejor lo(a) describa según la siguiente escala:

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

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

DEPENDENCIA EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

Declaración de consentimiento a menores para aplicación de un test psicológico.

Apellido y nombre del menor que forma parte de la investigación:

Edad: **Grado:** **C.I.:**

Residencia: **Fecha:**

Yo con C.I.: encargado del menor, certifico que he sido informado con claridad y veracidad acerca de la aplicación del test psicológico “Dependencia Emocional de Lemos y Lodoño” por un tiempo de 20 minutos, con fines de trabajo de investigación para la culminación de Carrera y obtención del título de licenciatura en psicología clínica, a cargo de las estudiantes **Clara Elizabeth Sanabria Giménez con documento de Identidad N° 5660878 e Ivana Jazmín Gómez Ayala**, bajo la tutoría de la Lic. Ruth Morales, que, dicha investigación en el área de psicología se realizará en el Colegio Privado Subvencionado Betel de la Ciudad de Areguá.

Concedo mi permiso de acuerdo a las condiciones que se transcriben a continuación:

- Que se respetará la buena fe e intimidad del menor y de la familia, lo mismo que la seguridad física y psicológica.
- Se garantizará la confidencialidad respecto a la información recibida por el paciente, cuyo límite solo podrá ser vulnerado con causa justa de acuerdo a lo establecido en el código de ética del ejercicio de la profesión.
- La aplicación del test psicológico se aplicará en un tiempo de 20 minutos, pudiendo haber variaciones según lo que acontezca en su transcurso.
- Se resguardará la identidad y los datos del menor entrevistado.

Por el presente, dejo constancia que he sido informado de las características técnicas del enfoque a aplicar, que me han respondido todas las dudas pertinentes y que apruebo con mi firma el permiso correspondiente.

Firma del encargado (Padre, Madre o Tutor):